

# identifier et évaluer les contraintes physiques du travail

Particulièrement prégnantes dans nombre de situations de travail, les contraintes physiques nécessitent des méthodes adaptées pour être correctement évaluées, en vue d'impulser des actions dans une approche pluridisciplinaire. Cette formation de 3 jours permettra à chacun des membres d'une équipe de santé au travail de développer ses compétences en la matière.

Durée  
**3 jours / 21 heures**

Dates  
**21 & 22/05 + 25/06/2026**

Coût  
**950 €**

Intervenant  
**Tommy DUBOIS**  
Ergonome Européen®

## objectifs

- ◀ Positionner la démarche d'évaluation des risques physiques dans une approche pluridisciplinaire
- ◀ Identifier et investiguer les situations de travail
- ◀ Mettre en œuvre les outils méthodologiques nécessaires à l'objectivation des contraintes physiques
- ◀ Disposer de repères (référentiels et normes) pour pondérer les risques physiques au regard de l'évaluation réalisée
- ◀ Impulser un plan d'actions construit en équipe santé-travail à destination des entreprises

## public

Tout·e professionnel·le de santé au travail : médecin du travail, collaborateur·rice médecin, interne en médecine du travail, IPRP, infirmier·ère de santé au travail, technicien·ne, conseiller·ère de prévention/assistant·e santé-travail...

## prérequis

Exercer en santé au travail

## méthode pédagogique

- ◀ Formation présentielle
- ◀ Pédagogie active et participative
- ◀ Échanges sur les pratiques actuelles et les besoins des stagiaires
- ◀ Présentation des concepts et méthodes d'analyse des contraintes physiques
- ◀ Mise en pratique par des études de situations de travail sur la base de séquences vidéo
- ◀ Mise en perspective pour une intégration dans la pratique professionnelle

## évaluation

Exercice d'application sur une situation de travail (démarche, outils et plan d'actions) en considérant :

- Les enjeux identifiés en équipe santé-travail
- Le contexte de l'entreprise
- L'analyse des contraintes physiques
- Le plan d'actions construit en équipe
- Appréciation du stage par auto-questionnaire

## programme

### jour 1

**l'évaluation des risques physiques dans une approche pluridisciplinaire en santé au travail**

- ◀ Aider chaque acteur·rice à se situer et à interagir dans les différentes actions et niveaux de prévention
- ◀ Analyser le travail pour en évaluer les contraintes physiques
- ◀ Les sollicitations physiques au travail et leurs effets sur la santé
- ◀ Des sollicitations vers les contraintes physiques liées au travail
- ◀ Les concepts de travail prescrit / travail réel, tâche / activité
- ◀ L'analyse des situations de travail : identifier les situations dangereuses
- ◀ L'évaluation des contraintes physiques : panorama des outils (manutention, gestes répétitifs, postures contraignantes)
- ◀ Études de cas pour mise en application sur différents types de métiers

### jour 2

**de l'évaluation des risques physiques au plan d'actions en entreprise**

- ◀ Repères à l'action : référentiels et normes sur les risques physiques
- ◀ Partage des constats en équipe pluridisciplinaire et positionnement des métiers
- ◀ Stratégie pour mobiliser l'entreprise
- ◀ Mise en débat avec les acteur·rice·s de l'entreprise
- ◀ Suivi des actions
- ◀ Études de cas pour mise en application sur différents types de métiers
- ◀ Travail intersession : Mise en pratique de la méthodologie analyse d'une situation de travail à partir d'une demande de l'équipe santé-travail

### jour 3

**présentation des travaux à l'oral sous un format PowerPoint (20 minutes de présentation et 10 minutes de questionnement)**