

Prévention des TMS : les bons gestes en gériatrie

Ce contenu saura s'adapter à vos contraintes en termes de contenu, durée, séquençement, modalités... De ce fait, ce n'est pas un programme de formation.

L'exemple fourni ci-dessous est d'une durée de : 7,00 heures.

OBJECTIFS

Perfectionner, en format flash, les connaissances permettant d'améliorer ses conditions de travail.
Prendre conscience de l'intérêt de l'éducation posturale et gestuelle dans la prévention des TMS au quotidien.

DESCRIPTION

Remarque : ce programme repose sur les recommandations de l'INRS (Institut National de Recherche et de Sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles).

INTRODUCTION

- Présentation du formateur, du programme et des objectifs
- Tour de table : questions, attentes, difficultés
- Evaluation préformation

CONTENU

RAPPEL SUR LES DIFFICULTÉS DE LA PERSONNE ÂGÉE

- Dépendance physique
- Dépendance psychologique

CONNAÎTRE LES MOUVEMENTS DU CORPS

- Le squelette, les muscles et articulations
- Les troubles musculo-squelettiques : affections ostéo-articulaires et musculo-tendineuses
- Les facteurs de risques

LA MOBILISATION DU RÉSIDENT

Les gestes et la communication

- Les principes de base
- La prise en compte des capacités du résident : favoriser l'autonomie

- La communication verbale et non-verbale pour encourager et faire participer

L'utilisation rationnelle du matériel existant

- Exercices avec les différents types de lits
- Matelas de transfert, lève personne, disques de rotation, chaise roulante ...
- Entretien et importance de la mise à disposition de ces aides techniques (rationalisation du rangement)
- Pédagogie du résident quant à l'emploi de ces matériels (favoriser l'autonomie)

-> *Application pratique : mobilisation et manutention pratique de la personne*

- *Redressements / abaissements, translations, pivotements, rehaussements, enchaînements*
- *Transferts horizontaux en économie d'effort lit / fauteuil, lit / table, fauteuil / WC*
- *Transferts verticaux lit / fauteuil, relevage / sol*
- *Aide à la marche, habillage / chaussage, toilette*

selon la méthode (éducation gestuelle) :

- *observation et analyse de la situation de travail,*
- *présentation du geste,*
- *démonstration commentée,*
- *répétition des gestes jusqu'à leur exécution correcte ;*

BILAN DE LA FORMATION

- Tour de table : retour des stagiaires au regard des objectifs présentés
- Evaluation post-formation

PUBLIC

Professionnel(le)s de santé

PROFIL DU / DES FORMATEUR(S)

Formateur et animateur TMS