

Réadaptation au poste d'un opérateur lombalgique - Christian MEIGNAN (22).

Bénéficiaire : D.....T....., opérateur production de l'entreprise, bénéficiant d'une reprise à mi-temps thérapeutique.

Nature de l'intervention : action d'accompagnement pour une reprise à mi-temps thérapeutique.

Objectifs :

- Permettre au bénéficiaire de mieux gérer les contraintes liées à son poste de travail et de prévenir l'apparition ou la récurrence d'épisodes lombalgiques.
- Dépister les facteurs de risque liés au poste et proposer des actions correctrices à l'employeur.

Descriptif de l'intervention :

1. Préparation.

- Entretien avec le responsable sécurité.
- Entretien avec le chef d'équipe.
- Entretien avec le Médecin du travail.
- Visite des locaux - observation des postes.
- Observation des tâches et des modes opératoires.

2. Formation individuelle.

- Entretien avec l'opérateur.
- Bilan morphostatique, ostéoarticulaire, neuromusculaire et fonctionnel de l'opérateur.
- Description et fonctionnement de la colonne vertébrale.
- Principes de confort et de sécurité concernant les manutentions, gestes et postures professionnels.
- Éducation gestuelle (placement, utilisation des membres et du rachis).
- Manutention des charges.
- Rééducation musculaire.
- Exercices de récupération et de détente.

3. Application au poste et suivi : Corrections et conseils d'application pendant la réalisation des tâches au poste de travail.

4. Intervenant : Un kinésithérapeute, formateur manutention et intervenant en ergonomie.

5. Compte-rendu de l'intervention :

Bilan morphostatique, ostéoarticulaire - neuromusculaire et fonctionnel (informations réservées au Médecin du Travail et à l'intéressé) :

- Sexe masculin - 1m85 - 75 kg - tendance gravitaire postérieur.
- Antécédents lombalgiques avec cure de hernie discale.

- Contexte psychosocial et familiale sain - existence de troubles cognitifs légers.
- Limitation des amplitudes rachidiennes plus marquées en flexion ; sur-utilisation des charnières dorso lombaires et lombo sacré.
- Hypo extensibilité de la chaîne musculaire postérieure, particulièrement le segment sous lombopelvien.
- Testing musculaire (sur 5) :

	Force	résistance	flexibilité
Abdominaux	5	4	5
Para vertébraux	4	3	4
Ischios jambiers	4	4	3
Quadriceps	5	4	4
Fessiers	5	4	5

- Une fonction musculaire qui est donc satisfaisante (à l'exception des para vertébraux, en résistance et des ischio-jambiers en flexibilité).
- Coordination des segments et des ceintures médiocre (relative inhabilité gestuelle).
- Économie rachidienne médiocre (sur-utilisation de la charnière dorso-lombaire, probablement due au port trop fréquent du lombostat qui inhibe la proprioception lombo pelvienne).
- Fonction cardio vasculaire normale (test de Ruffié Dikson à 8) .
- Au total : sujet longiligne en bon état général, présentant une raideur SLP, une discrète insuffisance para vertébrale, une proprioception/coordination faible.

Évaluation des contraintes posturo-gestuelles des postes et tâches envisagés pour la reprise de l'opérateur (cf. tableau).

Conclusion - recommandations :

L'opérateur a des capacités physiques pour effectuer la plupart des tâches proposées, à l'exception de celles dont le risque est évalué à 4 sur le tableau qui doivent être supprimées ou aménagées selon les recommandations émises.

La rééducation individuelle doit être poursuivi en insistant sur les déficits et incapacités relevés dans le bilan.

La reprise doit être progressive et la vigilance de la maîtrise et des collègues constante afin de retrouver les automatismes dans un environnement qui reste potentiellement dangereux.

Une visite de contrôle sur poste au début des 2^{ème} et 3^{ème} mois de reprise et 2 séances de révision des gestes et postures de sécurité et exercices de récupération seraient utiles.