

## PRÉVENIR LES TMS DANS LES ÉTABLISSEMENTS DU SECTEUR SANITAIRE ET MÉDICO-SOCIAL (SMS)

Le secteur SMS est un secteur très accidentogène où la **mobilisation des personnes** est à l'origine des deux tiers des accidents du travail et de l'essentiel des maladies professionnelles.

### Mettre en œuvre une démarche globale de prévention des TMS

Pour inscrire la prévention des TMS dans la durée et prendre en compte l'ensemble des situations à risque de votre établissement, l'Assurance Maladie – Risques Professionnels met à votre disposition le **programme TMS Pros**. Ce programme en 4 étapes vous accompagne avec une méthodologie et des outils adaptés à la situation de votre établissement.

**Pour aller plus loin** : Prévenir les TMS dans le secteur SMS - [Programme TMS Pros](#)

Pour des résultats efficaces et durables, cette démarche doit impliquer chaque salarié de l'établissement (employeur, représentants du personnel, personnel d'encadrement, soignants, ...) et mobiliser **des acteurs formés en prévention**. Vous pouvez bénéficier de formations vous permettant d'acquérir les compétences nécessaires à la mise en œuvre pérenne de votre projet de prévention.

### Le dispositif de formation SMS (ex HAPA)

- Formation du dirigeant de l'établissement, dans son rôle de développement et de management de la prévention des risques professionnels. **Durée** : 1 jour.
- Formation d'un ou plusieurs animateurs prévention, pour animer cette démarche et conduire des projets de prévention.  
**Durée** : 6 jours + 2 x 2,5 jours de travaux intersession répartis sur 6 à 12 semaines + 2 x 0.5 jours d'accompagnement du binôme dirigeant / animateur par le formateur sur site.

### Le dispositif de formation PRAP

- Formation de l'ensemble des professionnels pour devenir acteur de leur propre prévention, celle de leurs collègues et de leur établissement.

« Acteurs PRAP 2S » pour les activités de soin et d'aide aux personnes - **Durée** : 4 jours, intégrant le module ALM - Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

« Acteurs PRAP IBC » pour les activités physiques qui imposent la manutention manuelle d'objets (pour le personnel de lingerie, cuisine...) - **Durée** : 2 jours.

Vous pouvez également vous faire **accompagner par un professionnel externe** (service de santé au travail, Intervenant en Prévention des Risques Professionnels IPRP, consultant, ...).

**Pour aller plus loin** : Passer commande d'une prestation ergonomique ([brochure INRS – ED 860](#))

## Bonnes pratiques pour prévenir les TMS lors de la mobilisation des personnes

### 1/ Procéder à l'évaluation régulière de l'autonomie des personnes aidées

### 2/ Définir les techniques de manutention à mettre en œuvre pour une bonne prise en soins de chaque personne avec les objectifs de :

- Supprimer toute manutention pondérale manuelle (par exemple lors d'un transfert du lit au fauteuil).
- Réduire au minimum les efforts et postures contraignantes lors des manutentions subpondérales (par exemple lors du redressement d'une personne dans un lit).

### 3/ Mettre en œuvre les moyens adaptés :

- **Du matériel d'aide à la mobilisation ou au transfert** en quantité suffisante, maintenu en bon état et stockés à proximité des lieux d'utilisation.
  - Des dispositifs de type **rails plafonniers** ou équivalents (rail sur portique) avec des **moteurs** en nombre suffisant dans les chambres, en privilégiant les moteurs fixes.
  - Des lèves personnes mobiles au sol électriques.
  - Des dispositifs d'aide à la toilette (fauteuil de douche électrique, chariot de douche, douche au lit, ...)
  - Des draps de glisse pour notamment faciliter les rehaussements au lit.
  - Des lits électriques médicalisés dans toutes les chambres
  - ...
- **La formation du personnel** à l'utilisation des aides techniques présentes dans l'établissement.
- **Un dispositif d'information des soignants** sur la connaissance des résidents/patients et sur leur bonne prise en soins. Il s'agit de mettre l'information utile et actualisée à disposition des soignants, notamment pour les personnes qui viennent d'intégrer le service.

#### Pour aller plus loin :

Prévention des TMS dans les activités d'aide et de soins en établissement - [Recommandation R471](#)

La démarche ALM – Accompagner la mobilité ([brochure INRS – ED 6415](#))

Guide de choix. Acquisition de chariots ou d'aides à la manutention de personnes ([brochure INRS - ED6414](#))

Fiches pratiques d'aide aux choix des aides techniques ([Carsat Languedoc Roussillon – T54](#))

Prévention des TMS dans le secteur de l'aide et du soin à la personne ([INRS – Vidéos Anim 136 à 145](#))

---

Pour aller plus loin, rendez-vous sur le site de la Carsat de votre région :

#### [Carsat Alsace-Moselle](#)

(Départements 57 - 67 - 68)

[prevention.sanitairesocial@carsat-am.fr](mailto:prevention.sanitairesocial@carsat-am.fr)

#### [Carsat Nord-Est](#)

(Départements 08 - 10 - 51 - 52 - 54 - 55 - 88)

[service.prevention@carsat-nordest.fr](mailto:service.prevention@carsat-nordest.fr)