

AIDE ET SOIN À LA PERSONNE



La démarche d'aide au transfert vise notamment à prévenir la survenue des troubles musculosquelettiques dans le secteur de l'aide et du soin à la personne. Voici des réponses aux questions fréquemment posées sur cette démarche.

1- Les TMS dans le secteur de l'aide et du soin à la personne

Quels sont les enjeux liés à la prévention des troubles musculosquelettiques (TMS) dans le secteur de l'aide et du soin à la personne (ASP) ?

Les accidents du travail et maladies professionnelles liés au TMS sont extrêmement nombreux et en constante progression dans ce secteur d'activité. Ils concernent essentiellement les **atteintes du dos et des membres supérieurs**. La survenue de ces pathologies est principalement liée aux **manutentions des patients** réalisées dans des conditions inappropriées. L'objectif de prévention est donc de supprimer autant que possible le port délétaire des patients par les salariés lors des manutentions dans les activités de soin : aider une personne à remonter dans son lit, à se lever de son fauteuil, s'y asseoir...

Une clé pour prévenir les risques consiste à **n'aider le patient que pour les mouvements qu'il ne peut faire seul, au besoin avec un dispositif technique d'aide** (lit médicalisé, potence, drap de glisse...). Il est essentiel que les professionnels soient informés et formés à la bonne utilisation de ces outils qui contribuent de façon importante à soulager les efforts physiques liés à leur activité.

Il est à souligner que dans ce secteur comme ailleurs, l'obligation de prévenir les risques liés à la manutention de personnes et de mettre à disposition des salariés des équipements appropriés (R.4541-3 du code du travail) doit être respectée pour adapter le travail à l'homme plutôt que l'inverse.

Où et comment peut-on s'informer et se documenter sur la prévention des troubles musculosquelettiques ?

Le site internet de l'INRS et de PREVITHEQUE propose de nombreuses ressources consacrées à la prévention des **troubles musculosquelettiques** et des **lombalgies**. Des pages web dédiées spécifiquement à la prévention des risques professionnels dans les **secteurs de l'aide et du soin** sont également disponibles. Pour des réponses adaptées aux spécificités de votre structure et pour prendre connaissance des actions locales, il est recommandé de prendre contact avec le service prévention de la Carsat de sa région.

2- La démarche de prévention des TMS

Quels sont les principes de la démarche proposée par l'INRS dans le secteur de l'aide et du soin à la personne ?

La démarche vise à la **suppression du port de charge** délétère dans les manutentions de personnes en intégrant les dispositifs d'aide au transfert dans l'activité de soin. Elle suppose la connaissance des mouvements constitutifs des déplacements spontanés : rehaussement au lit, transfert, redressement et marche, relève du sol après une chute...

Elle permet à chaque professionnel d'évaluer simplement les capacités de la personne à réaliser tout ou partie de ces mouvements au moment de la réalisation du soin sans avoir à solliciter/mobiliser pour chaque aide au déplacement un kinésithérapeute ou un ergothérapeute dont les compétences sont d'un autre ordre.

Elle permet d'éviter les manutentions contraignantes et d'apprendre aux salariés à préserver leur santé tout en valorisant les capacités disponibles de la personne aidée. Il est à souligner que la démarche est applicable par une personne seule à domicile.

Où peut-on obtenir plus d'informations sur la démarche ?

Une **série de dix films courts** présente la démarche d'aide au transfert visant à supprimer le port de charge délétère dans les manutentions de personnes dans l'activité de soin : aider une personne à remonter dans son lit, à se lever de son fauteuil, s'y asseoir...

Quelles actions de l'INRS accompagnent la mise en place de cette nouvelle approche ?

La démarche de prévention des TMS dans le secteur de l'aide et du soin à la personne est en cours d'intégration dans les dispositifs de formation continue de l'INRS et notamment **Prap2S**, dont le contenu va évoluer pour intégrer cette démarche.

De plus, l'INRS va travailler avec les responsables de la formation initiale pour faire évoluer aussi le contenu des enseignements pour les futurs salariés (infirmiers, aides-soignants ...).

Pour que les aides à la manutention soient intégrées naturellement dans les soins, il faut que les salariés soient formés à cette nouvelle démarche mais aussi que les équipements soient effectivement à leur disposition et dotés des fonctionnalités requises.

Ce qui suppose de guider le choix de ceux qui, dans les structures, sont en charge de l'achat des équipements. Ce qui implique aussi que les lieux de travail soient conçus et agencés pour permettre l'utilisation de ces équipements. L'organisation du travail doit aussi être adaptée.

En amont, l'INRS poursuivra donc son action avec les fabricants pour qu'ils intègrent les besoins des professionnels et la prévention des risques professionnels. Prescripteurs, distributeurs et financeurs seront aussi impliqués pour que la démarche lors des manutentions de personnes devienne une réalité.

Quel est le rôle du service de santé au travail dans la prévention des TMS ?

Le rôle du service de santé au travail est notamment de conseiller employeurs, salariés et leurs représentants sur les risques professionnels et les moyens de les prévenir.

Il peut, par exemple, proposer des modifications de certaines activités (changement d'organisation, utilisation de matériel) ou réaliser des actions de sensibilisation. Lors des consultations, il informe les salariés des risques professionnels et donne des conseils en relation avec les risques professionnels identifiés.

Par ailleurs, son rôle est de dépister précocement des effets sur la santé des risques professionnels existants. Enfin, le médecin du travail participe à la prévention de la désinsertion professionnelle des salariés atteints de pathologie, en proposant des formations, des aménagements ou mutations de poste, en orientant la prise en charge sociale, si nécessaire. Il peut déléguer une partie de ces activités, sous sa responsabilité, à d'autres professionnels (infirmiers, IPRP, par exemple).

Il ne faut donc pas hésiter à se rapprocher du service de santé au travail dont on dépend.

Investir dans la prévention des TMS est-il rentable pour les structures ?

Une **étude publiée en 2009 par l'INRS** a montré que pour une structure hospitalière, un investissement dans des équipements (verticalisateurs, lève-personnes, tapis de rehaussement) et de la formation pour prévenir le risque de TMS a été amorti en à peine plus de 3 ans grâce à une **réduction de 60 % des accidents du travail**.

Existe-t-il des aides financières pour accompagner les entreprises dans une démarche de prévention des TMS ?

Les Carsat/Cramif/CGSS peuvent accompagner techniquement et financièrement la mise en œuvre d'actions de prévention par des contrats de prévention (entreprises de moins de 200 salariés) et des subventions prévention TPE (entreprises de moins de 50 salariés).

Des aides financières sont également proposées dans le cadre du programme **TMS Pro** mise en place par l'Assurance maladie – risques professionnels.

Est-il envisageable de transposer cette démarche vers le milieu de la petite enfance car il s'agit également d'un secteur d'aide et de soin à la personne ?

Cette démarche est cohérente et compatible avec le développement psycho éducatif de l'enfant, en particulier son apprentissage de l'autonomie.

Le dépliant **Salarié(e)s en bonne santé, enfants bien gardés - ED 6162** aborde la prévention des risques professionnels dans le secteur de la petite enfance.

3- Outils d'aide et prévention des TMS

Quels sont les outils simples, transportables et adaptés au domicile ?

A domicile, on peut considérer que le minimum est un **lit médicalisé à hauteur variable avec potence adaptée**. Le **drap de glisse** est aussi un très bon outil d'aide. Et également, contre toute attente, le lève-personne sur rail est d'installation très facile et se révèle peu encombrant.

Comment favoriser l'acceptation des outils d'aide par la personne aidée et son entourage ?

Pour aider à l'acceptation de ces outils, il s'agit d'expliquer que cette démarche d'aide au transfert apporte du **confort** à la personne aidée et lui permet de maintenir voire d'améliorer son **autonomie**.

Dans certains cas, l'utilisation de ces outils peut permettre de garder une personne à domicile, ce qui ne serait pas possible autrement.

En outre, par le confort physique qu'elle apporte à la fois au soigné/aidé et soignant/aidant, elle permet de se concentrer sur la relation humaine et sur une **vraie relation de soin**.

Il faut l'éprouver, en être convaincu afin de trouver les mots qui emporteront l'adhésion des personnes et de leur entourage.

Dans le cas contraire, la question peut être posée de la poursuite de la prestation si les conditions ne sont pas réunies pour préserver la santé de chacune des parties.

Quel est le rôle des outils d'aide dans la prévention des TMS ?

Les outils d'aide doivent faire partie du "prendre soin" et être intégrés de manière généralisée dans l'activité de soin. Ils ne doivent pas être la solution qu'on utilise en dernier recours, réservées aux situations extrêmes de personnes que l'on ne peut pas ou ne sait pas « manutentionner ».

L'outil d'aide apporte du confort à la personne empêchée, momentanément ou durablement, de réaliser certains mouvements naturels.

C'est aussi un outil qui prend soin de la santé du soignant en le préservant physiquement d'efforts et de postures contraignantes.

La démarche permet aussi de renforcer la qualité de la relation entre le patient et le soignant en redonnant de la considération à l'un et à l'autre. Au lieu de faire à la place de la personne accompagnée, celle-ci est sollicitée pour prendre part à l'activité de soin, ses capacités sont encouragées. Le soignant est d'autant plus disponible et à l'écoute de la personne qu'il n'est pas dans l'inconfort physique d'une posture contraignante ou d'un effort douloureux.

L'utilisation des outils d'aide doit-elle être obligatoire ?

Non. S'ils permettent de soulager la charge physique qui pèse sur les professionnels, le recours aux outils d'aide tels que les lève personne, ne peut être systématique et ne convient pas en toute circonstance. Les outils d'aide à la manutention doivent être choisis en fonction de la tâche à réaliser, des capacités fonctionnelles du patient... L'utilisation des outils d'aide doit faire l'objet d'une **évaluation réalisée au cas par cas**.

Où trouver des informations sur les aides techniques ?

Les **centres d'information et de conseil sur les aides techniques (Cicat)** fournissent de nombreux renseignements sur les outils d'aide, notamment sur leur financement. On peut aussi y tester les outils d'aide à la manutention avec l'accompagnement d'ergothérapeutes.

Est-il possible d'avoir recours à des exosquelettes dans le secteur de l'aide et du soin à la personne ?

A l'heure actuelle, la majorité des exosquelettes disponibles sur le marché a été conçue pour des activités industrielles, logistique ou BTP. Devant le peu de recul sur l'utilisation d'exosquelettes en situation de travail dans le secteur de l'aide et du soin à la personne, il est indispensable d'engager une démarche de réflexion structurée avant tout projet d'acquisition.

La **brochure ED 6315 "Acquisition et intégration d'un exosquelette en entreprise"**, peut servir de base méthodologique, en support des réflexions menées lors d'une démarche de prévention. Il est à noter que l'introduction des exosquelettes, comme toute nouvelle technologie, constitue un changement majeur au niveau de l'organisation et de l'activité des utilisateurs. Dans le secteur sanitaire et social, l'exosquelette devra être accepté aussi bien par l'aidant que par la personne aidée pour qu'il soit réellement utilisé et retenu comme équipement de travail.

4- Se former à la prévention des TMS

Y a-t-il des formations dédiées à la prévention des risques professionnels spécifiques au secteur de l'aide et du soin à la personne à domicile et en établissement ?

Des formations adaptées existent, il s'agit des dispositifs :

- **ASD pour le domicile**
- **HAPA-SMS pour les établissements du secteur sanitaire et médico-social** complétés par le dispositif **Prap 2S**

Les dispositifs de formation s'adressent aux acteurs de terrain (dirigeant et salariés) comme aux formateurs (organismes habilités et formateurs certifiés) ; chacun peut donc trouver la formation qui correspond à son métier et ses besoins.

En quoi les dispositifs de formation correspondent-ils aux besoins des professionnels du secteur de l'aide et du soin à la personne ?

Les dispositifs de formation à la prévention des risques professionnels du secteur de l'aide et du soin à la personne du réseau de l'Assurance maladie – risques professionnels ont la spécificité d'avoir été construits avec les acteurs du secteur et à leur demande.

Ils correspondent précisément à leurs attentes et besoins. Ils permettent de concevoir des actions de prévention et de les mettre en œuvre de façon pérenne en associant tous les niveaux de professionnels dans la structure/l'établissement et en les rendant chacun acteur de la prévention au quotidien.

Il est à noter que la démarche proposée tend à prévenir les TMS de tout le corps sans se centrer sur une articulation en particulier.

Quelles sont les obligations des employeurs en matière de formation à la prévention des TMS ?

Les obligations réglementaires de l'employeur en la matière sont encadrées par les dispositions du code du travail :

- Article R4541-3
L'employeur prend les mesures d'organisation appropriées ou utilise les moyens appropriés, et notamment les équipements mécaniques, afin d'éviter le recours à la manutention manuelle de charges par les travailleurs.
- Article R4541-8
L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :
1° [...] [...]
2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. [...]
- Article R4321-1
L'employeur met à la disposition des travailleurs les équipements de travail nécessaires, appropriés au travail à réaliser ou convenablement adaptés à cet effet, en vue de préserver leur santé et leur sécurité.
- Article R4321-2
L'employeur choisit les équipements de travail en fonction des conditions et des caractéristiques particulières du travail. Il tient compte des caractéristiques de l'établissement susceptibles d'être à l'origine de risques lors de l'utilisation de ces équipements.