



SPÉCIMEN

La santé
GAGNE
l'entreprise

Zoom prévention TMS

Vous avez dit « TMS » ?

- ⌘ **TMS signifie troubles musculo-squelettiques.**
- ⌘ **Ces douleurs touchent les tendons, nerfs, ligaments de toutes les parties du corps :**
 - membres supérieurs: épaules, coudes, avant-bras, poignets
 - dos et colonne vertébrale: nuque et région lombaire
 - membres inférieurs: genoux, chevilles
- ⌘ **Ils apparaissent à la répétition d'un même mouvement.**
- ⌘ **Tout le monde peut être touché, quel que soit le métier.**

Quatre types de facteurs favorisent la survenue des TMS

- ⌘ **Biomécaniques:** gestes répétitifs, mouvements de grande amplitude articulaire, efforts importants, postures prolongées...
- ⌘ **Physiologiques:** froid, vibrations...
- ⌘ **Psychosociaux:** stress, craintes professionnelles...
- ⌘ **Personnels:** âge, sexe, antécédents médicaux...

Les TMS surviennent à la conjonction de plusieurs de ces facteurs.

www.lasantegagnelentreprise.fr



**Harmonie
mutuelle**

GRUPE **vyv**

