

Actualité > Grand Sud > Haute-Garonne > Balma > Santé

Publié le 25/03/2016 à 03:49, Mis à jour le 25/03/2016 à 08:46

Ils préviennent les troubles en entreprise

La Santé près de chez vous



Lionel et Pacôme exercent les salariés au «réveil musculaire»./Photo DDM, Emmanuel Vaksman

En France, 85 % des maladies professionnelles ont pour origine les troubles musculo-squelettiques (TMS). Lumbagos, lombalgies, tendinites, compressions du nerf sciatique et contractures en tous genres touchent particulièrement les salariés dont l'organisme est soumis quotidiennement aux efforts et mouvements infligés par leur profession.

10 minutes chaque matin

PUBLICITÉ

Une petite entreprise balmanaise de coaching sportif, Vitosport, a décidé de s'attaquer à ce problème récurrent. «Ça ne prend pas plus de 10 minutes tous les matins», souligne Lionel Cottin, cofondateur, avec Pacôme Paillard, de Vitosport. Depuis 2014, les deux coaches interviennent deux matins par semaine dans l'usine Veolia-eau de Ginestous, auprès des salariés de 3 unités relatives à l'exploitation et l'assainissement d'eau potable. Mathieu Leycuras, responsable sécurité du centre Toulouse-Pyrénées de Veolia, précise : «Depuis que Pacôme et Lionel proposent leurs séances, il n'y a presque plus d'accidents. Avant, le mal au dos et les douleurs articulaires étaient très courants. Jusqu'en 2013, sur la soixantaine de salariés concernée, on comptait 7 à 8 accidents chaque année. Maintenant, on n'en compte pas plus d'un ou deux par an». Le personnel des unités qui pratique ces exercices est d'autant plus vulnérable aux TMS qu'il réalise des travaux en tranchée, maniant la pelle comme la pioche, et soulevant régulièrement de lourdes charges.

Recommandé par la médecine du travail

«Les mains sur les épaules, rotation lente en avant, en arrière» Lionel Cottin dirige avec soin la vingtaine de salariés présente mercredi matin, à 7 h 30, pour une séance de «réveil musculaire», qui alterne exercices et étirements. «On a également placé un poster qui reprend les principaux mouvements, pour que le personnel puisse s'échauffer seul les jours où l'on n'est pas là», explique Pacôme Paillard. «Cela a été recommandé par le médecin du travail», ajoute Mathieu Leycuras, pour qui la démarche contribue au bien-être des salariés et permet d'économiser à l'entreprise un grand nombre de jours d'arrêts maladie (lire encadré).

Le chiffre : 8,4

Millions > de journées. Le ministère du Travail indique que les TMS représentent 8,4 millions de journées de travail perdues pour les actifs du régime général en France. Cela constitue près de 850 millions d'euros de frais couverts par les cotisations des entreprises, actifs du régime général et actifs agricoles confondus.

Emmanuel Vaksman

BALMA LA SANTÉ PRÈS DE CHEZ VOUS

Ailleurs sur le web



Regardez à quoi ressemblent aujourd'hui ces 35 enfants stars de la TV! (Pause People)

- Couple Beckham : Vers le divorce le plus cher du monde ? (Le Figaro)
- Attentats de Bruxelles : Eric Ciotti ou le fantasme de la charia (Le Monde)
- Edouard Louis attaqué en justice par son violeur présumé (Le Monde)
- Top 20 des routes les plus dangereuses du monde (Tribunal Du Net)

A lire aussi



Meaux : le meurtre d'un pédophile sur Periscope a mobilisé 50 secouristes...

- Sa fille en voie de radicalisation, un père témoigne de son calvaire
- L'interview surréaliste de Gérard Depardieu par Cyril Hanouna
- Stéphane Plaza nu sur M6, les larmes de Philippe Etchebest... c'est dans le...
- «Zone interdite» : l'histoire de Virginie et Stéphane

Recommandé par