

PROGRAMME DE FORMATION

Prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS) en EHPAD

Code formation : F807

Nombre d'heures requis : 14h.

Prérequis / Public : La formation s'adresse à tout le personnel

Objectifs pédagogiques de la formation :

- Appréhender les gestes et postures fondamentaux et intégrer les gestes spécifiques à son métier ;
- Identifier les différentes formes de TMS ;
- Prévenir les TMS ;
- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles lié à l'activité.

Modalités : La formation est dispensée en présentiel dans les locaux de l'entreprise.

Délai d'accès : 48 h.

Tarifs : Sur demande.

Contact : contact@conseilformation.fr

Méthodes mobilisées : Enoncés théoriques, vidéos, documents écrits.

Modalités d'évaluation : QCM, Quiz, mises en situation.

Accessibilité aux personnes handicapées : OUI.

Formateur(s) : Formateurs diplômés dans le secteur d'activité concerné.

Nombre de participants à la formation par session : 12 maximum.

Préambule : A l'heure actuelle, les TMS sont de loin les maladies professionnelles reconnues les plus fréquente. Ils sont le résultat de la combinaison de multiples causes liées au poste de travail et à son environnement, à l'organisation du travail, au climat social dans l'entreprise.

Description détaillée de la formation

I. Les différents risques professionnels en EHPAD

- Les maladies professionnelles ;
- Les accidents de travail ;
- L'usure professionnelle ;
- Les conséquences de l'usure professionnelle pour les soignants, l'établissement, et les résidents.

II. Les différentes formes de TMS en EHPAD

- Définition des TMS ;
- Les TMS les plus fréquents :
 - TMS de la zone cervicale ;
 - TMS des épaules, des bras, des poignets, et des mains ;
 - TMS de la colonne vertébrale ;
 - TMS de la hanche, du genou et de la cheville.

III. La prévention : adopter gestes et postures lors des soins

- Adopter les bonnes postures lors :
 - De l'aide à la toilette ;
 - De l'aide à l'alimentation ;
 - Des transferts : du lit à la position debout, du lit au fauteuil, du fauteuil au lit ;
- Utiliser les dispositifs techniques de mobilisation des résidents de manière adaptée :
 - Le lit comme support de prévention des TMS ;
 - Le verticalisateur ;
 - Le lève-malade ;
 - Le rail de transfert ;
 - Le chariot de douche ;
 - Le fauteuil roulant ;

IV. Prévention : adopter gestes et postures adaptés en dehors des soins

- Lors des manipulations de charges lourdes ;
- Lors des tâches d'entretien ;
- Lors des tâches répétitives.

V. Se protéger et s'équiper

- Les EPI ;
- Savoir se détendre en réalisant des étirements.