

Bilan d'une expérience de remise à niveau de la condition physique et de lutte contre les TMS dans une entreprise du CAC 40

Madame Hala NASSIF

L'accroissement des troubles musculo-squelettiques est largement référencé dans de nombreuses études. 70 à 85 % de la population générale sont ainsi susceptibles de souffrir de troubles musculo-squelettiques (TMS) durant leur vie.

L'objectif de notre étude est d'évaluer l'effet d'une prise en charge par kinésithérapie et par des exercices de renforcement musculaire sur le lieu de travail chez des salariés souffrant de TMS durant 2 mois et de son maintien après 6 mois.

75 volontaires travaillant sur le site PSA de Mulhouse et souffrant de TMS, ont participé à cette étude. Notre intervention a démarré en novembre 2008. Les volontaires ont été divisés en deux groupes, un groupe témoin (n=38) et un groupe d'intervention (n=37) ayant effectué des exercices de renforcement musculaire durant deux mois.

Séance type

1. Échauffement rachidien sur ballon
2. Travail musculaire
3. Étirement
4. Proprioception/Equilibre
5. Relaxation / physiothérapie

Séances adaptées aux capacités des salariés (endurance, seuil de la douleur, amplitude articulaire...)



Lors de cette étude, le médecin du travail et la kiné ont évalué les signes de TMS des salariés afin de concevoir des séances adaptées à chacun d'entre eux.

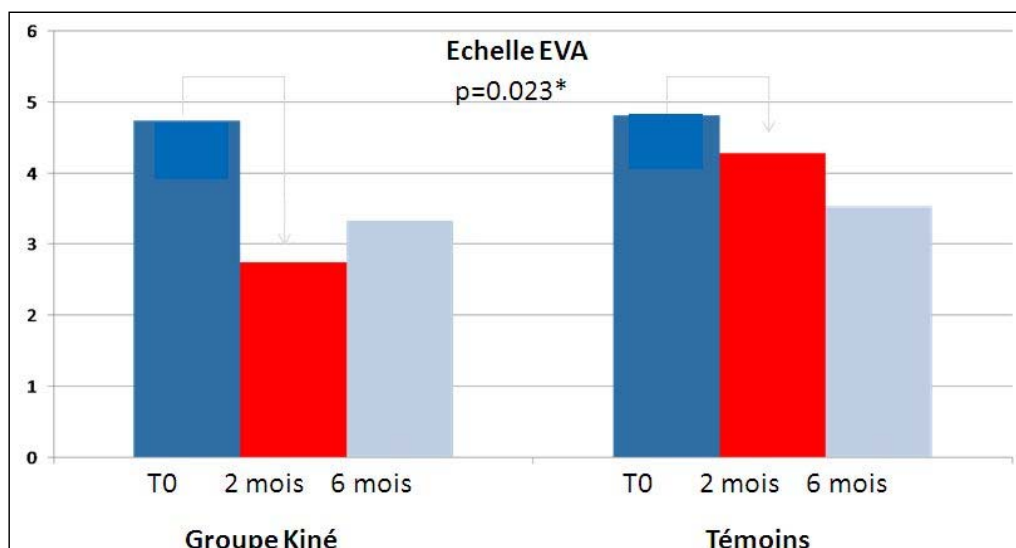
Les critères de suivi sont axés sur la douleur, la mobilité articulaire, la souplesse, la force, etc. Chaque critère de suivi a été mis en œuvre avec des tests validés internationalement.

Les paramètres aux 3 temps (t0- t1=2 mois- t2=6 mois) on été analysés avec le logiciel SAS. La méthode MANOVA a été appliquée pour tester l'existence d'une différence entre le groupe témoin et le groupe d'intervention sur les trois temps.

Paramètres	Test- Mesure	MANOVA
Muscles dorsaux	Sorensen	p= 0.006**
<u>Mobilité</u>	Flexion <u>Inclinaison droite</u> <u>Inclinaison Gauche</u>	p=0.001 ** p=0.0003 *** p= 0.0001 * * *
Hypo extensibilité	<u>Ischio Jambiers</u> Quadriceps <u>Fléchisseur Bassin</u>	p=0.0003 *** p= 0.045 * p=0.0001 ***
<u>Kinésiophobie</u>	Tampa	p= 0.006 **
Diminution du nombre de jours d'absences		p=0.054

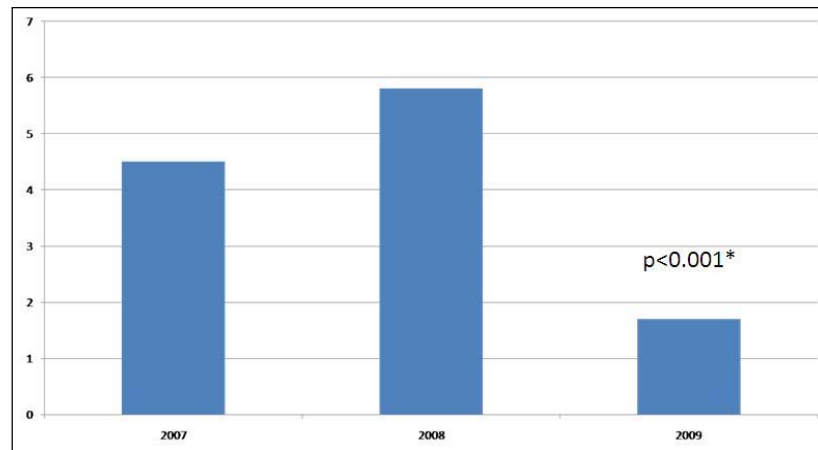
MANOVA : tests multivariés

Nous notons ainsi une diminution rapide de la douleur très significative chez le groupe d'intervention par rapport aux témoins (p= 0.023*),



Diminution de la douleur

une diminution significative de la kinési phobie ($p= 0.006^{**}$), et une réduction très significative du nombre de consultations à l'infirmierie pour le groupe Kiné ($p<0,01^{**}$) par rapport à 2007 et 2008.



Diminution de nombre de consultations à l'infirmierie

En conclusion, cette étude multidisciplinaire, menée entre le médecin de travail, l'épidémiologiste, le kiné et l'éducateur sportif, renforce la promotion de l'activité physique et le suivi de la kinésithérapie et de son maintien en milieu de travail chez les sujets à risques, souffrant de TMS.

Questions-réponses avec l'amphithéâtre

Isabelle PIVERT

Le fait que cette prise en charge se soit déroulée dans le cadre de l'Entreprise est très important, car la souffrance et la pénibilité au travail sont reconnues, ce qui est positif. Nous savons en effet que l'influence psychologique est très importante en ce qui concerne les TMS.

Hala NASSIF

Les entreprises réalisent peu à peu l'intérêt de prendre en charge les salariés qui souffrent, car ces derniers se sentent mieux suite à cette prise en charge.

Jean-François TOUSSAINT

Le service de santé au travail concerné par cette étude a en outre posé la question des moyens à mettre en œuvre suite à cette remise en condition. Les acteurs du monde sportif, comme les clubs locaux, sont ici essentiels.

Isabelle PIVERT

La Fédération Française de Sport d'Entreprise travaille beaucoup sur ce lien avec les clubs, afin d'effectuer des propositions aux salariés.

Jean-François TOUSSAINT

Ce sujet sera un point central du prochain PNNS.