

HAUSSE DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES CHEZ LES TRAVAILLEURS

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) désignent des lésions, notamment aux muscles, tendons ou aux articulations (ex. : tendinite, bursite, maux de dos). Selon l'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) de 2014-2015, 30 % des travailleurs en Montérégie² rapportent avoir eu des TMS liés à leur emploi actuel au cours des 12 mois précédents. Il s'agit d'une hausse notable par rapport à 2008 (22 %) et le Québec affiche une augmentation similaire. Cette hausse n'a rien de rassurant, d'autant plus que les TMS figurent parmi les [lésions les plus souvent indemnisées chez les travailleurs](#).

DES FACTEURS DE RISQUE FRÉQUENTS

[Diverses conditions de travail](#) augmentent le risque de souffrir de TMS, notamment les contraintes physiques telles que l'effort musculaire, les postures contraignantes et les gestes répétitifs. Or, de nombreux travailleurs y sont exposés en 2014-2015. À titre d'exemple, environ la moitié des travailleurs en Montérégie travaille debout de façon prolongée³, et plus d'un travailleur sur trois effectue des gestes répétitifs des mains et des bras. De plus, près d'un travailleur sur quatre en Montérégie fait des efforts avec des outils, des machines ou de l'équipement et environ un travailleur sur six manipule des charges lourdes. L'enquête révèle également qu'un travailleur sur quatre (25 %) présente un niveau élevé de contraintes physiques, c'est-à-dire qu'il fait face à plusieurs types de contraintes. Cela correspond à environ 132 000 travailleurs en Montérégie.

L'ORGANISATION DU TRAVAIL COMPTE

[Les contraintes organisationnelles](#) accroissent aussi le risque de souffrir de TMS. Or, plus d'un travailleur sur 10 (12 %) fait face à de la tension au travail, occasionnée par la combinaison d'une faible autorité décisionnelle et d'exigences psychologiques élevées.

TMS : PLUS FRÉQUENTS CHEZ LES TRAVAILLEUSES

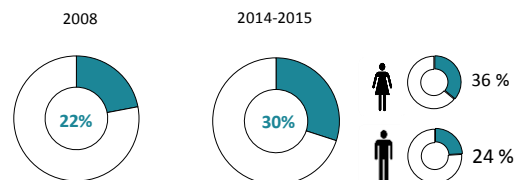
Tout comme en 2008, les TMS se révèlent, en 2014-2015, plus fréquents chez les femmes (36 %) que les hommes (24 %). Généralement, les hommes sont davantage exposés aux contraintes physiques que les femmes, mais il existe certaines exceptions. En effet, toutes proportions gardées, les travailleuses en Montérégie sont plus nombreuses à effectuer des gestes répétitifs des mains et des bras que leurs collègues masculins (39 c. 32 %). De plus, elles s'avèrent aussi plus fréquemment exposées à de la tension au travail (14,4 c. 9,3 %).

² Personnes qui travaillent en Montérégie, sans égard à leur lieu de résidence.

³ Les trois quarts du temps ou tout le temps.

Pour en savoir davantage sur les TMS chez les travailleurs : <http://extranet.santemonteregie.qc.ca/sante-publique/surveillance-etat-sante/portrait-type-thematique.fr.html#Santra>

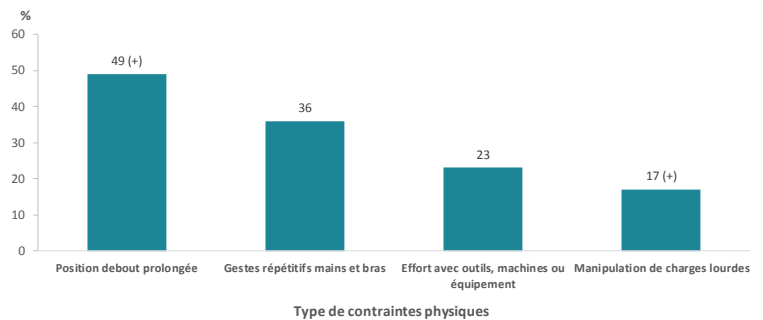
PROPORTION DE TRAVAILLEURS EN MONTEREGIE AYANT EU DES TMS LIÉS AU TRAVAIL¹



¹ Au cours des 12 mois précédant l'enquête

Source : ISQ, Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP), 2008 et 2014-2015.
Production : équipe Surveillance, DSP Montérégie, août 2017.

PROPORTION DE TRAVAILLEURS EN MONTEREGIE EXPOSÉS À CERTAINES CONTRAINTES PHYSIQUES, 2014-2015



(+),(-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible en Montérégie que dans le reste du Québec, au seuil de 5 %.

Source : ISQ, Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP), 2014-2015.

Production : équipe Surveillance, DSP Montérégie, août 2017.

ÉVITER LES TMS PAR LA PRÉVENTION

Une analyse des tâches permet d'identifier les causes des TMS et facilite la recherche de solutions. Celles-ci peuvent prendre différentes formes, par exemple la modification du poste de travail ou de certaines facettes des tâches (ex. : outils utilisés, cadence de travail, rotation des tâches, formation). La hausse de la proportion de travailleurs touchés par les TMS doit interpeller les milieux de travail, les groupes impliqués en prévention et plus largement les employeurs et les travailleurs. Les TMS [coûtent cher](#), que ce soit en prestations d'indemnisation ou en [perte de productivité](#), sans négliger la souffrance qu'ils entraînent chez les travailleurs. Les TMS peuvent être prévenus, et les [outils](#) indiquant comment y parvenir existent. Il faut davantage passer à l'action en milieu de travail.

À RETENIR

- ▶ La proportion de travailleurs en Montérégie ayant eu des TMS liés au travail a augmenté, passant de 22 % en 2008 à 30 % en 2014-2015;
- ▶ Les contraintes physiques au travail sont fréquentes et accroissent le risque de TMS;
- ▶ Les travailleuses sont davantage touchées par les TMS que les travailleurs;
- ▶ Divers moyens permettent de prévenir les TMS. Il importe de les utiliser davantage.



Citation suggérée :

Blackburn, Manon. *Hausse des troubles musculo-squelettiques chez les travailleurs*. PÉRISCOPE : no 76, Décembre 2017. Longueuil: Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre, Direction de santé publique, Secteur Planification, évaluation et surveillance.

Ce document peut /01438/être reproduit ou téléchargé pour une utilisation personnelle ou publique à des fins non commerciales, à condition d'en mentionner la source.

<http://extranet.santemonteregie.qc.ca/sante-publique/surveillance-etat-sante/index.fr.html>

Rédaction : Manon Blackburn

Collaboration : Paule Pelletier et Mélanie Villeneuve

Production : Planification, évaluation et surveillance

Direction : Dre Julie Loslier, directrice de santé publique de la Montérégie