

Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif 2022



Au cours des trois dernières années, nous avons surtout mis l'accent sur les enjeux liés à la COVID-19 et avons oublié de nombreux autres aspects de la santé et de la sécurité au travail, notamment l'ergonomie. Alors que nous sortons lentement et prudemment de notre coquille pandémique, il est temps de recentrer nos priorités sur des sujets importants, en commençant par les lésions attribuables au travail répétitif (LATR).

Le 29 février marque la Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif (le 28 février lors des années non bissextiles). Comme c'est le seul jour « non répétitif » de l'année, c'est la date idéale à consacrer à la sensibilisation aux LATR. Cette journée est un événement mondial marqué dans bon nombre de pays. Malheureusement, elle ne semble pas avoir beaucoup de succès en dehors de l'Ontario et des milieux de travail sous réglementation fédérale. Nous pressons tous nos conseils régionaux et sections locales de transmettre cette information à leurs membres afin de faire la lumière sur ce problème de grande envergure qui touche nos membres.

Qu'est-ce qu'une LATR?

Le terme générique lésion attribuable au travail répétitif décrit les affections douloureuses touchant les tendons, les muscles, les nerfs et les articulations découlant d'une surutilisation ou d'une mauvaise utilisation. Les LATR affectent généralement des parties du corps comme 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 ne peuvent parfois pas être inversés ou corrigés, quel que soit le nombre de séances de physiothérapie ou de chirurgies. Les LATR sont également connus sous le nom de troubles musculosquelettiques et sont à l'origine du plus grand nombre d'arrêts de travail au Canada.

Attentes peu élevées

La plupart d'entre nous, et peut-être même nous tous, avons occupé des emplois où nous ressentions de la douleur. Certains d'entre nous croyons (à tort) que ces tâches difficiles étaient un « rite de passage normal ». Nous supposons que nous allons simplement « nous habituer » à ce travail et que la douleur finirait par disparaître. Certains emplois ont même été affublés de surnoms comme « la roue de la mort » ou « le travail du petit nouveau » parce qu'ils étaient censés faire office de « rodage ». Un trop grand nombre d'entre nous avons souffert pendant bien trop longtemps en raison de ce type de raisonnement culturel erroné dans le milieu de travail. Bien que les personnes qui ne sont pas physiquement actives puissent s'attendre à un certain niveau de douleur liée au travail, **il y a une grande différence entre ressentir des courbatures et avoir de la douleur.**

Très souvent, l'une des solutions proposées par les employeurs consiste à faire une rotation entre les emplois problématiques. Toutefois, la rotation des postes ne permet pas de s'attaquer à la racine du problème et ne fait que propager la douleur.

La prise d'analgésiques n'est pas une solution viable aux lésions attribuables au travail répétitif. Nous devons adopter la philosophie culturelle selon laquelle « le travail ne devrait pas être douloureux ».

Les LATR sont plus nombreuses que toutes les autres lésions professionnelles combinées.

Exemples de LATR

- | | | |
|-------------|----------------|------------------------------|
| ▪ Tendinite | ▪ Ténosynovite | ▪ Lésion lombaire |
| ▪ Bursite | ▪ Arthrite | ▪ Hernie discale |
| ▪ Névrite | ▪ Entorses | ▪ Syndrome du tunnel carpien |

Les symptômes courants peuvent varier, de légers à graves, et se développent généralement progressivement, notamment :

- | | | |
|----------------------------|---------------------|--|
| ▪ élancements; | ▪ picotements; | ▪ crampes; |
| ▪ courbatures et douleurs; | ▪ engourdissements; | ▪ raideurs; |
| ▪ sensibilité; | ▪ gonflement; | ▪ perte de mouvement et de force articulaire dans la zone touchée. |
| ▪ brûlure; | ▪ faiblesse; | |

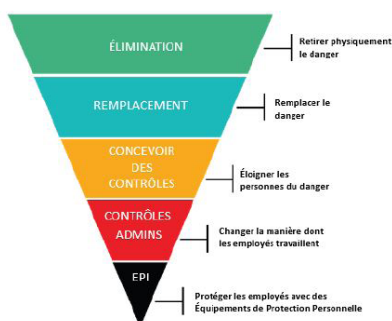
Recette de la LATR

(Utilisez un ou plusieurs ingrédients.)

- Répétition continue
- Postures contraignantes
- Positions corporelles fixes ou statiques
- Force excessive
- Rythme de travail
- Pauses ou temps de récupération insuffisants
- Vibrations ou stress dû au froid



Hiérarchie des contrôles



Il est préférable d'éliminer les risques à leur source. La prévention des LATR commence par l'élimination du travail répétitif grâce à la conception des tâches. Cet exercice peut comprendre diverses interventions, allant de la substitution de produits à l'automatisation, en passant par des dispositifs d'assistance personnelle comme des treuils et des outils. Tous les outils et équipements doivent être correctement entretenus et gérés. Des postes de travail bien conçus devraient être ajustables pour s'adapter à la personne qui y travaille.

Ce que nous pouvons faire comme syndicat

Mieux vaut prévenir que guérir les LATR

Nous devons utiliser le pouvoir de la négociation collective pour aider à créer le cadre approprié permettant d'éliminer les risques qui entraînent des LATR. Nos conventions collectives doivent renfermer des dispositions

en matière d'ergonomie qui appellent à l'action pour combattre les problèmes ergonomiques avant qu'ils ne surviennent, ainsi que des processus visant à remédier à la mauvaise conception des tâches qui causent des blessures à nos membres. Les listes de contrôle ergonomiques, les enquêtes et les recommandations du comité paritaire en santé et sécurité au travail, les comités paritaires d'ergonomie sur le lieu de travail, et la participation des travailleuses et travailleurs à la conception des postes de travail sont autant d'outils qui peuvent être utilisés pour prévenir et combattre les LATR. Les experts en matière de prévention et de résolution des problèmes ergonomiques sont ceux et celles qui font ou feront le travail.

Il est certain que les travailleuses et travailleurs souffrant de LATR doivent recevoir les premiers soins et un traitement médical et, en cas d'absence au travail, des indemnités d'accident du travail. Nous devons nous assurer que les travailleuses et travailleurs comprennent qu'ils ont des options, y compris, dans certains cas, le droit de refuser de faire un travail dangereux s'ils pensent que le travail qu'ils doivent accomplir peut les mettre en danger d'un point de vue ergonomique. Nos employeurs doivent comprendre que nous ne tolérerons pas les emplois qui sont « conçus pour blesser » attribuables à de mauvais facteurs ergonomiques.

Voici une disposition type en matière d'ergonomie qui devrait être le point de départ de toute convention collective.

« En plus des autres formations précisées dans la présente convention, l'employeur convient de veiller à ce que les membres du comité paritaire en santé, sécurité et environnement au travail reçoivent une formation dans le cadre d'un ou de plusieurs cours qui seront déterminés par le comité afin de leur permettre de répondre en priorité aux besoins ergonomiques et de travailler à améliorer le milieu de travail, le poste de travail ou l'outil pour l'adapter à la personne qui y travaille ou l'utilise. L'employeur accepte de payer tous les coûts connexes. »

De nombreux milieux de travail représentés par Unifor ont négocié la présence de représentants en ergonomie spécifiques et des représentants nationaux en la matière. Votre comité de négociation a-t-il étudié ces options?

Nos membres du groupe des trois grands constructeurs automobiles de Detroit bénéficient sans doute de certaines des meilleures dispositions qui existent au pays en matière d'ergonomie. Une recherche rapide dans leurs conventions collectives, qui sont accessibles au public en ligne, montre que le terme « ergonomique » est utilisé plus de 200 fois dans les conventions collectives des trois entreprises.

Le Service de l'éducation a élaboré un cours complet sur l'ergonomie et nous vous invitons à participer à ce programme de formation si vous le pouvez. Consultez la page <https://www.unifor.org/member-services/education/introduction-ergonomics-pergo> (en anglais seulement).

Nos conventions collectives renferment des dispositions relatives au temps de repos, aux pauses, aux congés et aux avantages sociaux qui sont toutes utiles pour aménager notre temps au travail et en dehors du travail. Nous devrions maximiser l'utilisation de ces outils. Nos conventions collectives peuvent être considérées comme des documents potentiels de protection de la santé.

Règlements en matière d'ergonomie

Malheureusement, les règlements applicables dans les milieux de travail en matière d'ergonomie n'existent que dans un nombre limité de provinces et de territoires au Canada et nous devons, en tant que syndicat, continuer de faire pression sur nos gouvernements provinciaux pour qu'ils adoptent des protections et des normes ergonomiques plus strictes dans leurs législations respectives en matière de santé et de sécurité au travail. De nombreuses sources nous ont dit que les inspecteurs gouvernementaux en santé et sécurité ne

peuvent pas compter sur les dispositions d'obligation générale pour traiter des questions d'ergonomie au travail. Les améliorations ergonomiques et les références obligatoires aux normes acceptées aideront les travailleuses et travailleurs tout autant que les employeurs à atteindre une norme élevée de santé et de sécurité au travail. L'action politique visant à améliorer la législation en matière de santé et de sécurité doit être une priorité absolue.

La sensibilisation aux LATR doit se faire tous les jours!

Quel est le plan d'action ergonomique de votre milieu de travail?

Pour de plus amples renseignements sur la Journée internationale de sensibilisation aux lésions attribuables au travail répétitif ou l'ergonomie au travail, communiquez avec le Service national de santé et sécurité d'Unifor à l'adresse healthandsafety@unifor.org ou au numéro 1-800-268-5763 ou 416-497-4110.