

Gestes et postures

Objectifs de la formation :

Les sensations douloureuses d'inconfort, de fatigue voire d'impotence fonctionnelle rencontrées par les actifs sont souvent liées aux **problèmes de postures et de gestuelle inadaptées**. Cette formation, basée sur une pédagogie active et sur la simulation, vous apportera les notions indispensables dans chacun de ces domaines pour améliorer votre pratique et réduire votre pénibilité au travail.

Concepteur : Arnaud Cerioli

Intervenant : Antoine GIORIA

Public visé : Infirmière, Aide-Soignant, podologue, kinésithérapeute, cadre de santé, Pharmaciens.

Prérequis : diplôme ou équivalence français d'infirmier, AS, kinésithérapeute, cadre de santé, Pharmaciens.

Compétences professionnelles visées :

- Former les employés d'établissements d'accueil de personnes dépendantes aux gestes et postures, à la prévention des TMS et des risques de chutes et d'accidents du travail.
- Les sensibiliser à la communication et à la spécificité de certaines prises en charge. Leur apporter une méthode d'analyse et de réponse aux différentes situations de leur quotidien personnel et professionnel.
- Apprendre aux stagiaires à atteindre un objectif déterminé en répertoriant et en s'adaptant aux contraintes et astreintes qui lui sont appliquées ainsi qu'à la personne à son contact.
- La formation a pour objectif de faire acquérir aux personnels des notions d'ergonomie

Programme et durée : 2 jours (2x7h).

Cette formation fait appel à des simulations et mises en situation pratiques

Jour 1

9h-13h

- Principes de l'ergonomie : intérêts, limites, applications
- La santé au travail (réglementation)
- Troubles Musculo-Squelettiques ; définition, statistiques des accidents de travail et des maladies professionnelles
- Techniques préconisées

14h-18h

- Apprentissage du repérage des situations à risque : écran, manutentions...

Jour 2

8h-14h

- Principes d'aménagement du poste de travail (démonstration et pratique)
- Principes de manutention (démonstration et pratique)
- Principes d'entretien physique
- Cas cliniques (potentiellement proposés par les participants)
- Liens avec les risques psycho-sociaux

Moyens pédagogiques et techniques : Tables, chaises, vidéoprojecteurs, tables de pratique médicale, salle de cours, formateur diplômé dans la spécialité (Ergonomie)

Supports pédagogiques : Documents informatiques illustrés détaillant les différentes techniques et reprenant les connaissances acquises est transmis à chaque participant. L'apprentissage s'effectuant par des travaux pratiques et des études de cas, le matériel de pratique est prêté aux stagiaires sur le lieu de stage.

Moyens de suivi de la formation et appréciation de ses résultats : Feuille d'émargement biquotidienne, tests qcm pré et post formation et entretien individuel.

Les + de la formation :

- Formation pratique assurée par un soignant
- Utilisable de suite

Lieu : sur site client

Possibilité de financement : Fif-pl / DPC

Principales orientations DPC :

- Orientation n° 17 : Prise en charge de la douleur.
- Orientation n° 31 : Amélioration de la pertinence des soins

Thème FIF-PL : S06-001 – Prévention, Education à la Santé, Ergonomie et ETP

Mots-clés : Manutention, TMS, Ergonomie, Poste de travail, Risque psycho-social

Bibliographie

- SOHIER R. Kinésithérapie analytique de la colonne vertébrale. Tomes 1 et 2. Kine Sciences, 1970.
- SOHIER R. La kinésithérapie analytique de la lombalgie. Soignez votre dos par la kinésithérapie Analytique de Raymond Sohier Kine Sciences, 1999, 63 p.
- DUFOUR M., PILLU M. Biomécanique fonctionnelle, Membres Tête Tronc. Masson, 2006. p 429
- SOHIER R., STRAUB Isabella, SEEL François. La compréhension de la dynamique du vivant.
- Kinésithérapie scientifique 347, 1995, p21-22
- X. Dufour, G. Barette, P.Ghossoub, G. Trontte. Rééducation des patients lombalgiques en fonction de l'étiologie. KS 513, 2010, p25-34.
- DELEPINE, LEVERT, MEYER, ZANA. INRS Travail et lombalgie, du facteur de risque au facteur de soins. Ed6087
- PETIT A. Ecole du dos Mail 14. Kinésithérapie scientifique 347, 1995, p53-56
- GILLIS Elisabeth. 96 exercices avec un ballon. Marabout Pratique. 2010. 159p.
- Méthode d'analyse de la charge physique de travail, éditions INRS ED 6161 201
- Monod H. Kapitaniak B., Ergonomie, Abrégés, Elsevier Masson, 2003
- Gatto et al, Education du patient en kinésithérapie, Sauramps, 2007
- Méthode d'analyse de la charge physique de travail, éditions INRS ED 6161 2014