Motricité fine

Faculté d'utiliser les mouvements des doigts pour manipuler de petites pièces.

La motricité fine correspond à l'exécution de gestes précis et coordonnés. Elle nécessite un contrôle de la force, un contrôle moteur (geste), de la concentration, une discrimination tactile (sentir ce que l'on touche) et une acuité et motricité visuelles (suivre ce que l'on fait). Dans le domaine de la préhension d'un objet : la prise de force qui consiste en un enveloppement de la paume et de l'ensemble des doigts autour de l'objet est la plus puissante. La prise en pincement (préhension avec l'extrémité des doigts) est la plus précise. Elle est moins efficace pour l'exercice d'une force, mais elle requiert néanmoins un effort musculaire beaucoup plus grand (5 fois plus élevé qu'une prise de force). Le type de prise de petits objets influence la charge imposée aux tendons, muscles et ligaments de la main. Une prise de précision ne doit jamais nécessiter le développement d'une grande force car les articulations ne sont pas bien positionnées pour cette action. Une prise de force oblige à positionner le poignet et les doigts dans une posture qui ne peut en même temps produire une grande précision.

Critères d'évaluation

- Est incapable de saisir et de tenir de petites pièces avec les doigts.
- Saisit et tient des pièces fines mais rencontre beaucoup de difficultés à les manipuler.
- Saisit et tient de petites pièces et les manipule avec une légère maladresse.
- Saisit et tient de petites pièces, les manipule et les assemble avec parfois quelques petites difficultés.
- Saisit, tient, assemble et réalise un bon travail fini avec de petites pièces.

À retenir

- L'effort sera toujours trop important chaque fois que l'on devra utiliser une prise en pincement pour exercer une force.
- Les gestes répétitifs et monotones (qui varient peu), avec ou sans manipulation d'objets, sont des facteurs de risque pour la santé.
- Organisez le travail de sorte à ne pas solliciter les mêmes muscles durant de longues périodes.
- La qualité de la prise est influencée par la dimension et la forme de la prise, pensez-y.
- Le port de gants inadaptés entraine une diminution de la force de préhension et une moins bonne sensibilité tactile.
- Les positions neutres du poignet permettent une prise de force maximale. Toute déviation par rapport à cette position augmente l'effort.

La compétence à développer chez les travailleurs moins valides, présentée ici, s'inspire aux critères d'évaluation établis par l'**arrêté du 12 février 2009** du collège de la Commission Communautaire française relatif à l'agrément, aux interventions et aux subventions accordées aux entreprises de travail adapté agréées (consultez ici le texte complet de l'Arrêté).