

Annexe E

Ateliers sur les principes d'ergonomie pour la prévention des troubles musculosquelettiques : Méthode d'identification de pistes de solutions

L'identification de pistes de solutions pour respecter les principes d'ergonomie est une adaptation du processus de résolution de problème (PRP) utilisé pour identifier des solutions aux situations difficiles de déplacement.

Étape 1 : Préparer la rencontre

Identifier les soignants qui participeront à la rencontre et aux discussions

Les situations difficiles qui engendrent des postures contraignantes ou des efforts excessifs sont très spécifiques à chaque milieu de soins (ex. : en soutien à domicile, au bloc opératoire, en radiologie, aux soins intensifs, etc.). Il est donc important de travailler avec les soignants pour identifier les pistes de solutions qu'ils pourront appliquer dans leur milieu. Ce sont eux qui sont les mieux placés pour trouver des solutions. Votre rôle n'est pas de trouver les solutions, mais de les aider à les trouver en les faisant réfléchir, en utilisant la méthode proposée ci-dessous.

Dans certaines situations, il peut être pertinent d'inclure des représentants d'autres services (ex. : hygiène et salubrité, services alimentaires, etc.).

Convenir d'un lieu et d'un moment

Idéalement, la rencontre devrait se dérouler dans le milieu de soins, avec les équipements et les soignants qui sont familiers avec les tâches.

Étape 2 : Présenter l'objectif

OBJECTIF : Identifier des méthodes de travail qui vont permettre d'éviter ou de limiter les postures contraignantes et les efforts excessifs, par exemple :

- Les efforts, tels que :
 - les soulèvements (ou le soutien de charges contre la gravité) ;
 - tirer, pousser, forcer, etc.
- Les postures contraignantes, telles que :
 - les mouvements des épaules dans de grandes amplitudes articulaires ;
 - les mouvements de torsion/flexion du tronc et du cou ;
 - le travail asymétrique.
- Les postures ou le travail statique sans appui.
- Les mouvements répétitifs.

Étape 3 : Présenter les principes d'ergonomie pour la prévention des troubles musculosquelettiques

À l'aide du cahier *Principes d'ergonomie pour la prévention des troubles musculosquelettiques*, parcourir la section « Notions élémentaires de prévention ».



Étape 4 : Présenter les règles du jeu

- Ceci est un exercice de remue-méninges et de résolution de problème. Toutes les idées sont considérées, même les idées qui peuvent paraître farfelues ou irréalistes.
- Interdiction de juger ou de critiquer l'autre. Toutes les idées sont les bienvenues.
- Tous les types de solutions peuvent être considérés, par exemple :
 - l'élimination de la tâche ;
 - une préparation différente de la tâche ;
 - une méthode de travail différente ;
 - l'ajout d'un nouvel équipement ;
 - l'utilisation différente (ou non conventionnelle) d'un équipement existant.
- Les solutions doivent être « gagnant-gagnant » et ne pas avoir d'impacts négatifs sur les autres personnes impliquées, c'est-à-dire qu'une solution gagnante pour une personne ne peut pas se faire au détriment d'une autre personne.
- Aucune censure ne doit être exercée dans les pistes proposées. Éviter les affirmations telles que *On n'aura jamais le budget pour ça ! X n'acceptera pas...* C'est un exercice où toutes les idées doivent être explorées.
- Les solutions partielles ou incomplètes sont acceptables. On ne cherche pas la réponse parfaite à tout prix.
- La solution ne doit pas absolument faire consensus.

Étape 5 : Démarrer l'activité

- 5.1 Dresser la liste des situations qui sont jugées difficiles par les participants. Cette étape peut avoir été réalisée antérieurement, par un plus grand nombre de soignants.
- 5.2 Choisir une des situations difficiles identifiées.
- 5.3 En groupe, identifier ce qui fait que cette situation est difficile. Par exemple : *on doit travailler à bout de bras, on ne peut pas s'appuyer, on ne voit pas bien ce que l'on fait, on se retrouve toujours en torsion, etc.* Référez-vous à la section « Situations à risque » de votre cahier *Principes d'ergonomie pour la prévention des troubles musculosquelettiques* afin de faire des liens avec les réponses de vos participants.

- 5.4 À partir des difficultés relevées, amorcer le remue-méninges pour trouver des pistes de solutions et poursuivre la discussion. Pour ce faire, inspirez-vous de la section « Stratégies pour réduire les risques de TMS » de votre cahier *Principes d'ergonomie pour la prévention des troubles musculosquelettiques*.
- 5.5 Noter les pistes de solutions retenues, prendre des photos ou des vidéos afin de conserver des traces de la rencontre.
- 5.6 Partager les pistes de solutions avec les responsables et déterminer la suite avec eux (achat d'équipement, nouvelle procédure, formation, etc.).

Notes
