

Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif

2026



Le 29 février (le 28 février les années non bissextiles) marque la Journée de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif. En tant que seule journée « non répétitive » de l'année, c'est la date idéale pour se rassembler afin de sensibiliser le public aux lésions attribuables au travail répétitif, qui sont presque toujours évitables et souvent non signalées.

La Journée de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif est un événement mondial et **le Canada est un chef de file dans la reconnaissance de cette journée spéciale**. Nous invitons toutes nos sections locales et tous nos conseils régionaux à transmettre cette information à leurs membres afin de mettre en lumière ce problème professionnel de grande ampleur qui touche nos membres.

Nombre de sections locales et de lieux de travail représentés par Unifor participant déjà à des événements liés à la Journée de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif. Nous vous invitons à nous faire part de la manière dont vous célébrez cette journée importante pour les travailleuses et les travailleurs en nous envoyant un message à l'adresse suivante : healthandsafety@unifor.org!

Que sont les lésions attribuables au travail répétitif?

Les lésions attribuables au travail répétitif sont un terme générique qui désigne des affections douloureuses touchant les tendons, les muscles, les nerfs et les articulations en raison d'une utilisation excessive ou inappropriée. Elles touchent généralement des parties du corps telles que le cou, le dos, les épaules, les coudes, les avant-bras, les poignets et les mains. Les symptômes peuvent évoluer vers des troubles chroniques et invalidants qui, parfois, ne peuvent être inversés ou corrigés, malgré la physiothérapie ou la chirurgie. **Les lésions attribuables au travail répétitif sont également désignées sous le nom de troubles musculo-squelettiques (TMS)** et sont à l'origine du plus grand nombre de blessures avec arrêt de travail au Canada.

Voici quelques exemples de lésions attribuables au travail répétitif:

- tendinite
- bursite
- névrite
- épicondylite
- arthrite
- claquage musculaire
- lésion au bas du dos
- hernie discale
- syndrome du canal carpien

Les symptômes courants peuvent aller de légers à graves et se développent généralement de manière progressive. Ils comprennent notamment:

- pulsations
- douleurs
- sensibilité
- brûlures
- picotements
- raideurs
- perte de mobilité articulaire et de force dans la zone touchée
- engourdissement
- enflure
- faiblesse
- crampes

La hiérarchie des mesures de contrôle

Il est préférable d'éliminer les dangers à la source. Cela s'applique également à l'ergonomie. La prévention des lésions attribuables au travail répétitif commence par l'élimination des tâches répétitives grâce à la conception des postes de travail. Cela peut impliquer diverses interventions, allant du remplacement des produits, de l'automatisation ou des contrôles techniques à l'utilisation d'appareils d'aide au levage tels que des palans ou des outils. Tous les outils et équipements doivent être correctement approvisionnés et entretenus. Les postes de travail bien conçus doivent être réglables afin de s'adapter à la personne qui les utilise.

Hiérarchie des mesures de contrôle

Plus efficace

ÉLIMINATION

SUBSTITUTION

CONTRÔLES
TECHNIQUES

CONTRÔLES
ADMINISTRATIFS

ÉPI

Moins efficace



Ce que nous pouvons faire en tant que syndicat

- Veiller à ce que toutes les lésions attribuables au travail répétitif soient signalées à l'employeur dès l'apparition des premiers symptômes
- Sensibiliser les travailleuses et travailleurs aux lésions attribuables au travail répétitif
- Négocier des dispositions relatives à l'ergonomie dans nos conventions collectives
- Utiliser les dispositions de la convention collective comme outil pour améliorer les conditions ergonomiques sur le lieu de travail
- Utiliser les clauses d'obligation générale de la Législation en matière de Santé et sécurité au travail pour formuler des recommandations d'amélioration des emplois problématiques ou causant des blessures
- Exiger que les emplois qui causent des blessures aux travailleuses et travailleurs soient « corrigés » à l'aide d'outils, d'équipements, de modifications des processus, d'une aide supplémentaire et d'autres méthodes. Assurer le suivi et évaluer le succès des mesures de contrôle mises en œuvre
- Encourager les travailleuses et travailleurs à prendre le temps de se reposer loin de la source causant les lésions attribuables au travail répétitif et obliger les employeurs à proposer des tâches moins pénibles jusqu'à ce que les travailleuses et travailleurs soient guéris
- Veiller à ce que les questions liées aux lésions attribuables au travail répétitif soient abordées lors des réunions du comité de santé et de sécurité
- Impliquer les ministères fédéraux ou provinciaux du travail ou les organismes WorkSafe (Travail sécuritaire) de votre province ou territoire lorsque vous estimez que l'employeur ne répond pas favorablement à vos demandes d'amélioration des emplois précaires causant des lésions attribuables au travail répétitif

La Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif a été créée en 1998 par des militantes et militants locaux représentant des travailleuses et travailleurs blessés, à l'initiative de Catherine Fenech. Jeune travailleuse blessée au travail, Catherine faisait partie d'un groupe international de travailleuses et travailleurs qui cherchaient à faire reconnaître leurs lésions professionnelles. Nous vous invitons à découvrir l'histoire de la Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif en cliquant [sur ce lien](#) vers la page YouTube de l'OHCOW. L'activisme de Catherine a commencé par des pétitions, puis s'est transformé en manifestations et conférences de presse devant les bureaux des autorités locales au début des années 2000. À la fin de cette décennie, ce type de blessures faisait l'objet de débats au sein de sous-comités et de groupes d'experts gouvernementaux. *Bien entendu, le milieu patronal n'était pas du tout intéressé à promouvoir ou à discuter de cette question. Nous constatons encore aujourd'hui que de nombreux employeurs ignorent malheureusement l'importance de l'ergonomie dans la planification et l'exécution des tâches effectuées par nos membres.*

Nous sommes là pour vous aider...

Le Service national de santé, sécurité et environnement d'Unifor est toujours disponible et prêt à soutenir les sections locales et leurs comités de sécurité au travail dans tous les aspects liés à la santé et à la sécurité, y compris l'ergonomie et la prévention des lésions attribuables au travail répétitif.

Pour plus de renseignements sur la Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif ou sur l'ergonomie au travail, veuillez communiquer avec le Service national de santé, sécurité et environnement d'Unifor au 800 268-5763 / 416 497-4110 ou healthandsafety@unifor.org.

