

RESUME :

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) de l'épaule n'ont cessé de s'accroître, dans les pays industrialisés, ces vingt dernières années. Ils engendrent de nombreux arrêts de travail et ainsi, ont de lourdes conséquences pour l'entreprise et ses salariés. Les pathologies de l'épaule rejoignent celles du dos qui elles, sont largement prises en compte de part une prévention établie régulièrement dans les entreprises. Ainsi, il nous a semblé important de faire de même pour l'épaule.

Notre travail repose sur l'élaboration d'un concept d'école de l'épaule dans le but de prévenir ces TMS. Pour cela, nous avons développé trois séances de quatre-vingt-dix minutes qui permettent d'enseigner aux sujets concernés des notions générales sur l'épaule, pour pouvoir intégrer par la suite, des exercices et des aménagements simples, à réaliser au travail et à domicile. Ainsi, nous éduquons les opérateurs afin qu'ils puissent assimiler la bonne attitude à avoir pour soulager leurs épaules et éviter la survenue précoce d'une pathologie.

Suite au travail de Marine Pierlot l'année précédente, nous avons composé les différentes séances que nous proposait son mémoire, en élaborant les supports nécessaires à leur mise en place.

Notons que ce concept n'est pas immuable et qu'il doit être complété par une démarche ergonomique. En effet, le poste de travail doit être adapté au mieux, et l'employeur, informé de cette prévention.

Mots clés : Epaule - Troubles musculo-squelettiques – Prévention - Education.