

Compétences visées

Savoir se préserver dans les gestes et postures de sa pratique professionnelle quotidienne.

Objectifs et contenus

S'approprier les éléments anatomiques et physiologiques élémentaires des parties corporelles sollicitées au cours de la manutention des patients

- La colonne vertébrale : notions d'anatomie, biomécanique, physiopathologie.
- Le repérage sur son corps des différents éléments présentés : prévention des lombalgies.
- L'observation des gestes en situation de travail.

Comprendre et diminuer les douleurs rachidiennes

- Les principes de sécurité et d'économie d'efforts dans le port des charges et les déplacements.
- Les principes généraux de prévention des risques dans les situations courantes de soins et la mobilisation du patient.

Identifier et connaître les risques afin de prévenir et de limiter les troubles musculo-squelettiques

- L'importance des accidents du travail et des maladies professionnelles.
- La démarche prévention.
- L'analyse de situation et l'amélioration des conditions de travail en fonction des déterminants et facteurs de risque.
- La ré-autonomisation du patient : confort du soigné/sécurité du soignant, modèle de « manutention » et modèle de « sollicitation ».
- Les recommandations scientifiques de prévention des lombalgies et des comportements à adopter en cas de rachialgies.

S'approprier différentes techniques et méthodes de manutention

- Les techniques et les méthodes d'antalgie et de récupération : au niveau de la douleur musculaire, articulaire, tendineuse, ligamentaire, fonctionnelle ou au niveau du stress et de la fatigue.
- Les techniques et les méthodes de manutention au lit : translations couchées, roulements latéraux, soulèvements, rehaussements, retournements, pivotements, redressements dos/assis, relevés.
- Les techniques et les méthodes de manutention au chariot plat : transferts horizontaux, retournements dos/ventre, transports allongés.
- Les techniques et les méthodes de manutention au fauteuil roulant : rehaussements, transferts par voltes, transferts verticaux.
- Les techniques et les méthodes de manutention au siège : aux toilettes, en automobile et en salle d'eau.

Personnes concernées

Tout professionnel de santé.

Valeur ajoutée

Les formateurs intervenants sont certifiés à la méthode PRAP 2S.

Pré-requis

Aucun

Mise à jour le : **27/05/2024**