

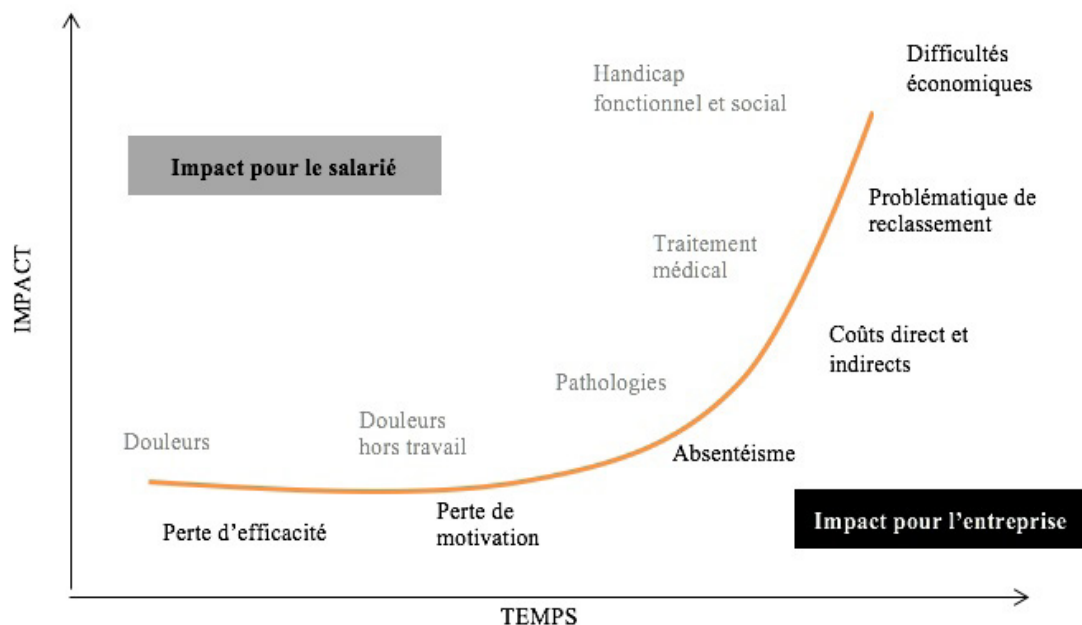
ERGONOMIE ET PREVENTION DES TMS : QUELS ENJEUX POUR LES ENTREPRISES ?



La santé économique de l'entreprise dépend-elle de la santé de ses salariés ? Ce qui est certain, c'est que les problèmes de santé au travail représentent un coût très élevé : en 2015, par exemple, 2,3 milliards d'euros ont été imputés aux entreprises en raison des maladies professionnelles (1). En garantissant la bonne santé de leurs salariés, les entreprises devraient donc observer une amélioration de leurs performances économiques...mais comment cela fonctionne-t-il ? Quels sont les coûts réels des problèmes de santé au travail ? Quelles actions mettre en place pour les réduire ? Les réponses dans notre article.

Le travail, c'est la santé ?

Chaque métier comporte des dangers pour la santé de celui qui l'exerce. Les employeurs ont l'obligation d'évaluer et de prévenir les différents risques professionnels auxquels sont exposés leurs salariés (2). Selon le Bureau International du Travail, 160 millions de nouveaux cas de maladies professionnelles sont signalés chaque année, comme des lombalgies, des cervicalgies ou encore des hernies discales. Si certaines maladies professionnelles sont connues depuis longtemps et facilement identifiables, d'autres sont apparues plus récemment et sont particulièrement répandues, comme les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) : leur nombre a augmenté de 60% depuis 2003 et ils sont aujourd'hui la 1^{ère} cause de maladie professionnelle en France (3). Sur le graphique ci-dessous, on constate que les TMS ont de lourdes conséquences pour le salarié touché et pour l'entreprise. Les accidents du travail, quant à eux, représentaient 3,6 milliards d'euros imputés aux entreprises en 2015 (1).



Graphique : Les différents impacts des Troubles Musculosquelettiques pour le salarié et pour l'entreprise (1)

« Selon le Bureau International du Travail, 160 millions de nouveaux cas de maladies professionnelles sont signalés chaque année »

Des coûts élevés pour les entreprises

Une entreprise qui n'agit pas pour prévenir les risques professionnels aura probablement un taux élevé de salariés victimes d'accidents du travail ou souffrant de maladies professionnelles. Elle s'expose alors à des coûts élevés, que l'on peut séparer en 3 catégories (4) :

- **Les coûts financiers directs** : les cotisations de l'employeur à l'Assurance Maladie, les indemnités versées aux salariés, les coûts liés à la recherche et à l'aménagement des postes de travail, ceux liés au matériel pour les soins médicaux sur le lieu de travail, etc.
- **Les coûts financiers indirects** : ils sont causés par le remplacement de salariés absents, le taux d'absentéisme, la perte de productivité, la perte de qualité dans la production, l'augmentation des délais de fabrication ou livraison, etc. En 2010 par exemple, 9,7 millions de journées de travail ont été perdues suite aux maladies professionnelles reconnues, pour un coût de 930 millions d'euros (5).
- **Les coûts intangibles** : ils sont liés à l'épuisement des salariés, la saturation du management, aux risques de conflit, à la dégradation de l'image de marque, à la perte de clients, etc.

« En 2010, 9,7 millions de journées de travail ont été perdues suite aux maladies professionnelles reconnues, pour un coût de 930 millions d'euros. »



Des employés en bonne santé sont moins absents, plus épanouis et plus productifs

La santé des employés joue un rôle majeur dans la performance économique de l'entreprise : des employés en bonne santé sont moins absents, plus épanouis et plus productifs. Les employeurs ont donc tout intérêt à mettre en place des mesures destinées à prévenir les risques professionnels.

Améliorer l'ergonomie du poste de travail, une solution concrète pour prévenir les risques de TMS

Dans une démarche de prévention des risques professionnels, il faut avant tout évaluer les risques auxquels sont soumis les employés. L'évaluation est transposée par écrit dans le « document unique », qui indique également les mesures de prévention choisies en fonction des risques identifiés (6). Les solutions de prévention peuvent inclure des exercices de stretching, l'organisation d'heures de travail flexibles ou encore l'aménagement de postes de travail ergonomiques.

Bien qu'elle ne soit pas la seule, l'ergonomie du poste de travail figure parmi les solutions efficaces de prévention des risques de TMS. Même avec un budget limité, on peut mettre en place des accessoires ergonomiques pour réorganiser son bureau et ainsi réduire les douleurs les plus fréquentes. Le [support de documents](#) par exemple, est un accessoire que l'on place entre l'écran et le clavier afin d'avoir ses documents directement dans sa zone de vision, ce qui réduit les sollicitations au niveau des cervicales et limite la fatigue visuelle.



Un poste de travail ergonomique composé d'un siège ergonomique, d'un pointeur central et d'un support de documents

« Même avec un budget limité, on peut mettre en place des accessoires ergonomiques pour réorganiser son bureau et ainsi réduire les douleurs les plus fréquentes. »

Si l'on dispose d'un budget un peu plus élevé, l'achat d'[un siège avec de nombreux réglages](#) contribue à améliorer nettement le confort au poste de travail. En effet, la posture assise sur le siège est bien trop souvent source de douleurs au dos, aux épaules ou encore aux jambes, surtout si cette posture est statique pendant toute la journée. Un siège muni d'une assise, d'un dossier et d'accoudoirs réglables permet à l'utilisateur de l'adapter à sa morphologie et d'adopter une position plus détendue.

De plus, on peut facilement améliorer performance et bien-être au travail avec quelques astuces et en adoptant de bonnes habitudes. Assurez-vous que votre écran est bien réglé, rapprochez votre téléphone pour qu'il soit à portée de main, surveillez votre posture... Enfin, même bien installé à votre bureau, n'oubliez pas de faire régulièrement des pauses pour vous étirer et vous relaxer.

Retrouvez les solutions ergonomiques idéales dans le cadre de la prévention des TMS dans notre article [« Ergonomie au bureau : quels outils adopter pour éviter les TMS ? »](#).

Pour aller plus loin

Les actions de prévention visent à améliorer la santé et la qualité de vie au travail des salariés, mais les bénéfices observés vont bien au-delà : la prévention est un véritable levier de performance pour les entreprises ! Elle contribue à une plus grande motivation chez les salariés, à une hausse de la productivité, à une amélioration de l'image de marque, de l'attractivité de l'employeur, etc.

- (1) Source : [Assurance Maladie](#)
- (2) Source : [Organisation Internationale du Travail](#)
- (3) Source : [TMS Pros](#)
- (4) Source : [Réseau ANACT](#)
- (5) Source : [Ministère du travail, de l'emploi, de la santé](#)
- (6) Source : [INRS](#)

Crédit photos : ©Freepik
©Azergo