

Prévention des troubles musculo-squelettiques

Les troubles musculo squelettiques (TMS) constituent aujourd'hui la première cause de maladies professionnelles reconnues dans le secteur sanitaire et médico-social. Ils représentent 94% des maladies professionnelles déclarées dans ce secteur, tandis que 25% des accidents du travail y sont liés au mal de dos selon l'Assurance Maladie. Ces atteintes génèrent chaque année plus de 2,3 millions de journées de travail perdues, dont plus de 60% sont liées aux lombalgies, avec un impact humain et organisationnel majeur. La prévention des TMS constitue ainsi un enjeu stratégique visant à préserver la santé des professionnels, sécuriser les pratiques professionnelles et garantir la qualité et la continuité des soins

Objectifs

- Identifier les situations de manutention génératrices de risques musculo-squelettiques
- Comprendre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Analyser les gestes et postures mobilisés lors des opérations de manutention
- Appliquer des techniques de manutention adaptées aux situations professionnelles rencontrées
- Évaluer l'exposition aux risques de TMS lors des activités de manutention et appliquer des techniques adaptées visant à les limiter
- Comprendre la démarche de prévention des TMS intégrée à l'acte de soin
- Analyser les capacités du patient afin d'adapter les modalités de manutention
- Appliquer des techniques sécurisées de manipulation, avec ou sans aides techniques
- Évaluer les conditions de sécurité et de confort du patient et appliquer des techniques de manipulation respectueuses de sa dignité et de la santé du professionnel

Le + de la formation

Formation orientée sur l'analyse du travail réel et ateliers participatifs.

Public concerné et pré-requis

- Tout professionnel amené à manipuler des charges et/ou des patients dans le cadre de ses fonctions

Programme

JOUR 1 : MANUTENTION DES CHARGES INERTES

- Définition des charges inertes en milieu hospitalier
- Rappels d'anatomie fonctionnelle utiles à la manutention
- Mécanismes d'apparition des TMS liés aux charges inertes
- Principe de sécurité physique et d'économie d'effort
- Techniques sécurisées de manutention des charges inertes
- Auto évaluation de l'exposition aux risques de TMS lors des activités de manutention

JOUR 2 : MANIPULATION DE PATIENTS NON AUTONOMES

- Situations de travail à risque et facteurs aggravants
- Manutention comme acte de soin et acte relationnel : Principes de bientraitance
- Acquisition d'un protocole rapide d'évaluation du degré d'autonomie du patient
- Techniques sécurisées de manipulation du patient
- Principes transversaux appliqués aux situations de manutention
- Analyse de l'impact des pratiques sur la santé du professionnel

Votre intervenant

- Formateur spécialisé en prévention des TMS, gestes et postures et manutention des personnes

Notre démarche

- Analyse du travail réel et construction de solutions adaptées Apports théoriques
- Mise en pratique sous forme d'ateliers
- Auto-évaluation des pratiques
- Apprentissage expérientiel avec jeux de rôles

Livrables

- Un livret pédagogique qui pourra être utilisé après la formation comme un guide/aide-mémoire
- Des ressources documentaires, une bibliographie et/ou une webographie

Evaluation

- La présence à l'ensemble des séances de formation est nécessaire pour l'atteinte des objectifs de la formation. Les stagiaires et l'intervenant seront ainsi tenus de signer une feuille d'émargement pour chaque demi-journée de formation suivie.
- Les compétences seront évaluées au fur et à mesure de la formation afin de valider

leur acquisition. Les connaissances seront quant à elles évaluées par un quiz de fin de formation.

- Les appréciations des participants seront recueillies à l'issue de la session et à froid au bout de 3 mois via un questionnaire approprié.

Inter

Jours : 2 jours

Tarif : 750€ - Déjeuner offert

Paris

Date(s) :

- 3 et 4 Mai 2027
- 6 et 7 Décembre 2027

Intra

Jours : 2 jours

Tarif : Devis personnalisé sur demande

Dans votre établissement - Partout en France

[Demande de contact](#)

[Demande de devis](#)

[Pré-inscription](#)

Dernière modification le 11 septembre 2026 à 17h35