

SOCLE TECHNIQUE

Améliorer les
conditions de
travail en EHPAD

CONTEXTE



Les troubles musculosquelettiques TMS (touchant les épaules, coudes, poignets, dos) constituent **70 %** des **accidents du travail** et **90 %** des **maladies professionnelles** avec un impact négatif majeur sur l'absentéisme du personnel, le turn-over, l'attractivité des établissements.

Des solutions efficaces de prévention des TMS des membres supérieurs et du dos sont présentées dans ce document (liste non exhaustive).

Elles permettent de soulager notamment le travail des salariés, de le rendre plus attractif et d'améliorer la prise en charge des résidents.

Ces dispositifs doivent s'intégrer dans le cadre des préconisations (organisationnelles, formation ...) définies dans le document : *socle minimum pour la prévention des risques professionnels dans les EHPAD.*

Pour l'activité de soins comprenant les mobilités et les transferts



DÈS LA CONCEPTION OU RÉNOVATION

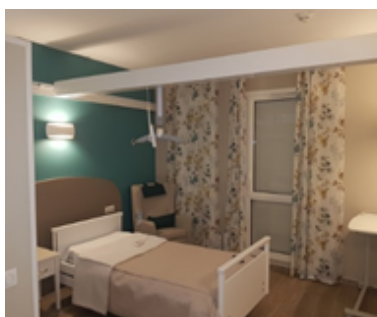
cf. flyer ED6096 (octobre 2022) : les 10 points clés pour un projet réussi
<https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%206096>

cf. flyer ED6098
<https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%206099>

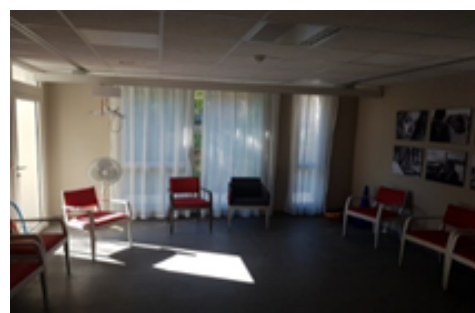
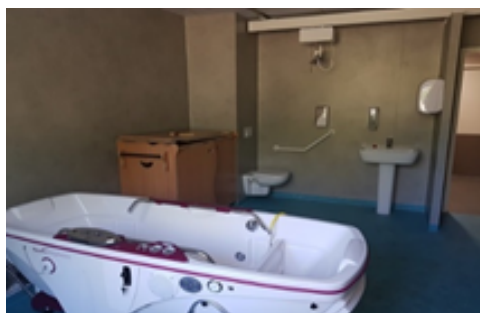
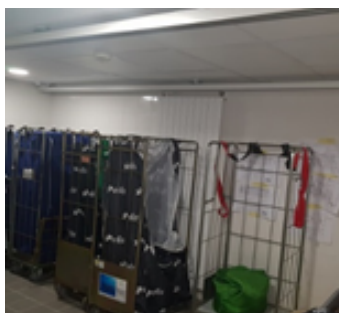
01

Rails plafonniers en conception

Il est recommandé d'équiper **100% des chambres de rails plafonniers en H**. Aujourd'hui, compte tenu de l'augmentation de la dépendance des résidents, ces rails plafonniers peuvent être prolongés dans les salles d'eau attenantes aux chambres. Pour ce faire, privilégier le positionnement de la porte de la salle d'eau face au lit ce qui facilite le transfert du résident. Éviter la porte de côté ou en biais.



Il est également nécessaire d'intégrer un rail plafonnier motorisé dans tous les lieux nécessitant la **mobilisation de résidents ou un port de charge** : salle de bains collective, balnéothérapie, salle de kinésithérapie, buanderie...



02

Rails plafonniers en rénovation

Il est fortement conseillé d'équiper **100% des chambres de rails plafonniers en H.**

Pour des raisons d'échelonnement des travaux, il est possible, dans un premier temps, d'équiper un nombre de chambres en rails plafonniers en H correspondant au nombre de résidents dépendants. Par la suite, il sera nécessaire de planifier l'équipement de l'ensemble des autres chambres de rails plafonniers en H.

03

Moteurs

Il est recommandé de prévoir a minima autant de moteurs fixes ou fixes débroschables (appelés aussi fixes décrochables ou semi fixes) que de résidents dépendants (sans appui des membres inférieurs) nécessitant des manutentions pondérales (la personne doit être soulevée complètement comme par exemple le transfert du lit) ou sub-pondérales (le soulèvement n'intéresse qu'une partie du corps de la personne comme par exemple le redressement d'une personne dans un lit). Il est admis que le transfert par rail/moteur est plus sécurisant et plus doux pour le résident qu'avec le lève-personne sur roues ou par mobilisation manuelle. En plus, Il est possible d'y associer un système de pesée.

Prévoir en complément 1 moteur nomade avec son chariot par zone (secteur, étage, aile, ...) pour couvrir les situations ponctuelles (panne de moteur, retour post-opératoire d'un résident autonome, ...).

Il est nécessaire de faire former les salariés à l'utilisation des rails/moteurs par le fournisseur et de prévoir au moins un référent chargé de la formation et suivi des nouveaux embauchés.

NB

Vérifications techniques

Lors de l'installation des rails, il est nécessaire d'obtenir :

- le rapport d'essais au titre de la norme NF EN ISO 10535 ;
- les déclarations CE de conformité (rail, moteur, barre de préhension, ...),
- le cas échéant un écrit attestant de la compatibilité des différents dispositifs médicaux (sangles, harnais, ...).



MATÉRIEL

Il existe une grande diversité de matériel pouvant aider les salariés dans les activités de transferts et mobilisations. Dans tous les cas, une formation à l'utilisation de ces matériels par une personne compétente est indispensable.

Le choix et l'utilisation de ces matériels doivent être adaptés aux capacités du résident et intégrés au plan de soin pour préserver son autonomie.

Prévoir le nettoyage et le stockage de ces matériels dès la conception et la rénovation des bâtiments. L'organisation des espaces de travail doit permettre de limiter les distances à parcourir et faciliter le recours à ces aides techniques.

Il est nécessaire d'équiper l'établissement de matériels, **a minima et en quantité adaptée au besoin de prise en charge des résidents**, selon la liste non exhaustive ci-dessous :

01

Lits médicalisés



Privilégier les lits avec les fonctions suivantes : proclive (position assise pour passage du lit au fauteuil), relève buste, relève jambes avec plicature des genoux, réglage en hauteur par télécommande. Verrouillage sélectif des fonctions.

Installer 4 demi-barrières escamotables sur chacun des lits pour permettre aux personnes pouvant se mobiliser seules de se mettre en position "assise" (ce qui n'est pas possible avec une barrière unique sur toute la longueur du lit).



Point de vigilance: la largeur du lit supérieure à 90 cm peut entraîner des postures contraignantes pour le soignant.

02

Planches de transfert

La planche de transfert est utilisée pour faciliter le passage d'une assise à une autre, sans passer par la position debout. Elle peut être utilisée en autonomie ou dans le cadre d'un transfert assisté pour des résidents disposant d'un minimum de tonus musculaire et sans trouble cognitif.

Privilégier des planches de transfert équipées:

- De plots antidérapants pour éviter tout glissement.
- D'une ou deux poignées pour faciliter la prise en main.



Point de vigilance: La charge maximale admissible doit être adaptée au poids de l'utilisateur.



03

Drap de glisse

Le drap de glisse facilite le travail du personnel soignant en réduisant les frottements du corps du résident lors d'une mobilisation.

Privilégier des draps de glisse réversibles (4 surfaces glissantes et multidirectionnelles).

La largeur du drap doit correspondre à la largeur du lit ou au moins être supérieure à la largeur d'épaule du bénéficiaire. Dans la majeure partie des utilisations, la longueur du drap doit être supérieure à la distance entre le bas des fesses et le haut de la tête.

Dimension minimale: 90x130 cm.



04

Système de rehaussement au fauteuil

Indispensable pour installer et positionner en fond d'assise un patient avec des difficultés motrices. Une fois le rehaussement effectué, le patient est correctement positionné au fond de l'assise et ne peut plus glisser en avant.

Par exemple, un coussin de rehaussement sur le fauteuil pourra être ajouté avant d'asseoir le résident (très utile notamment lors des prises de repas sur fauteuil en salle de restauration)

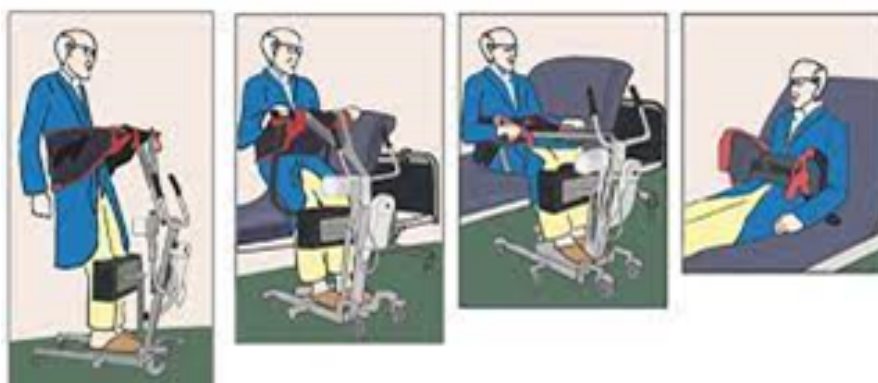


05

Verticalisateur électrique

Nécessaire pour verticaliser (lever) et transférer un résident disposant d'un minimum de tonus musculaire et qui ne se laissera pas porter. Privilégier les sangles croisées et réglables pour les hommes et les sangles clipsables autour de la taille pour les femmes (les sangles croisées peuvent blesser au niveau de la poitrine).

Cela nécessite une évaluation des capacités fonctionnelles et du degré de participation du résident, la prise en compte de sa morphologie (ex: poids, taille...)



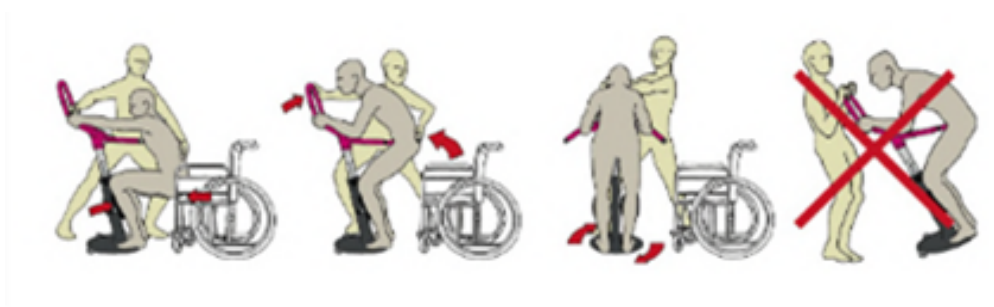
06

Guidon de transfert (déplaçant ou pivotant)

Utile pour verticaliser les résidents disposant du bon tonus musculaire notamment dans les membres inférieurs et de bonnes capacités cognitives ; à défaut, privilégier le verticalisateur électrique.

Privilégier des guidons de transfert "incliné" dotés d'un revêtement antidérapant sur le support des pieds.

Son utilisation nécessite une évaluation des capacités du résident en prenant en compte notamment le type de déplacements à effectuer.



07

Chaise/fauteuil de douche électrique

facilite les toilettes en minimisant les contraintes posturales et les ports de charge.

Privilégier des chaises/fauteuils inclinables et à hauteur variable, avec des accoudoirs réglables ou a minima escamotables pour favoriser le transfert du résident et le nettoyage du matériel.



Avec présence indispensable de freins à l'avant.

Favoriser les fonctions 3 en 1 (douche, WC, fauteuil roulant) afin de limiter le nombre de transferts.

Proscrire les positionnements du boîtier de contrôle derrière le repose-tête et les batteries sous le support pour les pieds (car zones de forte exposition aux éclaboussures et à l'écoulement de l'eau de lavage).

NB

Nota : Les équipements munis de batteries électriques et susceptibles d'être utilisés dans le cabinet de toilette doivent :

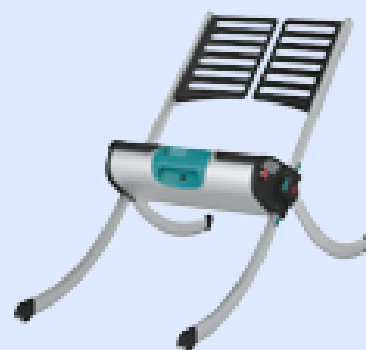
- **Avoir un indice de protection IPX5 a minima.**
- **Être alimentés en très basse tension de sécurité TBTS limitée à 30V c.c.**

08

Siège de relevage électrique (en cas de chute au sol d'un résident)

Il est nécessaire d'anticiper les situations de relevage d'un résident à la suite d'une chute.

Prévoir un siège de relevage électrique : son utilisation nécessite une évaluation des capacités du résident avant toute mobilisation.



Pour l'activité de transport de repas, médicaments, linges, déchets



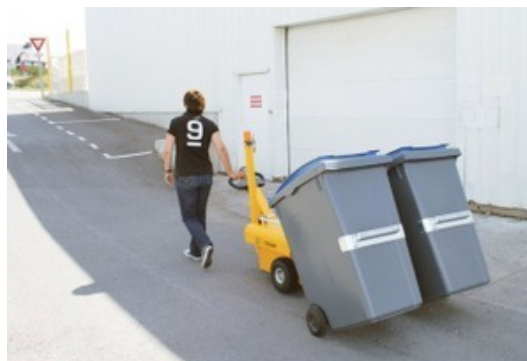
MATÉRIEL

01

Chariots motorisés

Pour limiter les tirer-pousser, se doter de chariots motorisés ou équipés d'une roue motorisée ou tracteur/pousseur électrique (chariot repas, chariot infirmier, chariot de linge, conteneurs à déchets, ...).

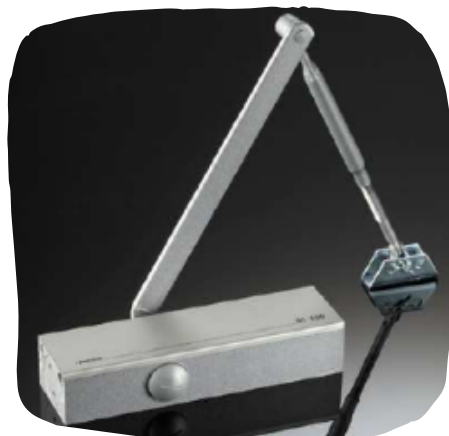
La hauteur des chariots repas doit permettre une visibilité vers l'avant lors de leur déplacement (en les poussant).



02

Dispositifs de ferme porte temporisé

Privilégier des dispositifs de ferme portes (groom) assurant un retard à la fermeture (blocage en position ouverte et fermeture de porte temporisée), dans les situations de passage de porte avec un lit, un chariot (linge, poubelle, ménage, etc...) ou d'une personne à mobilité réduite.



Pour l'activité de l'entretien du linge



MATÉRIEL

A privilégier pour manutentionner le linge à hauteur de préhension.

01



Chariot à fond mobile (niveau constant) pour le linge

02

Table de tri à hauteur variable



03



Table à repasser à hauteur variable (aspirante/chauffante) avec potence d'équilibrage pour le fer

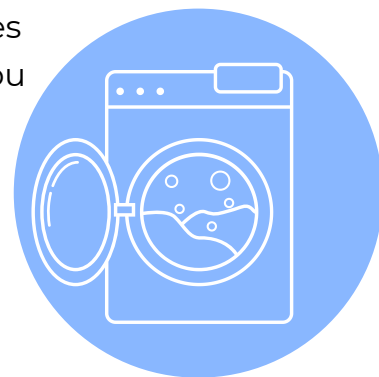
04

Machine à laver et sèche-linge

Privilégier des machines à faible émission sonore (les moins bruyantes) et procéder à leur encoffrement ou isolement phonique et thermique pour limiter la propagation du bruit et de la chaleur.

évacuer les calories à l'extérieur.

Les machines à laver et sèche-linges sont à positionner (hauteur entre le niveau inférieur du tambour et le sol) au meilleur niveau de préhension pour les opérateurs (zone de confort) ; des rehausses peuvent être nécessaires.



Pour l'activité de réalisation des repas



MATÉRIEL

Pour limiter les manutentions et les postures contraignantes, privilégier du matériel réglable en hauteur, sur roulettes, facilitant le nettoyage et l'accès aux zones d'entretien...

01

Appareils multifonctions



Privilégier des dispositifs offrant les différentes fonctions de cuisson (braisière multifonction, four auto-nettoyant). Ce type de matériel présente l'avantage de limiter le stress lié à la préparation des repas en réduisant la charge de travail générée (anticipation de certaines préparations, limitation du nombre de récipients à manipuler...).

02

Lave-vaisselle à chargement surélevé

Privilégier des machines à ouverture et fermeture automatique du capot. A défaut, prévoir un dispositif de fermeture complémentaire (poignée) au meilleur niveau de préhension pour l'opérateur.

Pour faciliter les opérations de nettoyage :

- Choisir des plans de travail en inox, suspendus sur la périphérie des locaux et sur roulettes pour le reste.
- Se doter d'une monobrosse (ou autolaveuse) pour le nettoyage des sols.
- Prévoir des revêtements muraux lisses sans joint (proscrire le carrelage et la faïence).
- Privilégier une installation de stockage et de distribution centralisée des produits de nettoyage, alimentant l'ensemble des points d'application par des conduits en faux plafond selon la configuration des locaux (surface, nombre de zones, recoins, ...).



Pour les activités collectives



MATÉRIEL

Pour maintenir l'autonomie du résident et limiter les sollicitations des soignants: privilégier des fauteuils qui facilitent le mouvement naturel de l'assise et relevé du résident .

01



Fauteuils avec :

- Vérin intégré (relevage de l'assise) pour aider le résident à se lever et s'asseoir.
- Accoudoirs permettant l'appui efficace lors de l'assise et du lever.
- Dégagement au niveau des pieds pour permettre leur recul nécessaire au mouvement de levée.

Pour faciliter la mobilisation des résidents, le déplacement du mobilier et le nettoyage des locaux : privilégier du mobilier sur roulettes (tables/chaises/fauteuils avec roulettes intégrées ou à défaut patins en téflon).

02

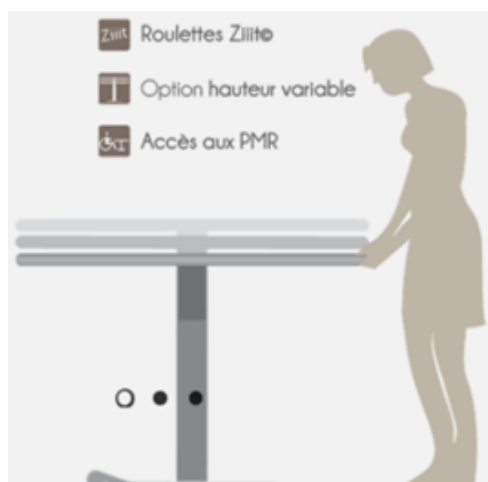
Fauteuils et chaises avec accoudoirs coulissants et roulettes



MATÉRIEL

03

Tables multi-usage à roulettes et hauteur variable



Privilégier les tables de forme rectangulaires ou carrées

