

SOMMAIRE :

- 62 % des accidents de travaux résulteraient d'un effort excessif.
- Les blessures au dos sont responsables de près de 47 % des problèmes.
- Améliorer la santé du personnel par l'activité physique.
- Les employés actifs sont en meilleur santé.

Troubles musculo-squelettiques chez les paramédics

On constate qu'une prévalence importante de TMS est présente chez les paramédics. Les paramédics ont un taux plus élevé d'accidents causant une blessure et prennent leur retraite plus rapidement que la population générale.

L'analyse détaillée des statistiques émises par la CSST indique qu'au cours des dix dernières années (1997-2006), 4579 cas de lésion ayant provoqué une absence au travail ou l'équivalent moyen d'une absence au travail de plus de deux mois par lésion rapportée. Plus de 62 % des accidents de travaux chez les paramédics résulteraient d'un effort excessif (en soulevant, tirant, tenant, etc.) ou d'une réaction du corps (se pencher, grimper, glisser, trébucher, etc.) Les principaux sites du corps touchés par ces accidents sont le dos et la colonne vertébrale (47 %) ainsi que les épaules (8 %). Il a été démontré dans

plusieurs études que les problèmes musculo-squelettiques principalement au niveau du dos sont un problème de santé commun chez les paramédics. Concernant la demande physique du travail, le



Les blessures sont omniprésentes dans le métier de paramédics.

modèle de Westgaard et Winkel (1996) a été choisi pour représenter la relation entre la demande physique, décrite comme la demande du travail (exposition Externe) indépendant du travailleur (effets modificateurs), et l'effet sur la santé musculo-

squelettique. Les étapes intermédiaires de la relation sont les réponses biomécaniques (exposition interne) générées pour répondre à l'exposition externe et les réponses physiologiques et psychologiques à court terme (réponse aigües). En résumé, une exposition externe à une demande physique résulte en des réponses physiologiques et psychologiques diversifiées. Ces réponses à court terme peuvent entraîner une augmentation ou diminution de la force musculaire, de la fatigue, de l'inconfort ou de la douleur et à long terme résulteraient en des effets améliorants ou altérant la santé de la personne.

Écrit par Jérôme Prairie

Faculté des études supérieures de l'université Laval. Kinésiologie.

Par: Michel Beaumier

L'activité physique en milieu de travail

Incidence sur la santé des employés

Les programmes de promotion de la santé en milieu de travail peuvent améliorer la santé du personnel et s'avérer une mesure rentable. Le

secteur privé peut jouer un rôle important dans la promotion de l'activité physique auprès des Canadiens.

Les employés qui sont plus actifs sont en meilleure santé et se sentent mieux, ont un

meilleur moral et sont plus résistants au stress.

Référence: BSEO, Bureau de santé de l'est de l'Ontario.

Par: Michel Beaumier

Syndicat des paramédics Cœur-du-Québec



Si vous avez des idées de chroniques ou des messages à envoyer. Il nous fera plaisir de publier votre nouvelle sur votre site web.

Tous les sujets seront soumis à une vérification afin de respecter les droits d'auteurs ainsi que la conformité des propos.

Nous vous remercions de votre collaboration habituelle.

Marché aux puces

