

Troubles musculo-

UN GUIDE ET DES OUTILS

LE RETOUR AU TRAVAIL

Point de départ

Une recherche précédente avait révélé les obstacles auxquels font face les travailleurs atteints de troubles musculo-squelettiques et les facteurs qui facilitent leur retour au travail. Elle avait souligné notamment les problèmes de communication avec les médecins et le besoin criant des superviseurs pour des outils pouvant les aider à choisir des assignations temporaires.

Responsables

Susan Stock¹, de la Direction de santé publique de Montréal et de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ); Raymond Baril² et Claire Lapointe³, de l'IRSSST; Colette Dion-Hubert, de l'Université de Montréal; Sonia Paquette, d'Ergodirect; Josée Sauvage, de la CSST; Serge Simoneau, de l'ASP Métal-Électrique; et Claude Vaillancourt, d'Hydro-Québec.



Partenaires

Ce projet a été réalisé grâce à la contribution financière du Centre national d'excellence du Réseau canadien de liaison et d'application de l'information sur la santé (HEALNet/RELAIS), de l'IRSSST et de la Direction de santé publique de Montréal.

Résultats

Un guide pratique et des outils pour le maintien et le retour au travail de personnes atteintes de troubles musculo-squelettiques.

Utilisateurs potentiels

Toute personne ou intervenant en santé et en sécurité du travail ayant à gérer, à choisir, à approuver ou à évaluer des assignations temporaires.

DE PLUS EN PLUS SOUVENT, les entreprises font appel à des mesures de maintien ou de retour au travail pour gérer le personnel aux prises avec des troubles musculo-squelettiques. Il est d'ailleurs admis scientifiquement que les interventions de réadaptation qui prévoient une assignation temporaire, ou qui adaptent la tâche du travailleur atteint, obtiennent de meilleurs résultats que les approches strictement médicales. Cela est vrai autant en ce qui a trait aux journées d'absence du travail qu'à l'amélioration de l'état de santé de la personne concernée.

Toutefois, le choix des assignations et les communications avec le médecin traitant donnent souvent du fil à retordre aux gestionnaires et aux superviseurs. C'est sûrement avec plaisir qu'ils apprendront la venue, pour les appuyer dans ces tâches complexes, de nouveaux outils pratiques et accessibles, issus d'une collaboration entre une douzaine de professionnels et de chercheurs de milieux variés : l'IRSSST, la Direction de santé publique de Montréal, l'INSPQ, le réseau HEALNet/RELAIS, la CSST, l'Université McGill, l'Université de Montréal, l'ASP Métal-Électrique, Hydro-Québec et Ergodirect. Le document s'intitule *Troubles musculo-squelettiques. Guide et outils pour le maintien et le retour au travail*.

GRILLES ET FORMULAIRES

On trouve notamment dans ce guide des grilles et des formulaires concernant le dos, le cou et l'épaule, le coude, la main et le poignet, soit les régions corporelles les plus fréquemment atteintes de troubles musculo-squelettiques. Les outils d'aide à la décision qu'il contient facilitent l'évaluation des exigences physiques de l'assignation

temporaire proposée pour le travailleur, leur communication au médecin traitant et la transmission à l'entreprise, par ce dernier, des restrictions temporaires touchant le patient.

Employant un langage simple et clair, abondamment illustré, facile d'utilisation pour quiconque connaît bien les tâches à accomplir, le document apporte également des notions d'ergonomie de base à l'intention de la personne qui remplit les formulaires. Très synthétique, il va réellement à l'essentiel. Ainsi comme le mentionne la D^{re} Susan Stock, de la Direction de santé publique de Montréal et chercheuse principale du projet : « Il n'existait rien de tel, vraiment, pour les entreprises où les personnes ne sont pas des spécialistes. C'est conçu pour quelqu'un qui connaît le travail, comme un superviseur qui, juste avec un peu de formation, peut s'en servir. Des outils semblables pour identifier les restrictions temporaires au travail, ça n'existait pas non plus. Notre guide est très visuel, pratique et rapide d'utilisation, donc les médecins, les ergothérapeutes, et les physiothérapeutes l'apprécient. »

**ON ESPÈRE QU'IL Y AURA
MOINS DE PERSONNES
DONT LES PROBLÈMES
DEVIENDRONT CHRONIQUES
ET MOINS DE RECHUTES
ET D'AGGRAVATIONS,
DÉCLARE LA D^{RE} SUSAN STOCK.**

« Autre nouveauté, poursuit la D^{re} Stock, c'est d'avoir réuni toutes les informations dans un seul document. Cela permet à l'entreprise de communiquer au médecin traitant de façon rapide les exigences physiques du poste qu'il propose et de lui montrer lesquelles ont été évaluées. » Plus qu'un simple moyen de communication, le guide et les outils constituent donc

squelettiques

POUR LE MAINTIEN *et*



de véritables aides à la décision. Ils contribuent au choix de tâches dont les exigences physiques concordent avec les capacités du travailleur blessé, dans le but de favoriser sa réadaptation.

Toutefois, ajoute la D^{re} Stock : « Il faut aussi une approche structurée, pas seulement des outils... et ça prend de la

formation, car il est important de comprendre ce que sont les troubles musculo-squelettiques et quels sont les facteurs qui peuvent les aggraver ou causer une rechute. » Une grande section du guide se trouve ainsi consacrée à l'établissement d'un programme de gestion du maintien et du retour au travail.

La Direction de santé publique de Montréal et l'IRSST souhaitent faire une large diffusion du document et mettre sur pied des séances de formation sur l'utilisation du guide et de ses outils. De telles formations s'adresseraient particulièrement aux entreprises intéressées et à divers « relayeurs », comme les mutuelles de prévention, les organismes et les consultants spécialisés en santé et en sécurité du travail, les associations patronales et syndicales, les membres des ASP, etc. La D^{re} Susan Stock mentionne aussi qu'« il y aura un guide complémentaire à l'intention des médecins traitants ».

PLUS QUE DES OUTILS

Le guide propose une approche et une démarche axées sur la santé du travailleur et sur l'adaptation des tâches à ses capacités : « Les travailleurs participent

au processus et je crois que c'est un élément essentiel de cette approche, remarque la D^{re} Stock. Parce que quand un travailleur participe vraiment, et qu'on a pris son point de vue en compte, il sera plus facilement d'accord avec son assignation temporaire, ce qui va faciliter les choses avec le médecin. C'est, je crois, une autre des forces de notre approche. »

Ce qu'on souhaite avant tout avec cette publication et la formation qui suivra, toujours selon la D^{re} Stock, c'est « aider les entreprises à faire une meilleure prise en charge des travailleurs qui présentent des troubles musculo-squelettiques. On espère qu'il y aura moins de personnes dont les problèmes deviendront chroniques et moins de rechutes et d'aggravations ».

Évaluation des tâches, meilleure compréhension des facteurs ergonomiques, tout cela parle de valeur ajoutée, et ce, dans tous les domaines de la santé et de la sécurité du travail. « L'autre retombée envisagée, c'est que les entreprises vont faire un meilleur pont entre tous les processus de gestion des personnes atteintes et la prévention, affirme la D^{re} Stock. Ce sont vraiment les mêmes principes. Les facteurs qui peuvent aggraver un problème peuvent aussi l'engendrer et on espère que quand on fera l'évaluation d'un poste et qu'on trouvera des problèmes, ceux-ci seront rapportés au responsable de la prévention. » Et voilà comment boucler la boucle! **PT**

LORAIN PICHETTE

Pour en savoir plus

On peut commander, au coût de 20 \$, le document *Troubles musculo-squelettiques – Guide et outils pour le maintien et le retour au travail* à l'adresse suivante :
Centre de documentation
Direction de santé publique de Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3

Une page du site www.santepub-mtl.qc.ca est consacrée au guide. Les personnes intéressées aux formations ou aux conférences offertes y trouveront toute l'information nécessaire.