

LES TMS DANS LES MÉTIERS DU NETTOYAGE

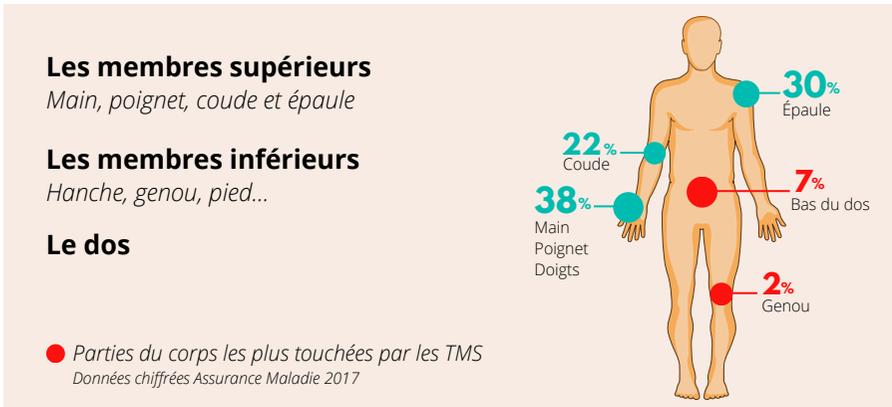
Agents de service, techniciens de surface, femmes de chambres...



DÉFINITION DES TMS

Les troubles musculosquelettiques (TMS) désignent l'**ensemble des affections** qui peuvent toucher **les muscles, les tendons et les nerfs**.

Les localisations peuvent être multiples :



Les TMS représentent les maladies professionnelles les plus fréquemment déclarées : *syndrome du canal carpien, tendinite de l'épaule, épicondylite du coude, hernie discale...*

Leur gravité est liée à leurs conséquences :

- **Médicales**

Douleurs, baisse de force, perte de mobilité, fourmillements...

- **Professionnelles**

Arrêts maladies, perte d'emploi, nécessité de reclassement professionnel...

- **Sociales**

Gêne dans la vie quotidienne, répercussions sur la vie familiale...

CAUSES DES TMS

- **Professionnelles**

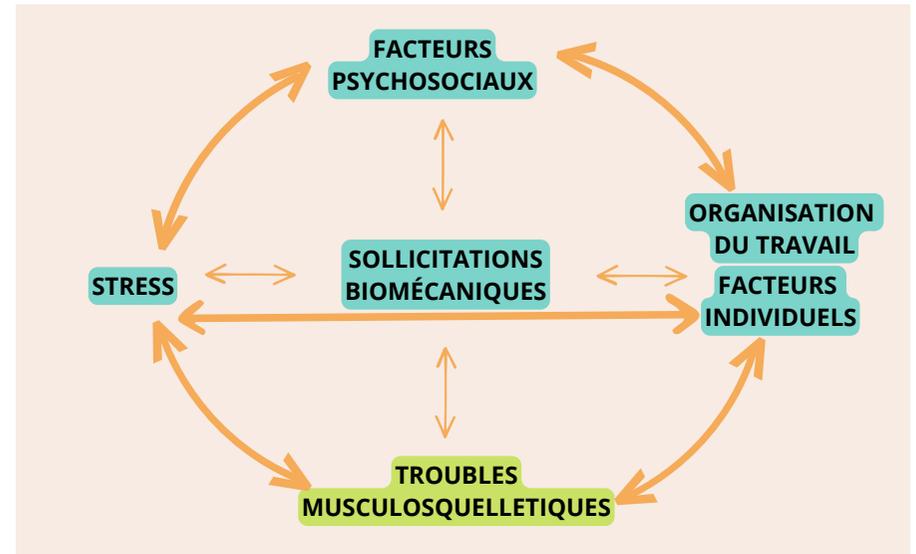
Travail répétitif, travail en force, port de charges, contraintes horaires...

- **Individuelles**

Âge, genre, antécédents médicaux, sédentarité, activités physiques...

- **Environnementales**

Froid, bruit, insalubrité, configuration des lieux.



PLUS D'INFOS

- ED 963 - Octobre 2011 - Les activités de mise en propreté et services associés
- ED 6409 - Novembre 2020 - Santé au travail : passez à l'action ! Métiers de la propreté
- ED 6347 - Novembre 2019 - Nettoyage des locaux de travail. Que faire
- ED 6148 - Décembre 2020 - Aide à domicile - Bonnes pratiques de prévention des risques professionnels
- ED 991 - Mai 2012 - Femme de chambre et valet dans l'hôtellerie

EXEMPLES DE SITUATIONS DE TRAVAIL



GESTES ET POSTURES DE TRAVAIL

- **Port de charges variées** : sacs de linges, poubelles, équipements
- **Sollicitations des mains/poignets** : essorage manuel, nettoyage de surfaces et vitres, réfection des lits
- **Gestes en force** : grattage, récurage, shampooinage
- **Bras en l'air et tendus** : nettoyage des dessus des armoires, des sanitaires
- **Tirage et poussage de chariots sur de grandes distances**
- **Répétitivité du geste et mouvements amples** : balayage et aspiration
- **Utilisation de machines** (vibrations)
- **Récupération du linge dans des zones basses/hautes**
- **Flexions du dos et/ou accroupissement** : récupérer et jeter les poubelles, réfection des lits, nettoyage des plinthes, nettoyage des escaliers



ÉQUIPEMENT DE TRAVAIL

- **Équipement détérioré** : roue d'un chariot de ménage ou d'un aspirateur – manche télescopique de l'aspirateur
- **Équipement inadapté à la tâche à réaliser** : poids, taille, maniabilité
- **Équipement manquant** : absence de chariot de ménage, de point d'eau et de vidoir



ORGANISATION DU TRAVAIL

- **Enchaînements de tâches de nettoyage sans temps de récupération**
- **Rythme de travail et horaires rigides pour le début des chantiers**
- **Absence d'alternance dans les tâches**
- **Horaires atypiques** : travail de nuit, horaires en longue coupure
- **Multiplicité des lieux de travail**
- **Absence de travail en binôme**
- **Manque de formation**



FACTEURS PSYCHOSOCIAUX

- **Relations conflictuelles** : équipe de travail, avec la hiérarchie, avec la clientèle
- **Sentiment d'insécurité** : environnement de travail, horaires
- **Surcharge de travail ressentie** : nombre de tâches, surfaces, chambres
- **Impossibilité de rendre la qualité souhaitée**
- **Interruptions de tâches**
- **Rythmes et façons de faire imposés**
- **Précarité de l'emploi, employeurs multiples**

PRÉCONISATIONS

PRINCIPES DE PRÉVENTION SUR LE CHAMP COLLECTIF

ACTIONS ORGANISATIONNELLES

- **Analyser l'activité et la charge de travail** afin de déterminer les besoins et exigences de la prestation (heures, effectifs, matériel)
- **Tenir compte du temps de déplacement** entre chaque chantier
- **Anticiper et organiser le travail** pour éviter un travail dans l'urgence, renforcer temporairement les équipes si besoin, permettre une alternance des tâches et limiter la répétitivité
- **Prévoir des marges de manœuvres** dans la réalisation des tâches

ACTIONS TECHNIQUES

- **Choisir des matériels adaptés à la morphologie des salariés et aux tâches à réaliser** :
 - Procédés de nettoyage selon les surfaces, les besoins du site (pré-imprégnation)
 - Chariot de ménage adapté aux surfaces à nettoyer et à la configuration des lieux
 - Équipements légers et maniables : aspirateur, balai à manche télescopique
- **Prendre en compte les facteurs environnementaux**

PRINCIPES DE PRÉVENTION SUR LE CHAMP INDIVIDUEL

- **Associer les salariés au choix du matériel et des procédés de travail**
- **Remonter les problèmes rencontrés** sur le terrain et les éventuels besoins en équipements
- **Porter des équipements de protection individuelle adaptés** (EPI)
- **Former les salariés** : accueil des nouveaux, présentation des chantiers, utilisation du matériel, gestes et postures

VOS INTERLOCUTEURS :

- **VOTRE RESPONSABLE - MANAGER** : il n'est pas toujours avec vous sur le chantier ! Vous pouvez échanger avec lui/elle sur :
 - Les demandes particulières non comprises dans la prestation générant une charge supplémentaire
 - Un équipement abîmé, tout dysfonctionnement dans votre matériel
 - Des propositions d'amélioration
- **VOTRE MÉDECIN DU TRAVAIL** : conseiller de l'employeur et des salariés, il peut venir étudier votre poste de travail, faire des préconisations, vous recevoir en cas de problèmes médicaux.

Le savez-vous ? Tout salarié peut demander à tout moment une visite médicale.

- **VOTRE MÉDECIN TRAITANT** :

Si vous avez des douleurs qui persistent.

Certains TMS peuvent être reconnus en maladie professionnelle.