

## **Ressources de prévention des TMS pour l'Ontario**

### **Questions et réponses**

#### **Informations au sujet de l'initiative ontarienne de prévention des TMS**

**Q. Que sont les troubles musculo-squelettiques?**

R. Troubles musculo-squelettiques (TMS) est un terme utilisé pour un nombre de blessures et maladies des muscles, os, tendons, nerfs, etc.

L'exposition d'un travailleur à plusieurs facteurs de risques dans le lieu de travail peut engendrer le développement de TMS ou aggraver une condition préexistante.

**Q. Pourquoi utilisons-nous le terme troubles musculo-squelettiques?**

R. Le terme troubles musculo-squelettiques est communément et couramment utilisé dans plusieurs parties du monde, incluant les États-Unis et l'Europe. Ce terme a été choisi car il n'est pas synonyme avec une maladie ou blessure particulière ou un risque quelconque. Il envoie un message que ces problèmes ne sont pas nécessairement le résultat d'une blessure. Ils se développent souvent avec le temps et sont conséquemment appelés troubles plutôt que blessures. Ces dernières sont dues à un événement traumatique particulier.

**Q. Quels sont des exemples de troubles musculo-squelettiques?**

R. Les TMS communs se développant dans les lieux de travail incluent: les maux de dos, les claquages musculaires, les tendinites, le syndrome du tunnel carpien et l'épicondylite latérale.

**Q. Qu'est-ce que l'ergonomie?**

R. L'ergonomie est la science d'adapter le travail au travailleur. Le but est de maximiser la performance, la santé et le bien-être du travailleur. C'est considéré un élément essentiel de la prévention des blessures.

**Q. Qu'est ce que la série de ressources de prévention des TMS de l'Ontario?**

R. Il y a trois parties à la série de ressources:

1. Les **Lignes directrices de prévention des TMS pour l'Ontario** donnent un encadrement pour la prévention des TMS dans le lieu de travail et de l'information pour comprendre ce que sont les TMS et les risques qui y sont associés.
2. Le **Manuel de ressources des lignes directrices de prévention des TMS pour l'Ontario** supporte les lignes directrices avec de l'information sur la mise en œuvre du procédé décrit dans les lignes directrices, sur la compréhension et l'identification des risques de TMS, et sur l'évaluation et le contrôle des risques.

3. La **Trousse de prévention des TMS** offre des feuilles d'information, des exemples de sondages, des outils d'identification des risques et des stratégies de contrôle.

**Q. Quel est l'objectif de la série de ressources de prévention des TMS?**

- R. Les lignes directrices avec le manuel de ressources et la trousse de prévention visent à aider les lieux de travail à reconnaître, évaluer et contrôler les TMS.

**Q. Comment obtenir une copie des ressources de prévention des TMS?**

- R. Les ressources de prévention sont disponibles pour téléchargement sur les sites web suivants: Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail (CSPAAT), l'Institut de recherche sur le travail et la santé, les associations pour la santé et sécurité, et le Centre d'expertise en recherche pour la prévention des troubles musculo-squelettiques..

**Q. Qui a développé la série de ressources de prévention des TMS?**

- R. Les lignes directrices, le manuel de ressources et la trousse de prévention furent développés en partenariat avec les membres du Conseil de la santé et de la sécurité au travail de l'Ontario (OHSCO), qui comprend le **Ministère du travail, la Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail, l'Institut de recherche sur le travail et la santé et les associations pour la santé et sécurité**. Le **Centre d'expertise en recherche pour la prévention des troubles musculo-squelettiques** a aussi participé au développement.

**Q. Pourquoi OSHCO a développé ces documents? Pourquoi la prévention des TMS est si importante?**

- R. Les TMS représentent plus de 40 pourcent de toutes les blessures au travail déclarées à la CSPAAT. L'impact de ces blessures sur l'Ontario est énorme du point de vue économique et social. Par le passé, ces troubles des santé n'ont pas reçu la même attention que les autres risques du lieu de travail, souvent du au fait que les employeurs et travailleurs ont de la difficulté à reconnaître les risques et que les effets qu'ils ont sur les travailleurs sont progressifs plutôt que soudains.

**Q. Je ne suis pas ergonomiste. Qu'est-ce que ces ressources de prévention des TMS signifient pour moi?**

- R. Vous n'avez pas besoin d'être ergonomiste pour comprendre les ressources de prévention des TMS. De fait, l'audience visée par les lignes directrices sont les travailleurs, employeurs,

membres des comités mixtes de santé et sécurité au travail (CMSST), les représentants santé et sécurité, les syndicats, associations, etc. Le contenu des lignes directrices informera les lecteurs sur les principaux facteurs de risques associés aux TMS et les bonnes façons de contrôler ces risques. Elles introduisent un cadre de fonctionnement pour s'attaquer aux risques des TMS similaire à ce qui serait fait pour d'autres types de risques dans le lieu de travail.

**Q. Ou puis-je me procurer une copie de ces documents?**

R. Vous pouvez télécharger une copie de ces documents à partir de ce site web.

**Q. Ou est-ce que notre organisation peut obtenir de la formation et de l'information au sujet de la prévention des TMS?**

R. Contactez votre [consultant de l'ESAO](#)

**Q. Y-a-t-il du matériel concernant la prévention des TMS dans le secteur de l'éducation?**

R. L'ESAO possède du matériel de prévention des TMS. Les autres partenaires du système de prévention ont aussi du matériel. Un nouveau site web regroupe les diverses ressources disponibles. Cette [base de données](#) permet aux utilisateurs de rechercher des conseils et stratégies pour des emplois, secteurs ou TMS spécifiques.

**Q. Est-ce qu'on s'attend à ce que les lieux de travail appliquent toutes les étapes décrites dans le Manuel de ressources des lignes directrices de prévention des TMS pour l'Ontario et utilisent tous les outils de la Trousse de prévention des TMS?**

R. Le Manuel des lignes directrices, le Manuel de ressources et la Trousse de prévention présentent un cadre de fonctionnement pour la prévention des blessures qui peut être appliqué à n'importe quel risque dans le lieu de travail. Les lieux de travail devraient déjà avoir en place un procédé pour reconnaître, évaluer et contrôler les risques dans le lieu de travail. Ces documents peuvent être utilisés comme base de départ pour les lieux de travail qui n'ont pas de méthode efficace pour gérer les problèmes reliés au TMS. Ces documents n'ont aucune autorité. Ils sont seulement un guide.

Les exemples de la Trousse de prévention sont fournis dans le but d'aider les lieux de travail à mettre en place leur plan pour reconnaître, évaluer et contrôler les TMS. Leur utilisation spécifique n'est pas obligatoire.

**Q. Quels sont les avantages d'avoir un programme de prévention des TMS en place?**

R. Les avantages comprennent:

- Amélioration de la satisfaction, du moral et du bien-être des travailleurs;
- Réduction des réclamations pour blessures avec perte de temps auprès de la CSPAAT et des coûts directs et indirects qui y sont reliés;
- Amélioration de la rétention des employés connaissant, d'expérience et qualifiés;
- Réduction des coûts administratifs reliés à la gestion des réclamations et aux enquêtes; et

- Amélioration de la qualité, de la productivité et des profits.

**Q. Combien de travailleurs ontariens sont touchés par des TMS reliés au travail?**

R. Selon la CSPAAT, il y a eu 38,615 TMS qui ont causé une perte de temps au travail en 2005. En 2006, il y en a eu 36,663.

Les TMS représentent plus de 40 pourcent de toutes les réclamations avec perte de temps dans les lieux de travail de l'Ontario.

**Q. Y-a-t-il des règlements en vertu de la Loi sur la santé et sécurité au travail de l'Ontario (LSST) qui traitent de l'ergonomie?**

R. La LSST exige des employeurs qu'ils fournissent les informations, la formation et la supervision aux travailleurs et qu'ils prennent toutes les précautions raisonnables pour assurer la santé et sécurité des travailleurs. Les risques de troubles musculo-squelettiques qui sont présents dans le lieu de travail doivent être identifiés et des mesures préventives mises en place afin de se conformer aux exigences de la LSST. Il existe aussi des sections spécifiques, dans les règlements sectoriels sous la LSST, utilisés pour obliger des pratiques ergonomiques adéquates, incluant des feuilles d'informations pour les employeurs, l'intégration des aspects ergonomiques lors des inspections du lieu de travail.

Le Ministère du travail a été un membre actif du sous-comité d'OSHCO qui a travaillé sur la prévention des TMS. Le ministère a fourni une expertise technique et des ressources dans le développement des lignes directrices, du manuel de ressources, dans la trousse de prévention et dans la collecte continue de matériel spécifique aux divers secteurs.