



Les lombalgies d'origine professionnelle Résumé d'un rapport de l'Agence

Les lombalgies d'origine professionnelle, qui englobent à la fois les douleurs du bas du dos et les lésions du bas du dos, posent un problème important et croissant en Europe. La présente fiche présente les principaux résultats d'un rapport de l'Agence sur la prévalence, les origines, les facteurs de risques d'origine professionnelle et les stratégies efficaces de prévention des lombalgies. Le rapport se limite aux lombalgies bien que certains des résultats puissent s'appliquer à d'autres types de problèmes musculo-squelettiques d'origine professionnelle.

Ampleur du problème

Des études estiment qu'entre 60 et 90 % des personnes souffriront de lombalgies à un moment ou à un autre de leur vie et que, à tout moment, entre 15 et 42 % des personnes en souffrent (selon la population étudiée et la définition de la douleur du dos retenue). Les résultats de l'enquête européenne sur les conditions de travail (1) révèlent que 30 % des travailleurs européens souffrent de douleurs du dos, ce trouble figurant en tête de la liste de l'ensemble des troubles d'origine professionnelle recensés. Dans un autre rapport récent de l'Agence (2), certains États membres de l'Union européenne ont fait état d'une recrudescence des lésions du dos et des lésions dues à la manutention manuelle.

Si, dans la plupart des cas, les patients se rétablissent complètement d'un épisode de douleur de lombalgies (60 à 70 % se rétablissent dans un délai de six semaines, 70 à 90 % dans un délai de douze semaines), ces cas viennent néanmoins gonfler les chiffres des heures de travail perdues (3) (4). En outre, le taux de récurrence des lombalgies est très élevé. En une année, le taux de récurrence se situe entre 20 et 44 %, et sur toute une vie, des récurrences allant jusqu'à 85 % sont relevées. Il est important de se souvenir qu'une fois blessé le dos peut devenir plus vulnérable et qu'une nouvelle blessure est plus susceptible de se produire s'il existe sur le lieu de travail des facteurs de risques qui ne sont pas corrigés.

Bien que les lombalgies soient très communes dans l'ensemble des secteurs d'activité et des métiers, plusieurs études ont démontré que les taux de lombalgies sont particulièrement prévalents dans certains types d'industries et de métiers. En particulier, des taux de prévalence élevés sont relevés dans les secteurs et les milieux suivants: agriculture, bâtiment, charpentiers, conducteurs, notamment conducteurs de camions et de tracteurs, infirmières et aides infirmières, aides-soignants, nettoyeurs, aides ménagères. Il apparaît que la prévalence des lombalgies dans l'Union européenne est semblable entre hommes et femmes (1).

Selon les estimations des États membres, les coûts économiques de l'ensemble des troubles sanitaires d'origine professionnelle vont de 2,6 à 3,8 % du produit national brut (5), bien qu'il n'existe pas de chiffres précis à cet égard. Toutefois, les chiffres peuvent être plus élevés dans la mesure où les coûts sociaux réels sont difficiles à estimer. Selon une étude réalisée aux Pays-Bas (6), le coût total des douleurs dorsales pour la société représenterait 1,7 % du produit national brut en 1991.

Origines des lombalgies

Les lombalgies comprennent les problèmes de disque spinal tels que hernies et spondylolisthésis, traumatismes musculaires et lésions des tissus mous.

En plus du processus normal dégénératif de vieillissement, des études épidémiologiques révèlent que des facteurs ergonomiques insuffisants sur le lieu de travail contribuent aux lombalgies dans un dos sain ou accélèrent des évolutions en cours dans un dos déjà atteint. Les insuffisances de l'ergonomie professionnelle augmentent la charge ou la tension qui s'exerce sur le dos. Cela peut se produire dans de nombreuses circonstances, notamment lorsque sont effectuées les actions suivantes: se lever, se tordre, se pencher, des mouvements inconfortables, des elongations et des postures statiques. Les tâches visées comprennent le travail physique, la manutention manuelle et la conduite de véhicules (où les vibrations de la totalité du corps sont connues comme étant un facteur également responsable de ces maux).

Bien que les problèmes de disque spinal soient détectables par les rayons X ou la scintigraphie osseuse, d'autres anomalies telles que les

traumatismes musculaires et d'autres lésions des tissus mous peuvent souvent ne pas être détectées par ces techniques. De fait, 95 % des lombalgies sont qualifiées de «non spécifiques». Il apparaît que l'approche commune suggérée ci-dessous peut être adoptée pour prévenir et réduire tous les types de lombalgies d'origine professionnelle.

Facteurs de risques d'origine professionnelle

Nombre d'articles examinant les facteurs de risques des lombalgies ont été publiés. Ils évoquent notamment une multitude de facteurs de risques physiques, psychosociaux et/ou personnels. Le nombre d'études épidémiologiques analysant les facteurs de risques psychologiques pendant le travail est nettement moins élevé que le nombre d'études consacrées à la charge physique. En outre, la force des associations est généralement plus élevée pour les facteurs biomécaniques. Toutefois, il existe de plus en plus d'éléments tendant à démontrer que les facteurs psychosociaux sont liés aux lombalgies, surtout lorsqu'ils se produisent en même temps que les facteurs physiques. L'incidence des lombalgies est également fortement associée au faible contenu du poste et à une organisation du travail inadéquate. Les principaux facteurs de risques d'origine professionnelle sont fournis dans l'encadré 1.

Encadré 1 — Facteurs professionnels accroissant le risque de lombalgies

Aspects physiques du travail

- Travail physique pénible
- Levage et manutention de charges
- Postures inconfortables (par exemple, se pencher, torsion, postures statiques)
- Vibrations de l'ensemble du corps (par exemple conduite de camions)

Facteurs psychosociaux d'origine professionnelle

- Faible soutien social
- Faible satisfaction professionnelle

Facteurs liés à l'organisation du travail

- Organisation du travail inadéquate
- Faible contenu du poste

Stratégies et efficacité de la prévention

Les stratégies de prévention des lombalgies comprennent tant les interventions sanitaires que les interventions sur le lieu de travail. De plus en plus, on reconnaît qu'une approche intégrée englobant les deux types d'intervention est nécessaire pour véritablement régler le problème. Les interventions ergonomiques se fondent sur une approche systémique ou «holistique», qui prend en compte l'effet de l'équipement, l'environnement de travail et l'organisation de travail ainsi que le travailleur lui-même. La pleine participation des travailleurs à l'approche ergonomique est importante pour permettre son efficacité.

Un résumé des principales stratégies de prévention est fourni dans l'encadré 2. Ces stratégies comprennent tant les stratégies de prévention primaire (éliminer les causes) que les stratégies de prévention secondaire (traitement et réhabilitation). Encore une fois, selon les experts, même s'il convient de centrer l'action avant tout sur la prévention primaire, tous ces facteurs doivent être considérés conjointement et dans leur ensemble. Par exemple, des études montrent que la seule formation est peu susceptible d'être efficace si les facteurs ergonomiques au travail restent insuffisants, tandis que la formation de base doit, par exemple, tenir compte de la manière d'identifier les risques potentiels et les actions

à prendre s'ils sont détectés de même que les techniques de manutention physiquement inoffensives.

Encadré 2 — Stratégies de prévention des lombalgies sur le lieu de travail

- Réduction des sollicitations physiques
- Améliorations dans l'organisation du travail
- Éducation/formation (dans le cadre d'une approche intégrée)
- Traitements médicaux et réadaptation
- Stratégies cognitives et comportementales (par exemple stratégies de *coping*)

Les employeurs européens disposent déjà d'informations importantes sur la manière de protéger les travailleurs des troubles dorsaux découlant de la manutention manuelle grâce à la directive relative à la manutention manuelle (directive 90/269/CEE du Conseil) (7), qui a été élaborée en vue de prévenir les risques de lésions dorsales pendant la manutention manuelle de charges. Se fondant sur les connaissances actuelles, la directive définit des exigences minimales en matière de santé et de sécurité inspirées d'une approche ergonomique, avec une liste de facteurs de risques fournis en annexe de la directive. Les employeurs devraient prendre en compte ces facteurs de risques lorsqu'ils procèdent à une évaluation et sélectionnent les mesures de prévention. Ils comprennent notamment:

- les caractéristiques de la charge (par exemple, elle est difficile ou lourde à porter);
- l'effort physique requis (par exemple, forte sollicitation, torsion, corps dans une position instable);
- les caractéristiques de l'environnement de travail (par exemple, espace insuffisant ou autres contraintes sur la posture d'un travailleur telles que hauteur de travail trop élevée ou trop basse, sol glissant ou irrégulier);
- les exigences de l'activité (par exemple, activité ou effort prolongé, périodes de repos insuffisantes, distances excessives pour le déplacement des charges, cadence de travail imposée);
- les facteurs individuels (par exemple, habillement, mouvement restrictif, connaissance ou formation inadéquate).

On considère comme artificiel le fait de séparer les lombalgies d'autres problèmes de dos d'origine professionnelle dans la mesure où il n'y a pas de distinction stricte entre les problèmes de dos et certains autres troubles musculo-squelettiques. Une approche commune est nécessaire pour l'ensemble des problèmes musculo-squelettiques sur le lieu de travail [voir par exemple les rapports de l'Agence et les informations en ligne sur les troubles musculo-squelettiques (8) (9) (10)].

Un besoin de recherche et de consensus

L'approche ergonomique est préconisée et est inscrite dans la directive relative à la manutention manuelle comme base d'action des employeurs. Pour accompagner son application, le rapport indique que les recherches futures devraient se concentrer sur la manière dont l'approche ergonomique peut être utilisée plus efficacement dans la pratique. Ces recherches pourraient notamment inclure:

- des études évaluées de manière satisfaisante sur les stratégies d'intervention «holistique» (par exemple application de l'ergonomie, ergonomie complétée par des programmes de réadaptation et de surveillance sanitaire);
- des études visant à développer et à évaluer les méthodes d'évaluation du risque utilisées sur le lieu de travail;
- des études sur l'effet de la combinaison de certains facteurs et leur évaluation pratique.

Bien qu'il soit proposé de concentrer les recherches futures sur les stratégies de prévention des blessures sur le lieu de travail, un certain nombre de domaines relatifs à l'analyse en laboratoire du problème sont suggérés (par exemple techniques de mesures de l'exposition, méthodes de mesures des mouvements conjoints et études pour mieux comprendre

les propriétés biochimiques et biomécaniques des vertèbres, du disque et des ligaments).

Pour obtenir de plus amples informations

Des informations complémentaires sur la prévention des troubles musculo-squelettiques sont disponibles sur le site *web* de l'Agence (<http://osha.eu.int>) où le texte intégral des publications de l'Agence peut être téléchargé gratuitement. Les informations comprennent des fiches d'information et différents rapports. Des exemples de solutions pratiques de prévention des troubles musculo-squelettiques sont disponibles sur Internet (http://europe.osha.eu.int/good_practice/).

Bibliographie/références

- 1) Conditions de travail dans l'Union européenne (résumé de l'enquête de 1996), Fondation européenne pour l'amélioration des conditions de vie et de travail
- 2) «L'État de la sécurité et de la santé au travail dans l'Union européenne», rapport de l'Agence, 2000
- 3) Andersson, G. B. J., *Epidemiological features of chronic low-back pain. The Lancet 1999*, 354, p. 581-585
- 4) Hillman, M., Wright, A., Rajaratnam, G., Tennant, A., Chamberlain, M. A., «Prevalence of low back pain in the community: implications for service provision in Bradford, UK», *Journal of Epidemiology Community Health 1996*, 50, p. 347-352
- 5) «Impact économique de la santé et de la sécurité au travail dans les États membres de l'Union européenne», rapport de l'Agence, 1998, disponible sur Internet (<http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>)
- 6) Van Tulder, M. W., Koes, B. W., Bouter, L. M., *A cost-illness study of back pain in the Netherlands. Pain 1995*, 62, p. 233-240
- 7) Le site *web* de l'Agence propose un lien avec la législation européenne sur Internet (<http://europe.osha.eu.int/legislation/>) et avec les sites des États membres où la législation nationale et certaines directives sont présentées en rapport avec la directive «manutention manuelle» et d'autres directives
- 8) «Work related neck and upper limb musculoskeletal disorders», rapport de l'Agence, 2000, disponible sur Internet (<http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>)
- 9) «Repetitive Strain Injuries in the Member States of the European Union», rapport de l'Agence, 2000, disponible sur Internet (<http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>)
- 10) Page *web* de l'Agence sur les bonnes pratiques TMS sur Internet (http://europe.osha.eu.int/good_practice/)

Comment obtenir le rapport

Le rapport est disponible en anglais sur le site *web* de l'Agence (<http://agency.osha.eu.int/publications/reports/lowback/>), où il peut être téléchargé gratuitement. Le rapport imprimé — Op De Beeck, R., et Hermans, V., «Work-related Low Back Disorders», Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail, 2000, ISBN 92-95007-02-6 — peut être commandé auprès du bureau des publications des Communautés européennes à Luxembourg (EUR-OP) (<http://eur-op.eu.int/>) ou auprès de ses agents commerciaux. Le prix est de 7 euros au Luxembourg (TVA exclue).

Cette fiche d'information est disponible dans toutes les langues de l'Union européenne sur Internet (<http://agency.osha.eu.int/publications/factsheets/>).

À propos du rapport

L'Agence européenne a publié un rapport d'information sur les lombalgies d'origine professionnelle. Le rapport fournit un aperçu des connaissances actuelles sur la question. Les travaux ont été effectués par l'Institut pour la santé et la sécurité professionnelles (Prevent), en Belgique.