

Lombalgies

Débloquer la situation



Mal de dos, tour de rein, lumbago, sciatique... Les douleurs lombaires constituent aujourd'hui un enjeu de santé publique. Au cours de leur existence, plus de deux adultes sur trois y seront confrontés. Pour les acteurs de la prévention, agir contre les lombalgies représente un double défi : d'une part, réduire les risques liés à l'activité professionnelle ; d'autre part, permettre aux salariés atteints de (re)trouver durablement une place dans l'entreprise. Les explications de Jean-Pierre Meyer, chef du projet "Lombalgies" de l'INRS.

❖ [Lire la suite](#)



Dossier

"Lombalgies"



Audiovisuel

"Napo dans...
allége la charge"



Publication

"Vibration et mal de dos"



Publication

"Lombalgies
débloquer la situation"

Médecine du travail

L'urgence de la réforme



Un avis du Conseil économique et social (CES) insiste sur l'urgence d'une réforme du système actuel de médecine du travail. Les auteurs proposent ainsi de recentrer l'action des médecins du travail sur les populations de salariés les plus exposés. Ils plaident également pour la mise en place d'un dispositif de suivi de l'exposition des travailleurs tout au long de leur parcours professionnel.

❖ [Consulter l'avis](#)

Risques professionnels

Femmes et hommes inégaux

Les femmes seraient nettement plus exposées au risque de troubles musculo-squelettiques que les hommes de même catégorie socioprofessionnelle. C'est ce que révèle une étude publiée par l'Insee. Pour les auteurs, l'explication tiendrait au fait qu'un même intitulé de catégorie socioprofessionnelle cacherait des conditions de travail et des risques professionnels différents selon les sexes.

❖ [Consulter l'article](#)

En cas de modification d'une machine, quelles sont les obligations de l'utilisateur vis-à-vis de la déclaration de conformité ?

Lors d'une modification, le niveau de sécurité de l'équipement doit être au minimum maintenu. Il n'y a pas lieu de rédiger une déclaration de conformité. Le responsable de ces modifications est à considérer comme un concepteur ce qui implique pour lui certaines obligations réglementaires. L'analyse des risques doit être justifiée dans un dossier technique. La notice d'instructions sera modifiée pour tenir compte des évolutions de l'équipement.

Dossier Machines

Risques psychosociaux

Un rapport remis au ministre

Un rapport remis au ministre chargé du Travail dresse les grandes lignes d'un plan d'action national contre les risques psychosociaux. Les auteurs préconisent notamment la mise en place d'actions de sensibilisation, le renforcement de la formation des préventeurs de terrain et la définition d'une série d'indicateurs statistiques nationaux sur le stress. A cette fin, le ministre a annoncé le lancement d'une enquête nationale sur les risques psychosociaux et la création prochaine d'un dispositif de veille épidémiologique sur les suicides au travail.

❖ [Consulter le rapport](#)

❖ [Combattre les risques psychosociaux](#)

Travail en hauteur

Vers une interdiction totale

Un récent décret proscrit tout travail en hauteur. Cette interdiction étendue concerne également les locaux de travail qui devront désormais être construits de plain-pied. Les entreprises locataires de locaux sur plusieurs étages auront jusqu'au 1er avril 2009 pour se mettre en conformité. Les entreprises propriétaires de leurs locaux disposent d'un délai supplémentaire d'un an et devront assurer elles-mêmes la démolition des bâtiments non conformes.

❖ [Plus d'information](#)

Recodification du Code du travail

La nouvelle partie réglementaire du Code du travail vient d'être publiée au Journal officiel. Elle figure en annexe d'un décret du 7 mars 2008. Le nouveau Code - partie législative et partie réglementaire - entrera en vigueur le 1er mai 2008.

❖ [Le décret du 7 mars 2008](#)

❖ [Le dossier de presse du ministère du Travail](#)

Risques d'incendie et de panique

Un arrêté du 11 décembre 2007 fixe les nouvelles conditions d'agrément des organismes chargés d'effectuer les vérifications de conformité à la réglementation relative aux risques d'incendie et de panique dans les établissements recevant du public ou les immeubles de grande hauteur.

❖ [L'arrêté du 11 décembre 2007](#)

Toutes les actualités juridiques

Juridique

Sur le web



Les cahiers des facteurs psychosociaux

Le site *Santé et sécurité au travail en PACA* offre un accès libre et gratuit aux cahiers des FPS. Cette revue trimestrielle propose des éclairages thématiques et des exemples de bonnes pratiques destinés aux professionnels impliqués dans la prévention des risques psychosociaux.



Journée mondiale de la sécurité et de la santé au travail

Depuis 2003, le 28 avril est décrété Journée mondiale pour la sécurité et la santé au travail. Le site de l'Organisation internationale du travail dresse la liste des événements organisés à cette occasion et propose également des supports de communication à ceux qui souhaitent s'associer à la célébration de cette journée.

Vient de paraître



Multimédia

Rouler pour le travail

Un nouveau DVD multimédia dédié à la prévention du risque routier propose des fictions de

témoignages de salariés, des interventions d'experts et des outils d'aide à l'évaluation.

❖ [La présentation du DVD](#)

Dossier web

Stress au travail

Ce dossier INRS vient de subir une refonte complète. Il propose des informations claires et pratiques sur la prévention du stress au travail. Il s'enrichit également d'une animation multimédia sur les mécanismes et les conséquences du stress.

❖ [Le dossier](#)

Publication

Réparation et entretien des véhicules automobiles

Cette brochure propose une série de mesures préventives permettant d'améliorer la sécurité des salariés dans les ateliers de réparation et d'entretien des véhicules automobiles.

❖ [La brochure](#)

Toutes les nouveautés INRS

Agenda

10 et 11 avril - Paris

4es Journées de la prévention INPES

❖ [Le site des Journées](#)

30 et 31 mai - Paris

Colloque Clinique du travail

❖ [Le site du colloque](#)

3 - 6 juin - Tours

30ème congrès national de Médecine et santé au travail

❖ [Le site du congrès](#)

18 et 19 juin - Nantes

Salon Prévent'Ouest

❖ [Le site du salon](#)

2 - 5 septembre - Metz

Conférence IHM 2008 sur l'Interaction Homme-Machine

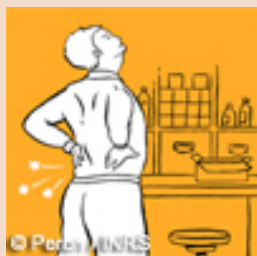
❖ [Le site de la conférence](#)

17 - 19 septembre - Ajaccio

43ème congrès de la Société d'Ergonomie de Langue Française (SELF)

❖ [Le site du congrès](#)

[Consulter l'agenda complet](#)



Lombalgies

Débloquer la situation

Mal de dos, tour de rein, lumbago, sciatique... Les douleurs lombaires constituent aujourd'hui un enjeu de santé publique. Au cours de leur existence, plus de deux adultes sur trois y seront confrontés. Pour les acteurs de la prévention, agir contre les lombalgies représente un double défi : d'une part, réduire les risques liés à l'activité professionnelle ; d'autre part, permettre aux salariés atteints de (re)trouver durablement une place dans l'entreprise. Les explications de Jean-Pierre Meyer, chef du projet "Lombalgies" de l'INRS.

Comment définir simplement les lombalgies et quel est leur impact sur la santé au travail ?

Les lombalgies sont des affections très courantes caractérisées par des douleurs localisées en bas du dos. Ces symptômes résultent généralement d'un traumatisme mécanique. Le plus souvent, la douleur est provoquée par des lésions musculaires bénignes. Dans le cas particulier des sciatiques, ce sont les racines nerveuses qui sont atteintes. L'activité professionnelle peut jouer un rôle déterminant dans la survenue des épisodes lombalgiques. Il est aujourd'hui établi que la manutention, les vibrations et le travail physique lourd constituent des facteurs de risque importants. Les accidents de plain pied sur le lieu de travail (chutes, trébuchements, glissades...) sont à eux seuls responsables d'un quart des lumbagos reconnus comme accident du travail (AT). Au total, les affections lombaires sont chaque année à l'origine de près de 180 000 AT avec arrêt, soit plus d'un quart des AT déclarés en France. En 2006, plus de 2600 pathologies lombaires ont été reconnues comme maladies professionnelles. Cette même année, quelque 30 millions de journées de travail auraient été perdues du seul fait des lombalgies.

Quelles peuvent être les conséquences des lombalgies sur la vie des personnes atteintes ? Comment doivent-elles être prises en charge ?

Les symptômes douloureux sont de mauvais indicateurs de la gravité des lombalgies. Une micro-lésion musculaire bénigne peut se manifester par des douleurs très vives et une impotence fonctionnelle importante, laissant craindre, à tort, un risque de handicap durable. La plupart des lombalgies guérissent d'ailleurs spontanément en quelques jours. Mais quand la douleur s'installe, toute activité physique devient pénible. Les conséquences sur la vie personnelle, professionnelle et sociale peuvent s'avérer catastrophiques, tout particulièrement pour ceux qui n'ont que leur force physique à proposer à l'entreprise. Comment reclasser ces salariés, souvent jeunes et peu qualifiés ? Sans une prise en charge appropriée, ils risquent d'être durablement exclus du monde du travail. Les lombalgies représentent en effet la première cause d'invalidité au travail chez les moins de 45 ans. Le personnel soignant, les salariés du BTP, de la manutention ou des transports paient le plus lourd tribut. Le repos prolongé est une mauvaise solution thérapeutique. L'immobilisation fragilise le dos et constitue un facteur important de perte de confiance. Elle risque de renforcer la peur de bouger et, au final, d'augmenter les risques de récurrences. Pour les médecins, il est donc essentiel de convaincre le patient que la lombalgie est une affection bénigne et de soulager rapidement la douleur. Pour guérir vite, le lombalgique doit reprendre une activité physique dès que la douleur cesse d'être gênante.

Comment prévenir efficacement les lombalgies ?

La prévention doit être envisagée dans un cadre global intégrant des composantes techniques, organisationnelles et individuelles. L'INRS propose aujourd'hui des méthodes et des outils de prévention permettant d'agir sur les principales causes de lombalgie. L'utilisation d'aides mécaniques, la diminution des charges ou des distances peuvent contribuer à réduire l'intensité des manutentions manuelles. Dans le secteur de la santé, les dispositifs de levage permettent de soulager le dos des personnels soignants. Restent à vaincre les réticences culturelles des malades et des travailleurs. Sur les engins de chantier, les risques liés aux vibrations peuvent être maîtrisés grâce au nivellement des surfaces de roulement, à l'utilisation de pneus souples et de systèmes de suspension, ou encore à l'optimisation de la posture et du réglage du siège des opérateurs. Une prévention durable impose par ailleurs de réfléchir à l'organisation du travail. Il est par exemple possible de fractionner les temps d'exposition en favorisant l'alternance des tâches, de proscrire les postures prolongées, de réduire l'encombrement des zones de passage pour prévenir les chutes, ou encore de maîtriser le rythme de travail pour éviter la sur-sollicitation et les risques d'accidents. Enfin, la qualité de l'accueil est une des clés de la bonne réintégration des salariés lombalgiques dans l'entreprise. Pour que celle-ci se passe dans les meilleures conditions, des situations de travail temporairement allégées doivent être proposées. Elles faciliteront le retour des salariés après leur arrêt de travail. Avec l'expérience, l'extension de ces situations de travail "allégées" pourra même être un objectif majeur de prévention pour une entreprise. A elle d'organiser son système de santé au travail pour atteindre cet objectif.



Dossier

"Lombalgies"



Audiovisuel

"Napo dans...
allégez la charge"



Publication

"Vibration et mal de dos"



Publication

"Lombalgies
débloquer la situation"

www.inrs.fr

La Lettre d'information est éditée par le département *Produits d'information* de l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS). Directeur de la publication : Jean-Luc MARIE, directeur général de l'INRS. Rédacteur en chef : Jacques GOZZO. Routage : logiciel SYMPA. Copyright INRS. Tous droits réservés. Conformément à la loi 2004-801 du 6 août 2004 (...) modifiant la loi 78-17 du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données qui vous concernent. Pour l'exercer, adressez-vous à l'INRS - 30 rue Olivier Noyer - 75014 Paris ou écrivez à contact@kiosque.inrs.fr

[Nous contacter](#) | [Modifier ses données personnelles](#) | [Se désabonner](#)