



FORMATION PRAP

- Toutes activités physiques peuvent comporter des risques d'accident, l'activité professionnelle comme toute autre.
- Mais cela ne conduit pas obligatoirement à l'accident si:
 - Les dangers sont décelés, les moyens de supprimer ou de réduire les risques sont connus et appliqués
 - Est considéré comme accident du travail, qu'elle qu'en soit la cause, l'accident survenu par le fait ou à l'occasion du travail à toute personne salariée ou travaillant à quelque titre ou quelque lieu que ce soit, pour un ou plusieurs employeurs (art.l411-1 du code de la sécurité sociale)
 - L'accident du travail n'est pas une fatalité qui s'impose au travailleur comme un phénomène naturel. C'est un événement particulier qui se produit dans des circonstances données lorsque certaines conditions sont réunies. Il ne naît pas du hasard mais résulte d'un ensemble de dysfonctionnements sur lesquels il est possible d'agir grâce à l'évaluation des risques et à la mise en place de mesures de préventions.
- Quand l'homme utilise son corps pour travailler ou dans sa vie quotidienne, il encourt des risques, et, de ce sont ces risques dans leur ensemble qu'il est nécessaire d'identifier.

ACCIDENTS de TRANSPORT MANUEL et MANIPULATION MANUELLE

3

On entend par manutention manuelle, toute opération de transport ou de soutien d'une charge dont le levage, la pose, la poussée, la traction, le port exige l'effort physique d'un ou plusieurs opérateurs.

Les accidents de transport manuel d'objets

sont les accidents qui se produisent lors d'un déplacement avec charge sur une distance supérieure à 2 mètres.

Les accidents de manipulation d'objets

sont les accidents qui se produisent au poste de travail, avec un déplacement inférieur à 2 mètres.

Maladies professionnelles

Une Maladie est dite « PROFESSIONNELLE » si elle est la conséquence directe de l'exposition d'un travailleur à un risque physique, chimique, biologique ou résulte des conditions dans lesquelles il exerce son activité.

Une maladie peut ouvrir droit à réparation dans les cas suivants:

- maladie désignée dans un tableau
- maladie désignée dans un tableau, mais ne remplissant pas une ou plusieurs conditions fixées (délai de prise en charge, durée d'exposition)
- maladie caractérisée, non désignée par un tableau, ayant entraîné le décès ou une incapacité permanente grave.

Nature des lésions

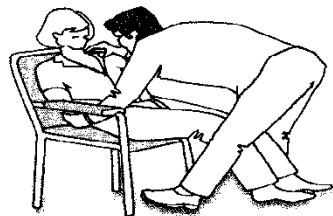
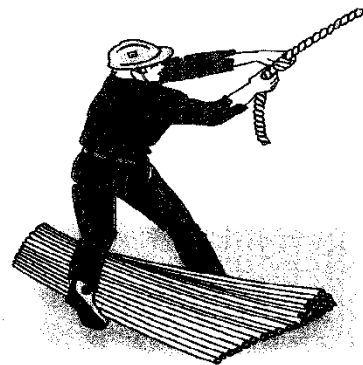
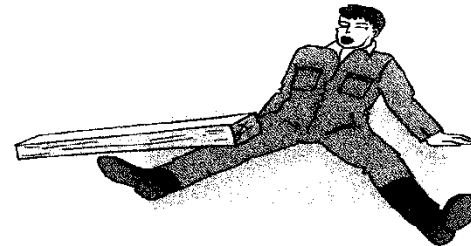
4

Les accidents de manipulation et de transport manuel d'objets se traduisent par :



**Des piqûres,
des plaies,
des contusions.**

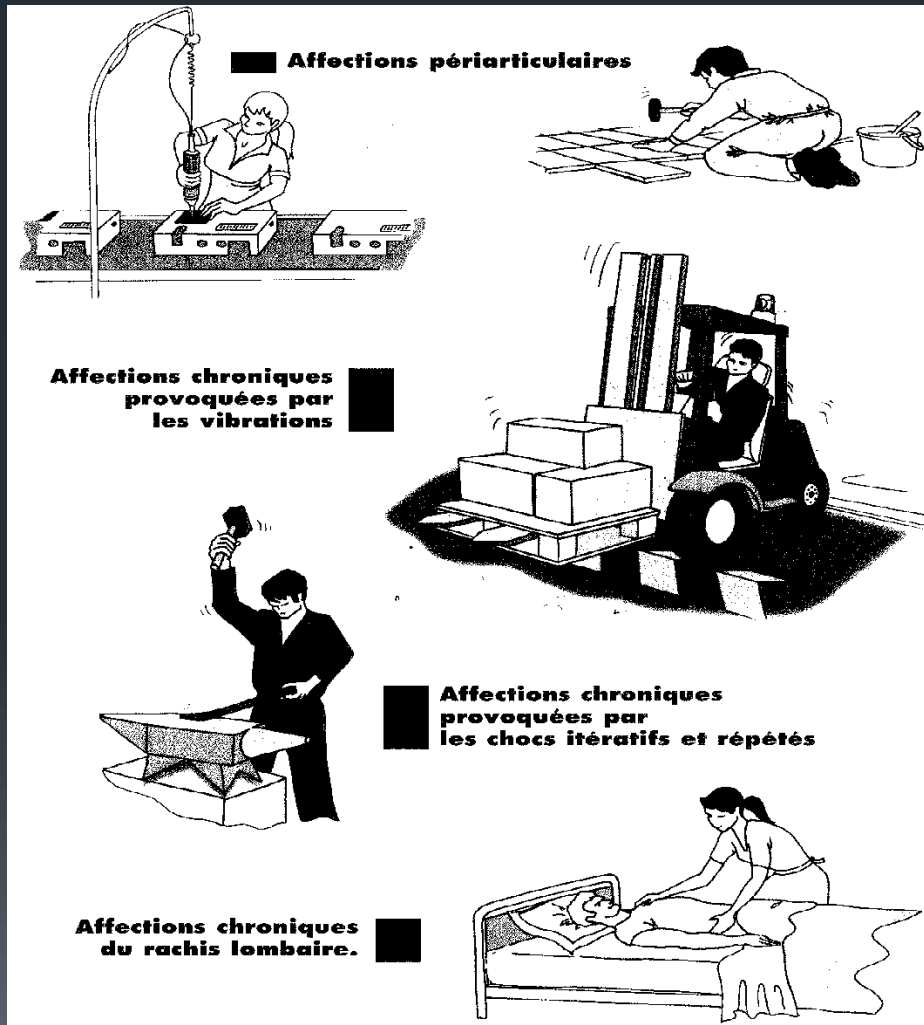
**Des fractures,
des entorses,
des luxations,
des déchirures musculaires.**



**DES ATTEINTES DE
LA COLONNE VERTEBRALE :
des lombagos,
des sciaticques,
des hernies discales.**

Maladies professionnelles

quelques exemples

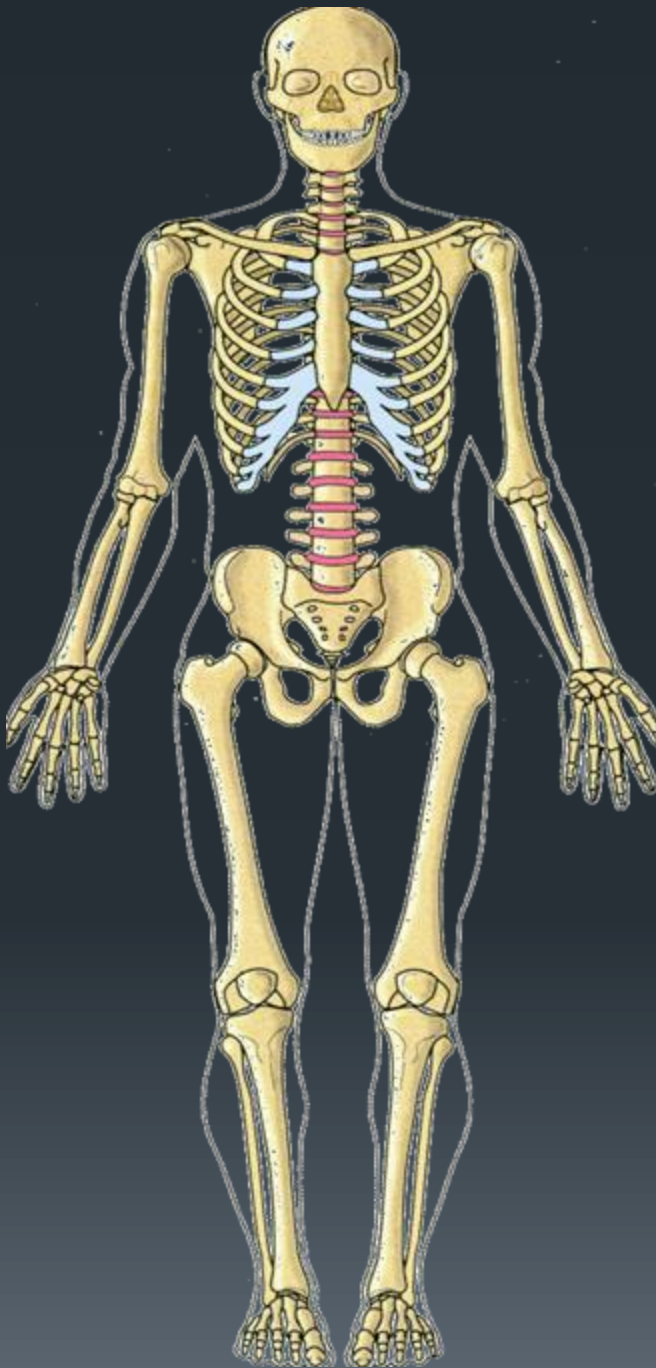




Identifier et caractériser les risques liés à⁷ l'activité physique en utilisant des connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain.

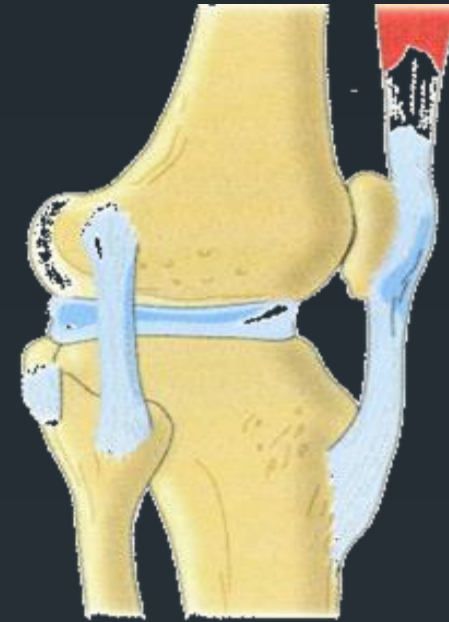
les principes généraux du fonctionnement du corps
humains.

Le squelette



- Le squelette comprend environ **200 os**

Les articulations



- **Mobiles**
Genou, coude
- **Semi-mobiles**
côtes , colonne vertébrale
- **Rigides**
os du crâne ,bassin

Les risques du squelette

fracture



Absence de continuité complète ou incomplète (fêlure) d'un os avec ou sans déplacement

Les fractures sont de deux types :

- Fractures par choc direct avec contusion.

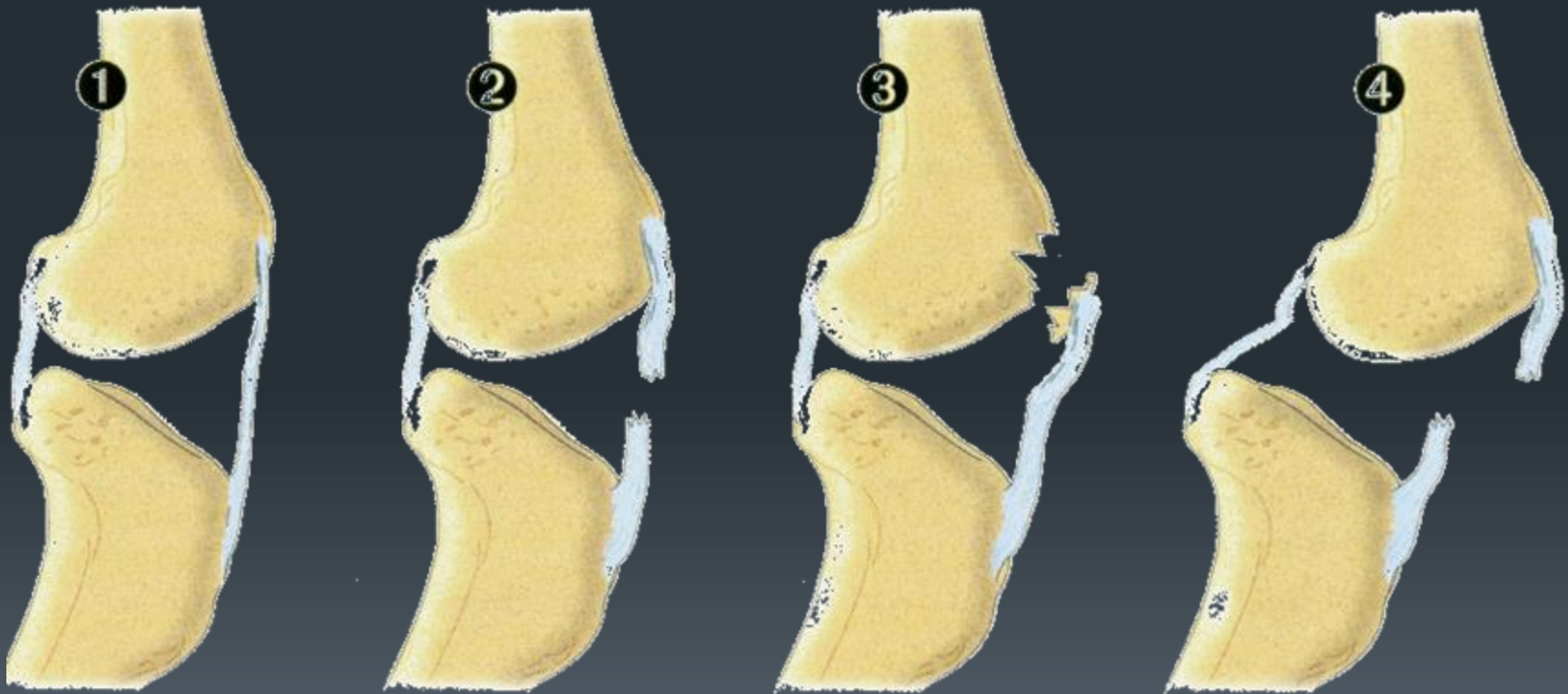


- Fractures par choc indirect provoquant une torsion, un étirement ou un tassement de l'os.



Les risques du squelette entorse

L'entorse est une lésion traumatique d'une articulation provoquée par un mouvement brutal de distorsion avec élongation ou arrachement des ligaments sans déplacement des surfaces articulaires, ni fracture.



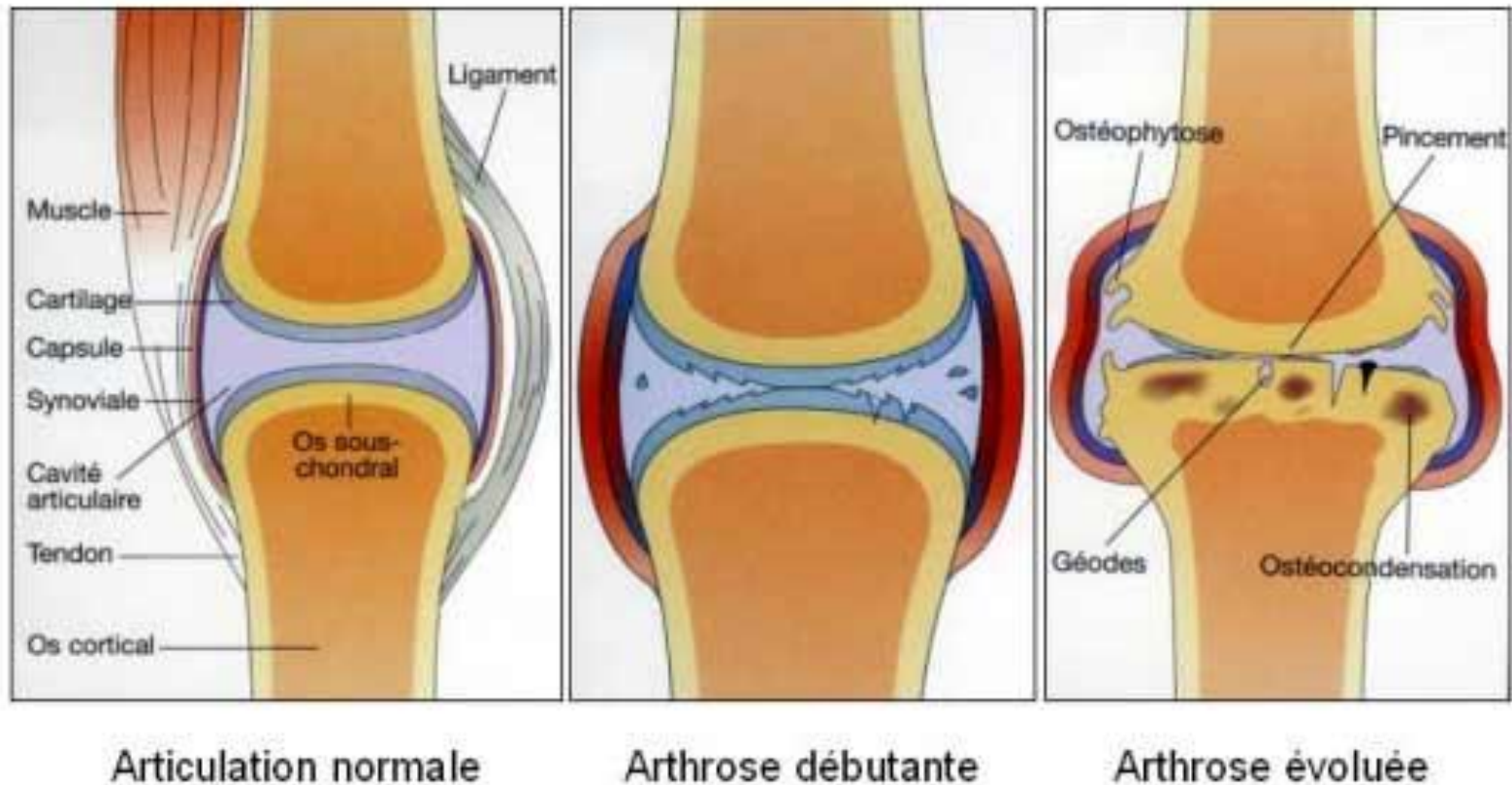
ENTORSE VRAIE

CONSÉQUENCE D'UNE ENTORSE VRAIE

Les risques du squelette

L'arthrose

De l'articulation normale à l'arthrose



Les muscles

45% du poids chez l'homme , 35% chez la femme



Deux catégories :

- **Muscles striés:**

biceps

abdominaux

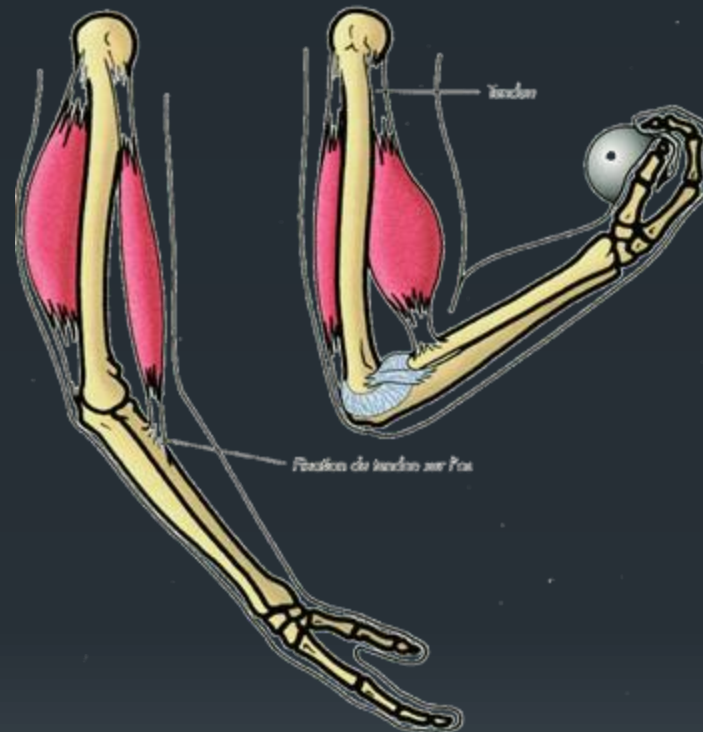
- **Muscles lisses :**

de l'estomac

de l'intestin

Muscles - Tendons- Ligaments

14



Muscles - Tendons- Ligaments

Les lésions Musculaires



LA COURBATURE

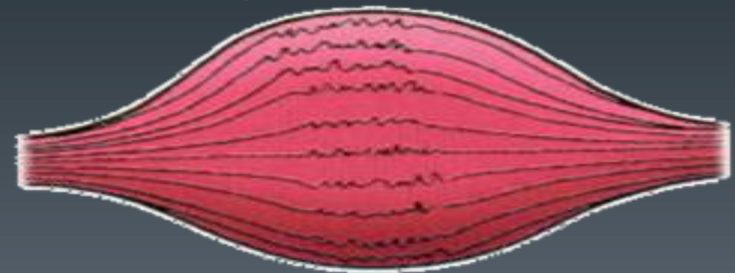
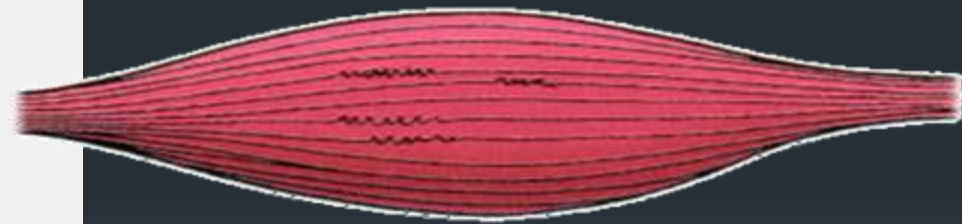
Inflammation des fibres musculaires. Elle est dûe à un surmenage musculaire et à une fatigue musculaire liée à un effort physique d'intensité ou de durée inhabituelle (attitude trop longtemps maintenue). Le repos, le massage qui favorise l'élimination des déchets accumulés lors de l'effort va permettre la récupération.

LA CONTRACTURE

Contraction durable et involontaire d'un muscle ou d'un groupe de muscles accompagnée de rigidité due à une sursollicitation du muscle.

LA CRAMPE

Il s'agit de la rétraction brutale et temporaire d'un muscle entraînant son raccourcissement maximum due à un effort long et/ou à la déshydratation. La douleur dure de quelques secondes à plusieurs minutes.





L'ELONGATION

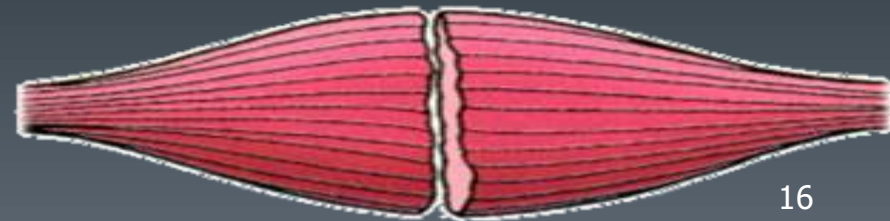
Due à un étirement excessif sans dégâts anatomiques importants. La douleur est immédiate mais modérée. Elle entraîne, lors de mouvements, une gêne fonctionnelle limitée. Le muscle est sensible à la palpation sur toute son étendue.

LE CLAQUAGE

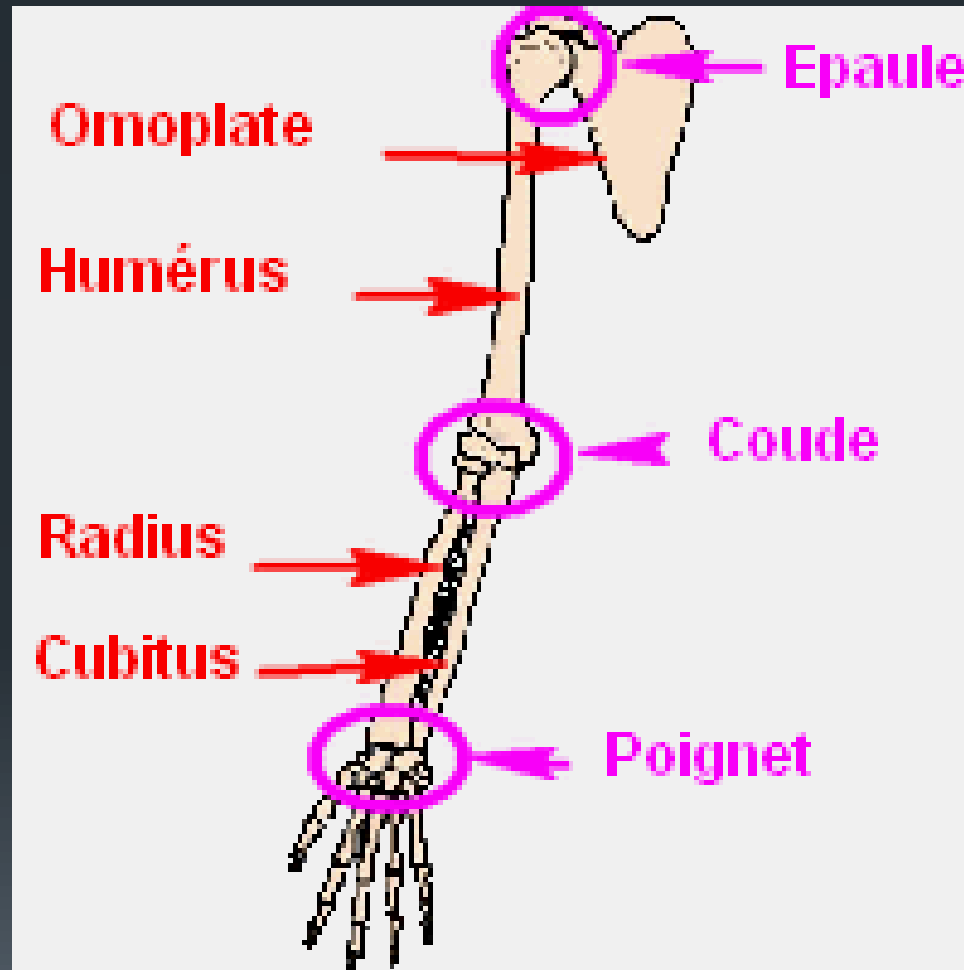
C'est la rupture, à la suite d'un effort violent, de quelques fibres d'un muscle non encore échauffé ou fatigué. Le claquage se traduit par une douleur vive, de survenue brutale, et généralement suivi par l'apparition d'une ecchymose. Le muscle est paralysé.

LA DECHIRURE OU RUPTURE

Véritable fracture du muscle ou du tendon, elle rend impossible tout mouvement, la douleur est intense, hématome volumineux, ecchymose précoce et enflure très marquée.



Le membre supérieur

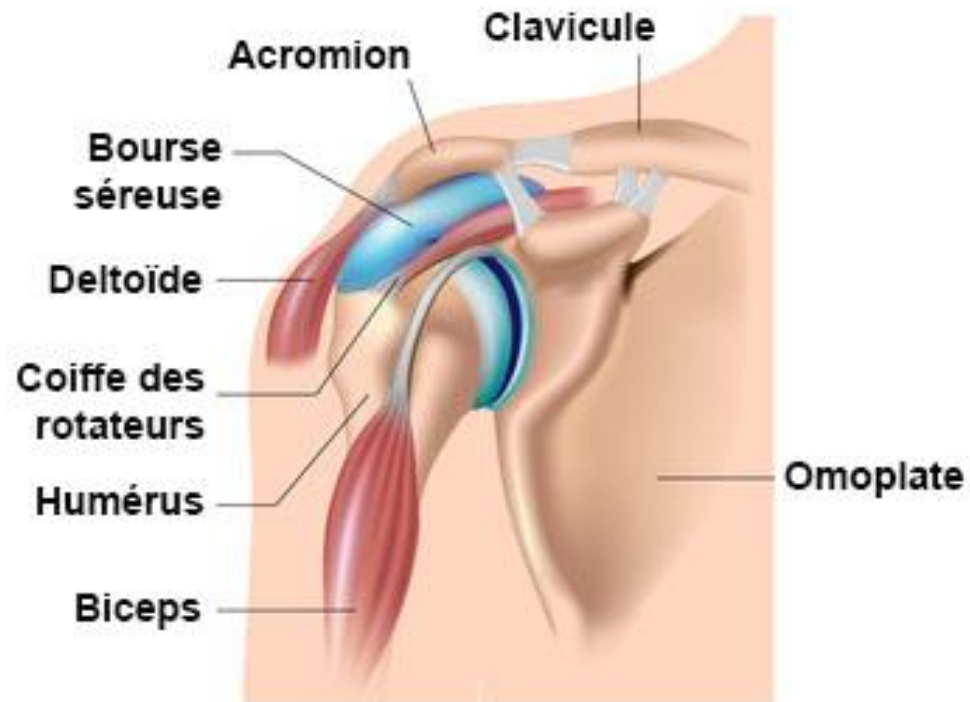


Le canal carpien syndrome

Vidéo main



L'Epaule

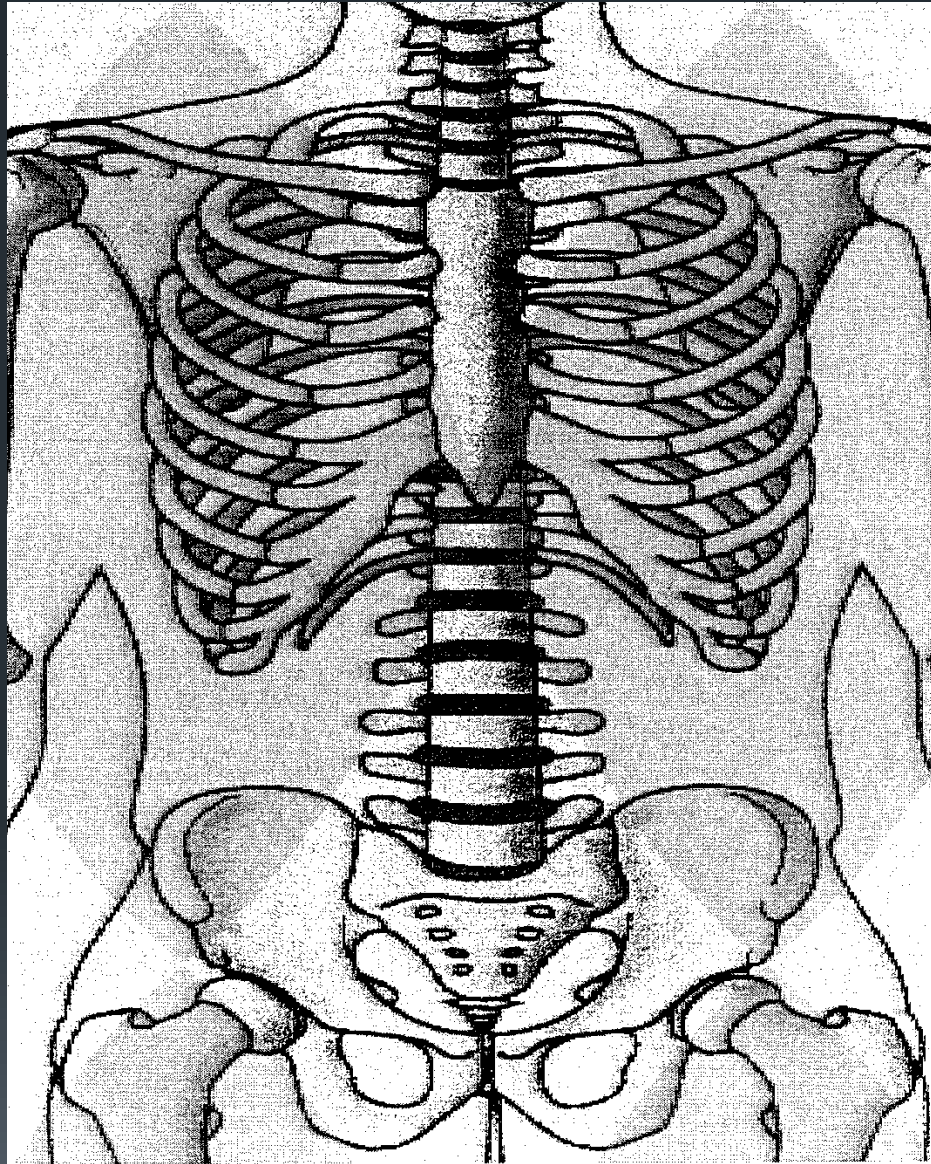


Articulation de l'épaule

La colonne vertébrale

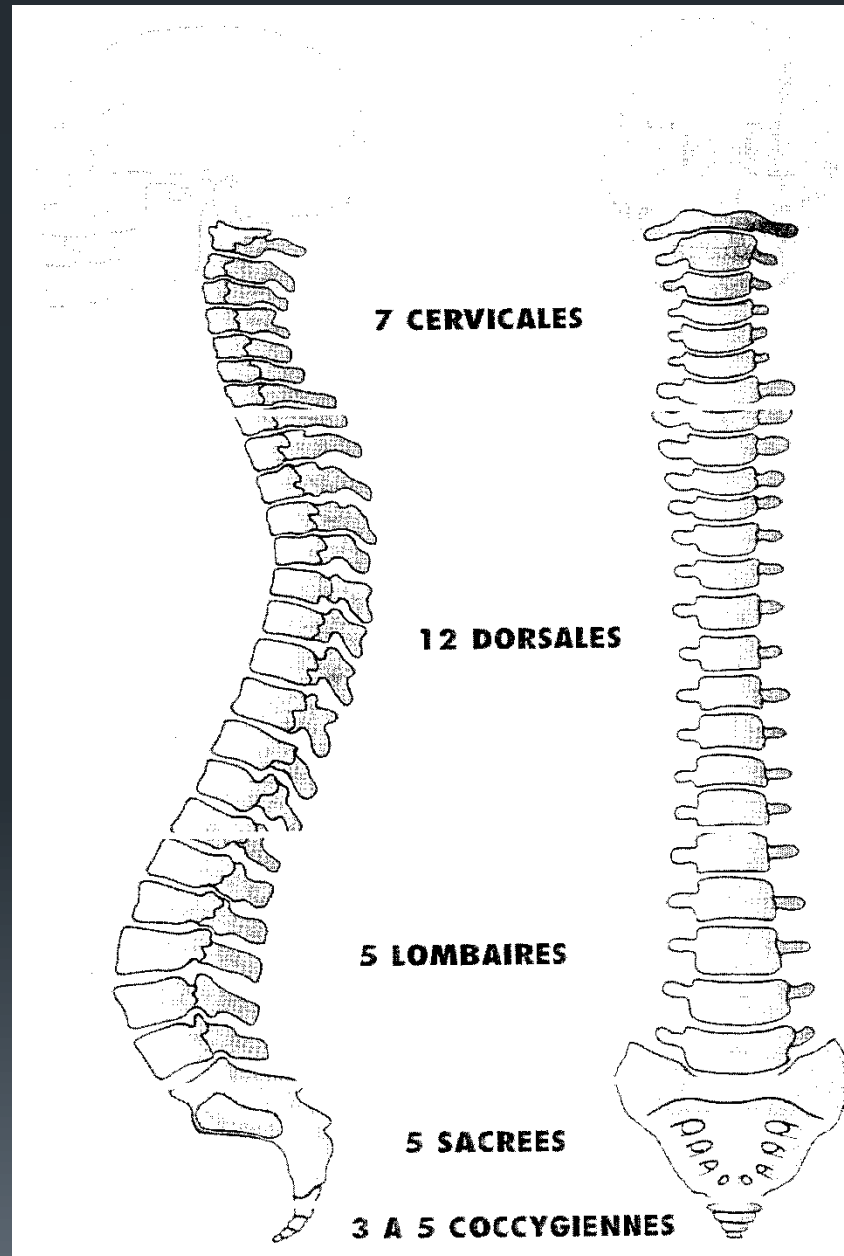
32 à 36 vertèbres

20



La colonne vertébrale

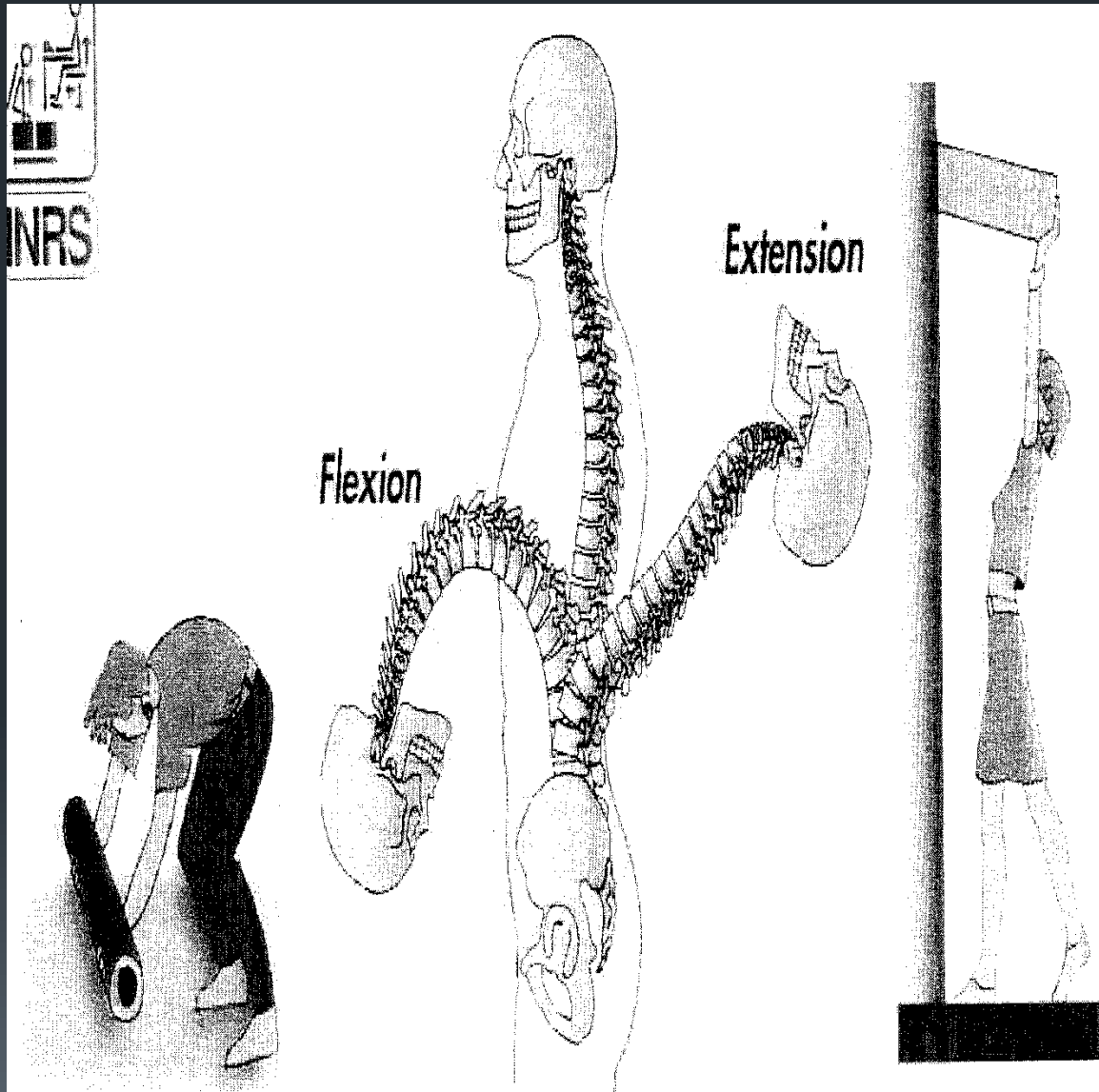
21



La colonne vertébrale

Les possibilités de mobilisation

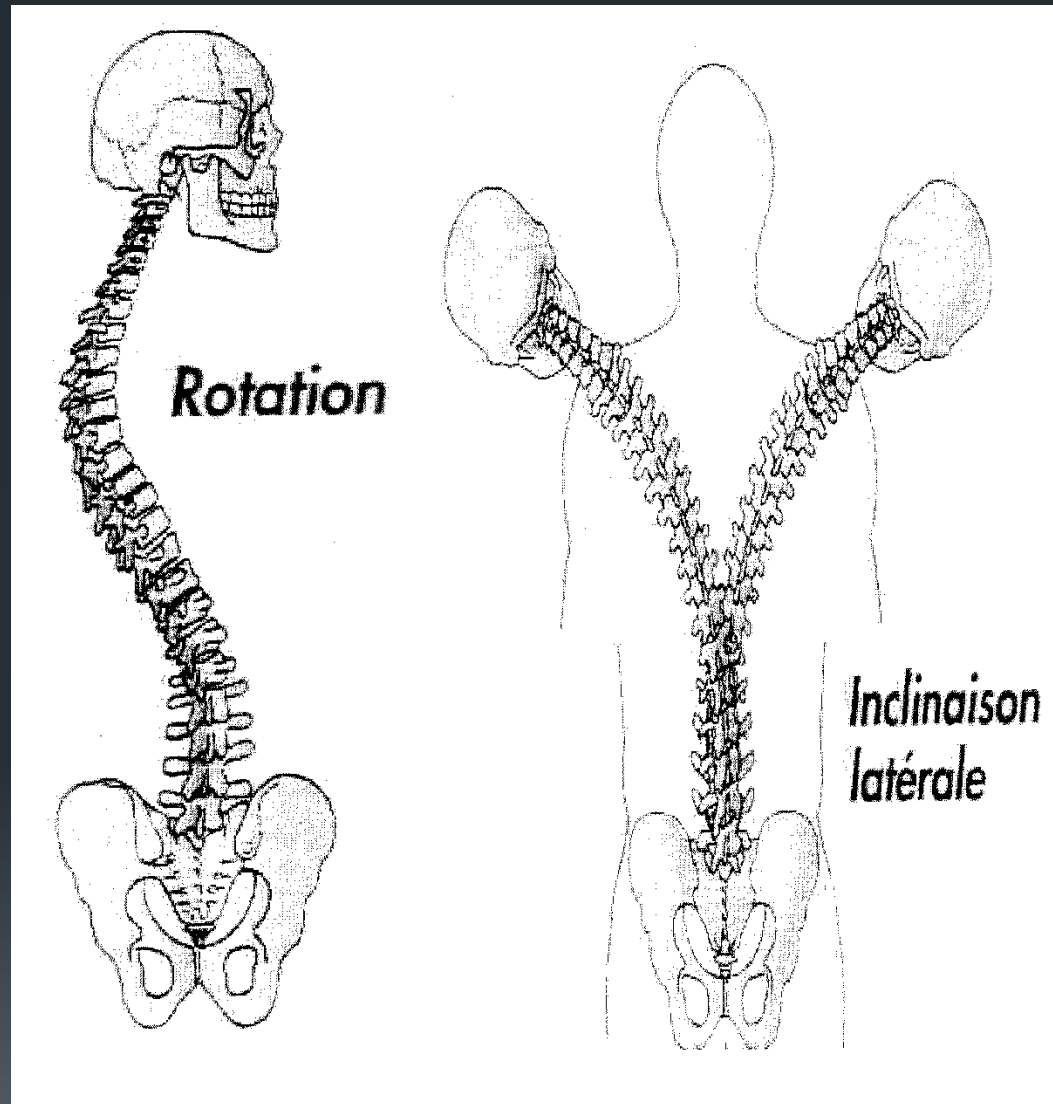
22



La colonne vertébrale

Les possibilités de mobilisation

23



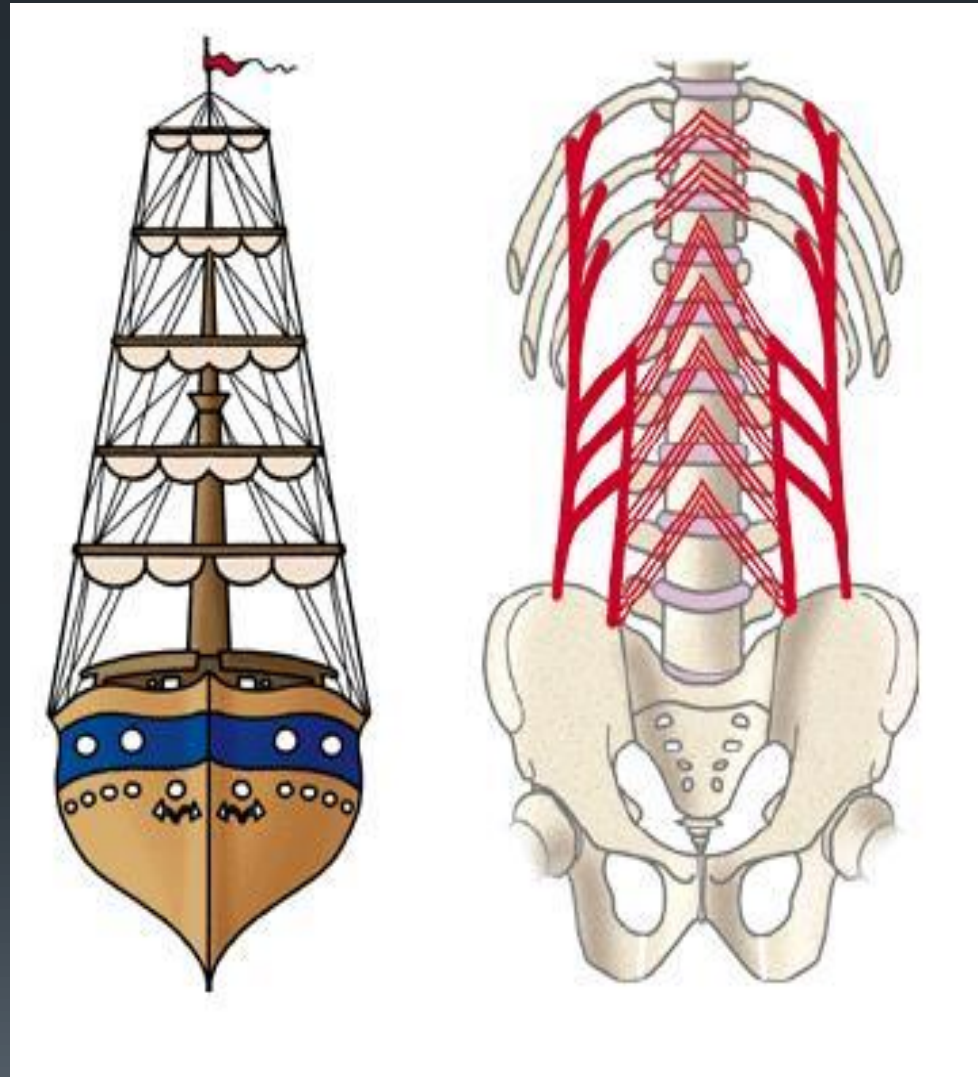
- Vidéo synthèse [Colonna-vertebrale-wmv\[www.savevid.com\].mp4](http://www.colonna-vertebrale-wmv[www.savevid.com].mp4)



La colonne vertébrale

Le rôle des muscles dans le maintien

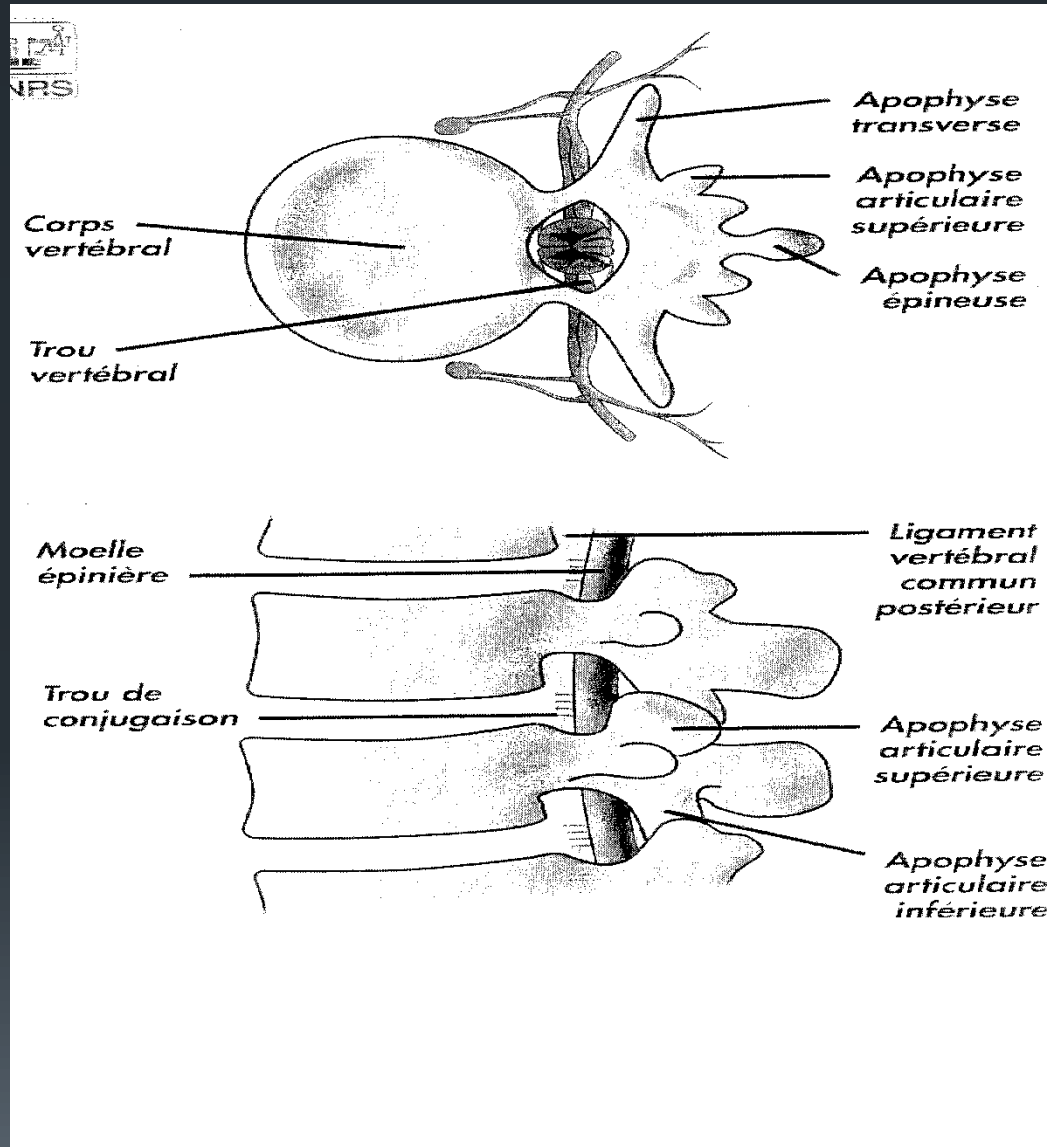
25



La colonne vertébrale

La vertèbre

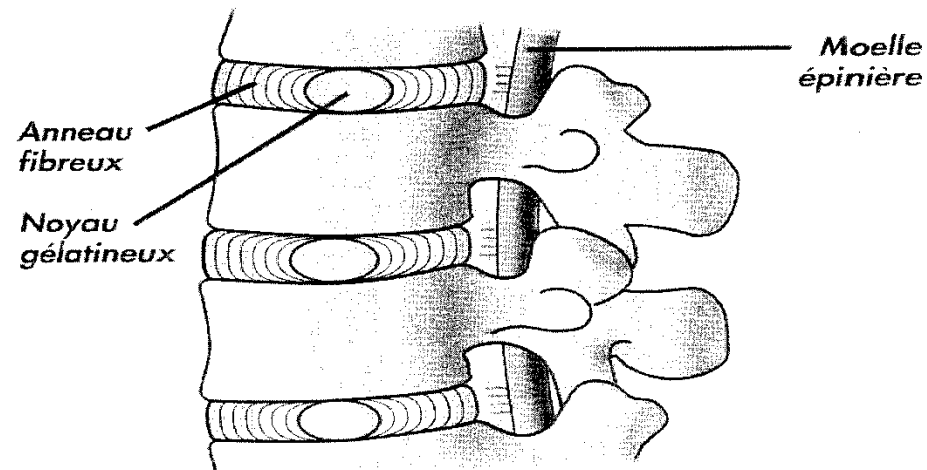
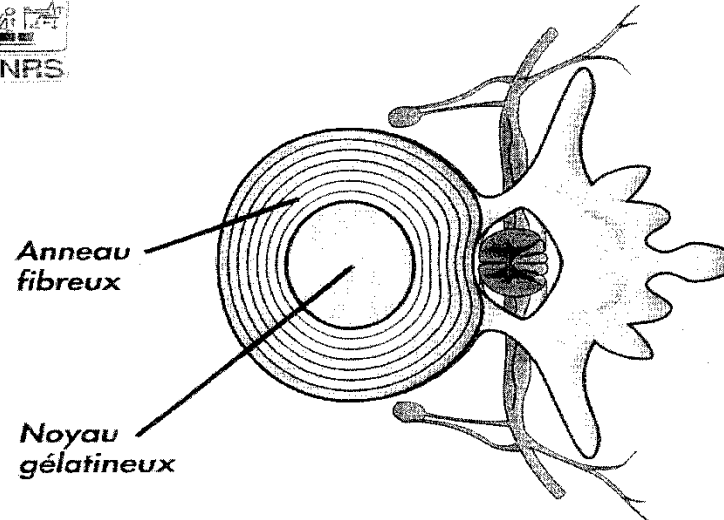
26



La colonne vertébrale

Le disque intervertébral

27

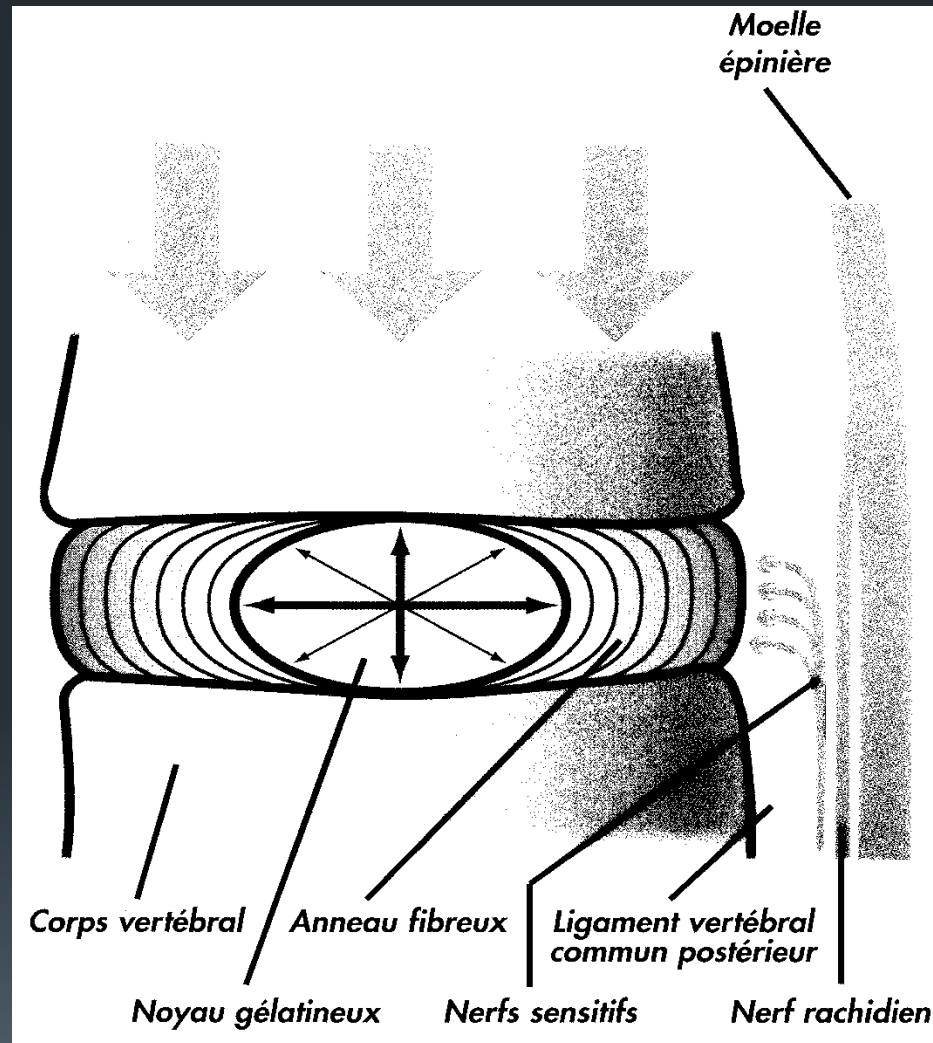


La colonne vertébrale

Le disque intervertébral

Son rôle

28

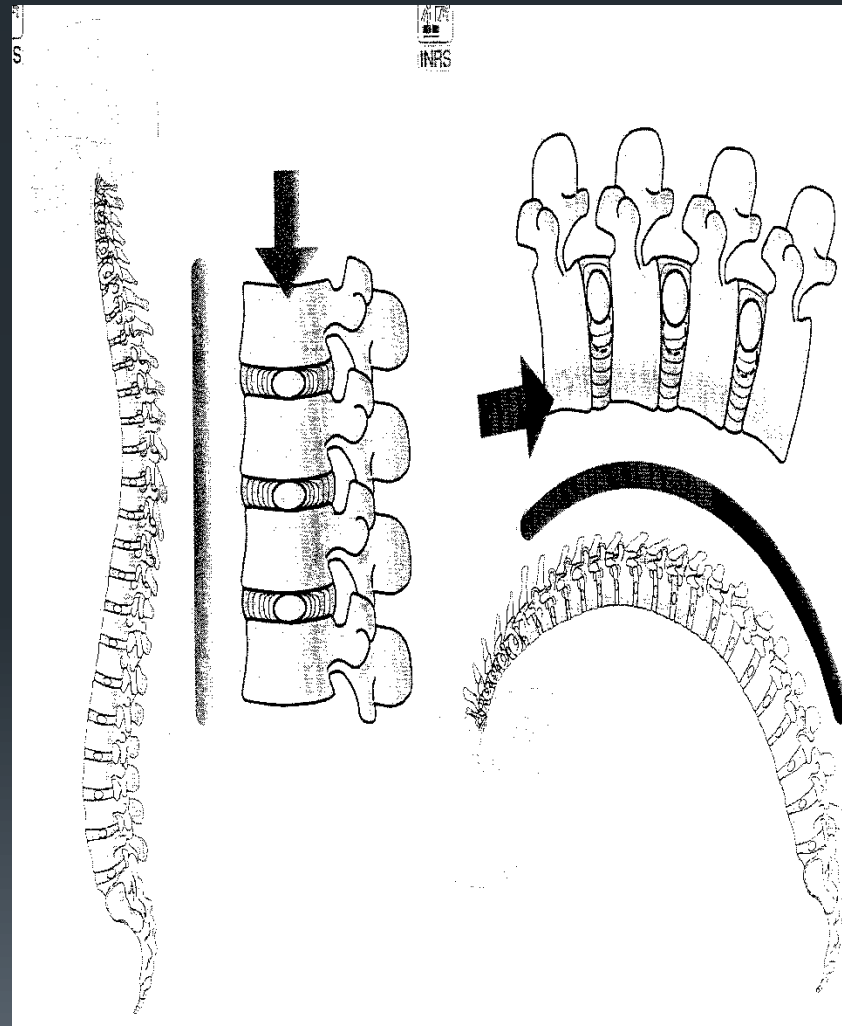


La colonne vertébrale

Le disque intervertébral

Le travail des disques

29

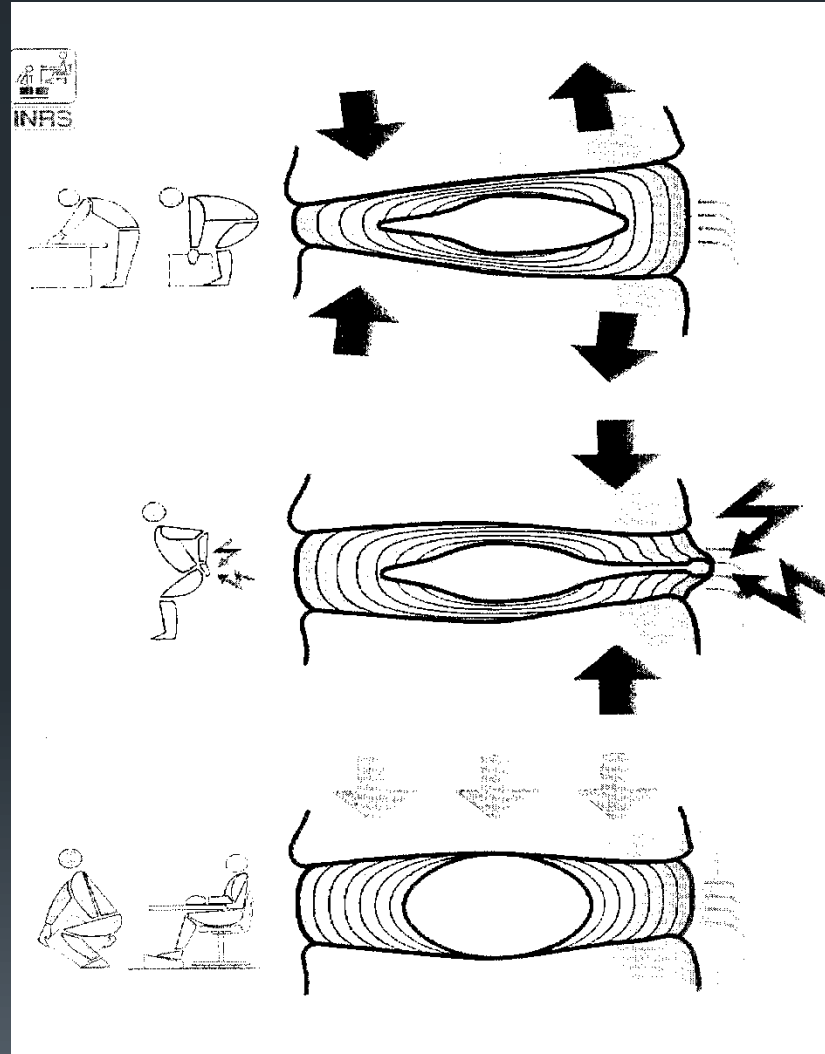


La colonne vertébrale

Le disque intervertébral

L'accident discal

30

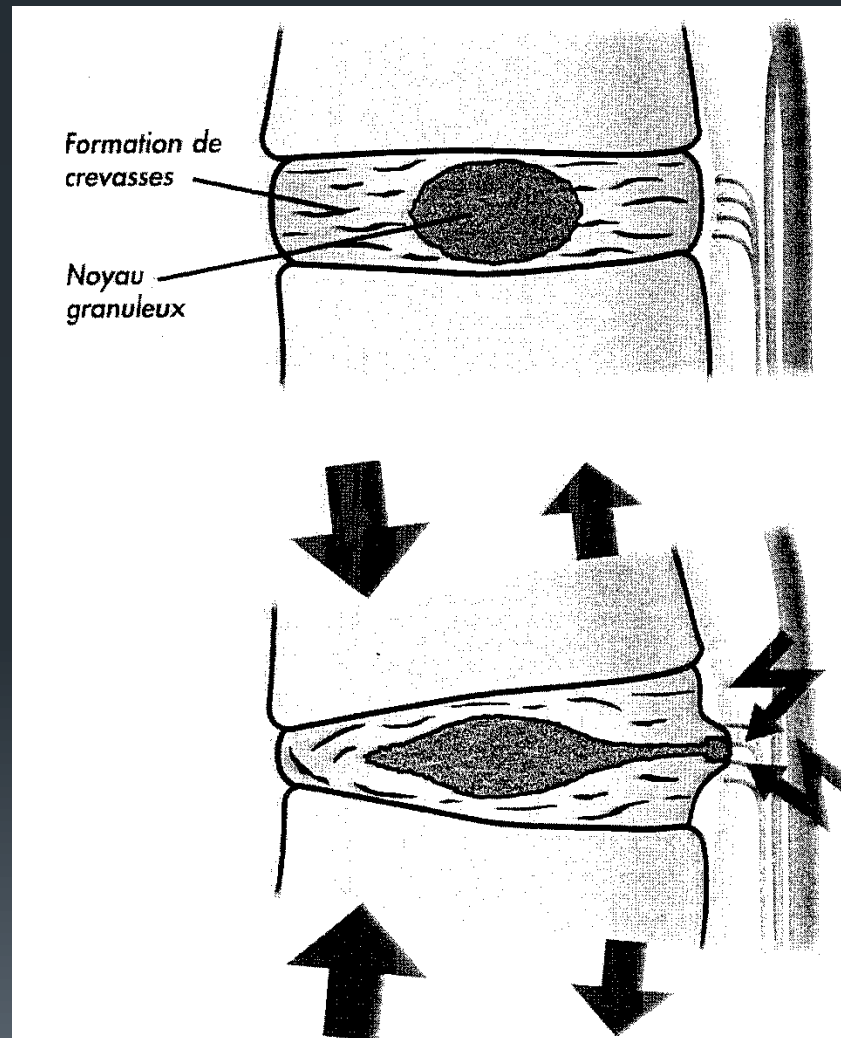


L'accident discal

Les facteurs aggravants

Le vieillissement

31

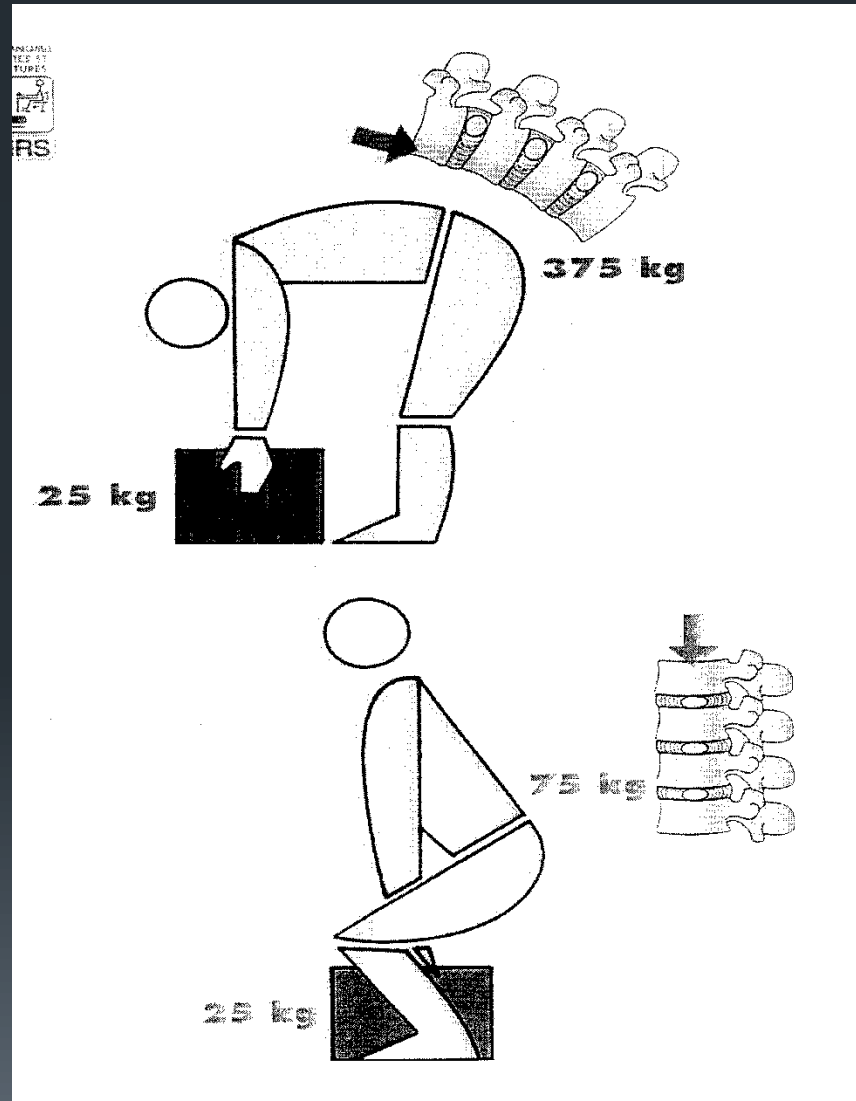


L'accident discal

Les facteurs aggravants

Les charges

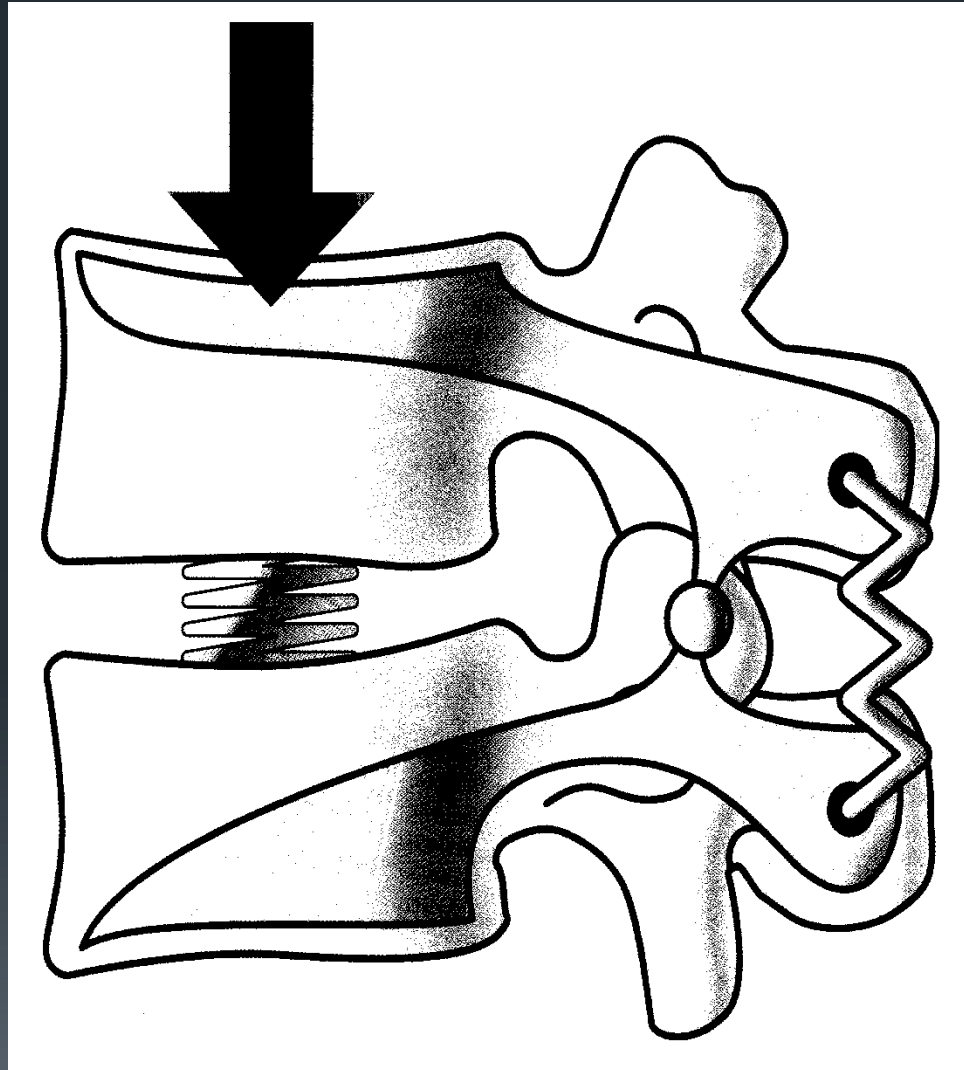
32



Le disque intervertébral

Son rôle

33

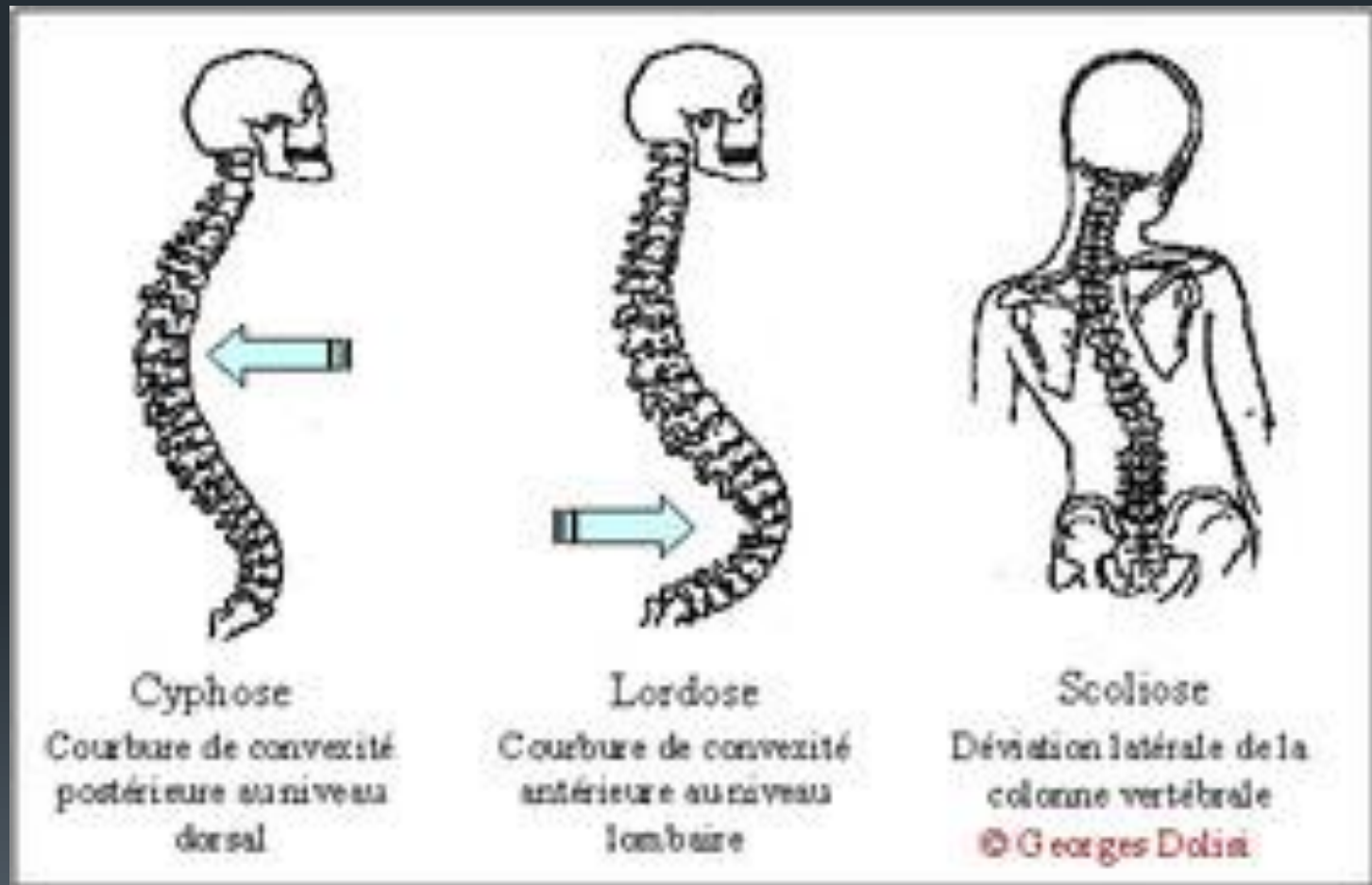


L'accident discal

Les facteurs aggravants

Les déformations permanentes

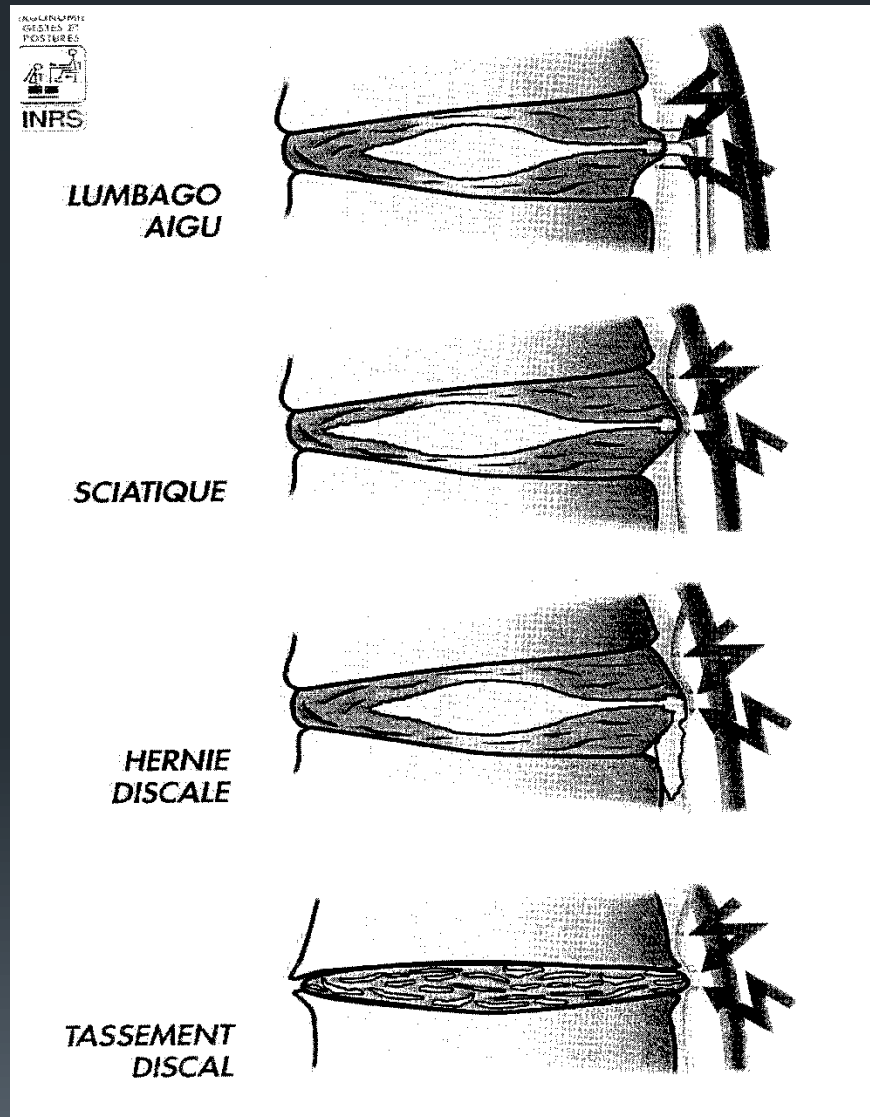
34



L'accident discal

Les différentes formes d'accidents

35





Synthèse et situations de travail

- [Napo-descubre-la-ergonomía\[www.savevid.com\].mp4](#)

Conclusion

37

- Ces notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie concernant le fonctionnement de la mécanique humaine dans son ensemble nous a mènent, pour diminuer les atteintes à la santé, à définir des principes de préventions :
- Faire connaître le fonctionnement du corps pour mieux adapter les situations de travail.
- Apprendre à l'homme à mobiliser le corps dans les meilleurs conditions afin de prendre le moins de risque possible. La formation aux techniques gestuelles va lui permettre de connaître ses possibilités mais surtout ses limites.