

# Prévention des lombalgies et manutention des personnes

## Réf : PH042

MAJ : 07/23

## Public concerné

Toute personne intervenant auprès des personnes âgées, malades ou handicapées en établissement  
Effectif : de 1 à 10 personnes

## Durée

1 jour – 7 heures

## Pré-requis

Aucun

## Méthodes pédagogiques

Recueil des attentes des stagiaires  
Apports théoriques  
Mises en situation

## Moyens et techniques pédagogiques

Support pédagogique remis à chaque stagiaire

## Lieu

En INTRA : dans vos locaux

## Objectifs opérationnels

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité :

- de diminuer la fréquence et la gravité des lombalgies professionnelles et des accidents du travail liés à la manutention des personnes
- d'améliorer le confort et la sécurité des manutentions des personnes prises en charge par l'établissement
- de favoriser l'autonomie des résidents par la sollicitation de leurs capacités fonctionnelles

## Contenu du stage

### Formation théorique

Rappels anatomiques Articulation – Colonne vertébrale  
Mobilier médicalisé, appareils et accessoires de transfert, aides techniques  
Sollicitation des personnes pour maintenir l'autonomie

### Formation pratique

Éducation gestuelle et spécifique  
Gymnastique préventive  
Techniques de manutention des personnes :

- rehaussement d'une personne au lit à deux aides-soignantes
- seul
- retournement avec alèse
- sans alèse
- mise assise au bord du lit
- mise assise au bord du fauteuil avec l'aide du patient
- sans l'aide du patient
- transfert fauteuil à fauteuil / fauteuil à lit
- relève malade
- relevage après chute au sol

Gestes de la vie quotidienne  
Techniques d'activation des personnes

### Accompagnement sur postes de travail

Mise en pratique auprès des résidents des techniques de manutention : lever, coucher, mise au fauteuil...  
Ces techniques sont réalisées en situation

## Dispositif de suivi et d'évaluation

Évaluation en cours d'acquisition qui peut être faite, selon le contenu de la formation, sous forme :  
Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeux de rôles..  
Questionnaire de fin de formation  
Évaluation de satisfaction

## Profil du formateur

Cette formation est assurée par une kinésithérapeute

## N.B.

Un rappel d'une demi-journée est conseillé 2 à 3 mois après la formation pour éventuellement corriger les techniques de manutention  
Ce rappel est effectué pendant le temps de travail des soignants auprès des soignés