

## Rôle de l'ergonome au sein des équipes de santé au travail

Marc Poirier Lavallée, ergonome-conseil en santé au travail



Les ergonomes au sein des équipes de santé au travail (SAT) sont relativement nouveaux dans le Réseau de santé publique en santé au travail (RSPSAT) puisque la majorité des régions du Québec en étaient dépourvues il y a à peine une dizaine d'années. La région administrative de la Côte-Nord compte dans ses rangs, depuis juin 2013, un ergonome dans son équipe qui occupe des fonctions régionales et effectue de nombreuses interventions en entreprise afin de les soutenir dans la prévention efficace des troubles musculosquelettiques (TMS). Il est important de souligner que les TMS comptent pour près du tiers de toutes les lésions indemnisées par la CSST pour les différentes régions du Québec.

Mais qu'est-ce qu'un ergonome et que fait-t-il exactement? Un ergonome est un professionnel de la santé œuvrant afin d'améliorer la santé et le bien-être des travailleurs, ainsi que l'efficacité des divers systèmes au travail (productivité des systèmes en place, organisation du travail, etc.). Pour ce faire, l'ergonome participe à la conception de systèmes afin d'en optimiser la performance globale (Association canadienne d'ergonomie, 2014). Il peut contribuer à la conception et l'évaluation des tâches, d'emplois, des produits, de l'environnement et des systèmes afin de les rendre compatibles avec les besoins, les capacités et les limites des travailleurs. Il a donc comme objectif **d'adapter le travail aux travailleurs et non pas d'adapter les travailleurs à leur travail**. Afin d'être aptes à intervenir en ergonomie auprès des milieux de travail, les ergonomes doivent avoir suivi une formation universitaire de deuxième cycle (Diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS) ou maîtrise) dans l'une des trois universités délivrant ce profil de formation au Québec. La démarche préconisée par les ergonomes de formation est une démarche d'intervention globale qui prend en compte autant les facteurs physiques, cognitifs, sociaux et environnementaux ainsi que d'autres éléments pertinents du travail avant de faire des recommandations concernant la conception d'un système ou les modifications à apporter.

Dans le cadre de leurs travaux, les ergonomes du RSPSAT ont parmi leurs responsabilités d'offrir un soutien d'expert en ergonomie afin de soutenir les milieux de travail faisant partie des groupes prioritaires dans la **prévention** des **TMS**. Afin d'être apte à exécuter ce rôle, l'ergonome, avec le support de l'équipe multidisciplinaire en SAT (médecins, infirmières et techniciens en hygiène), pourrait être appelé à soutenir les entreprises nord-côtières en :

- effectuant des évaluations approfondies des risques de TMS aux postes de travail;
- effectuant de la recherche de solutions pour la modification de postes conjointement avec les employeurs, les comités SST et/ou le comité ergo;
- émettre des avis sur des projets de conception et de correction des postes;

### Rôle de l'ergonome... (suite)

- offrir des formations de personnes ressources ou des formations spécialisées en ergonomie (ex. : ajustement de poste de travail informatique, manutention, etc.);
- offrir des conseils spécifiques à l'ergonomie et à la prévention des TMS aux employeurs, aux comités SST ou aux comités ergo sur différents sujets.

#### Références

Association canadienne d'ergonomie. 2014. En ligne : About Ergonomics. <http://www.ace-ergocanada.ca/index.php?contentid=142> (consulté le 2 juin 2014).

### Nouvelles ressources en Santé au travail

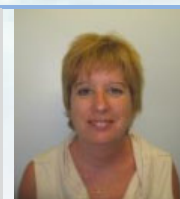
Vanessa Gagnon  
Technicienne en hygiène du travail  
Point de service de Sept-Îles



Cathy Denis  
Infirmière  
Point de service de Sept-Îles



Lise Poirier  
Technicienne en administration  
Volets administratif et conseil



# Santé en têtes

**SANTÉ EN TÊTES** est réalisé par l'équipe de Santé au travail de la Direction de santé publique. Le bulletin est publié au rythme de trois numéros par année.

Ce bulletin d'information régional est distribué gratuitement.

**Comité de coordination**  
Danielle Pedneault, Nancy Lachance, Rémi Simard, Vincent Bounou, Stéphane Caron et Caroline Couture

**Collaboration spéciale**  
Danielle Pedneault, Louis-Marie LeBel et Marc Poirier-Lavallée

**Traitement de texte et mise en page**  
Elena Savard

**Comité de lecture**  
Johanne Bourgeois, Martine Létourneau, Pascal Paradis et Elena Savard

**Impression**  
Voltige  
(Baie-Comeau)

Pour toute information relative au contenu de cette publication ou pour un projet d'article, communiquer avec :

Caroline Couture  
Réseau de santé publique en santé au travail  
Agence de la santé et des services sociaux de la Côte-Nord  
55, boulevard Comeau  
Baie-Comeau (Québec) G4Z 3A7  
Téléphone : 418 589-9845  
Télécopieur : 418 296-3463

Disponible sur le Portail du réseau public québécois en santé au travail (section PUBLICATIONS) à l'adresse suivante :  
[www.santeautravail.qc.ca/Santeentetes.aspx](http://www.santeautravail.qc.ca/Santeentetes.aspx)  
ainsi que sur le site :  
[www.agencesante09.gouv.qc.ca](http://www.agencesante09.gouv.qc.ca)

ISSN 1198-1873

Agence de la santé et des services sociaux de la Côte-Nord  
Québec



# Santé en têtes



## Colloque en santé et sécurité du travail

Danielle Pedneault, infirmière-conseil  
Louis-Marie LeBel, infirmier assistant du supérieur immédiat  
Santé au travail



LE 11<sup>e</sup> colloque annuel en santé au travail s'est tenu le 28 mai dernier à Baie-Comeau et le 29 mai à Sept-Îles. Sous le thème « La santé et la sécurité du travail, un engagement quotidien », l'événement a offert aux participants une journée riche en informations et en idées pour rendre leurs milieux de travail plus sains et sécuritaires. Près de 600 personnes ont assisté à ces deux colloques.

En ouverture, Guillaume Lemay-Thivierge a présenté sa conférence « Aller au bout de ses rêves ». Avec humour et une énergie contagieuse, il a partagé différentes expériences de vie qui lui ont permis d'évaluer tout au long de sa carrière et de sa vie personnelle. Il a bien sûr insisté sur l'importance de croire en soi et de mettre tous les efforts nécessaires pour parvenir à son but. Excellent communicateur, il a su captiver

son auditoire en narrant les embûches qu'il a surmontées pour réaliser son projet de simulateur de chute libre qui le faisait tant rêver.



Nul doute qu'il a su donner au public la motivation pour foncer et suivre la voie de ses rêves. Sa prestation a été très appréciée par les participants qui l'ont applaudi chaleureusement.

## Colloque en santé... (suite)

Tout au long de la journée, les conférences au choix ont offert une belle variété de sujets touchant diverses facettes de la santé et sécurité au travail. Voici un résumé de chacune d'elles.

### « En bref, la nouvelle réglementation sur la gestion sécuritaire de l'amiante »

Guy Chénard, inspecteur à la CSST Côte-Nord a présenté les nouvelles exigences d'inspection des flocages et calorifuges. Le registre de gestion sécuritaire de l'amiante, qui fait partie des nouvelles exigences, a également été abordé. De plus, les nouvelles obligations d'identification d'amiante dans les matériaux et produits susceptibles d'en contenir avant le début des travaux à effectuer ont été expliquées. M. Chénard a donc présenté un résumé des nouvelles obligations du Règlement sur la santé et sécurité du travail (RSST) auxquelles doivent se soumettre les entreprises en lien avec la présence d'amiante.

### « Quand le stress se fait sentir : comprendre pour mieux réagir »

Caroline Dumais, psychothérapeute, a défini le stress qui survient lorsque nous ne savons que faire devant une situation et a présenté la théorie de l'adaptation qui permet à l'être humain, cette formidable machine, de faire face avec succès à diverses situations au quotidien. Elle a donné des exemples de stratégies d'adaptation au stress qui sont inappropriées, de même que les stratégies gagnantes pour y faire face. Elle a démontré un exercice de respiration pour retrouver le calme lorsque les événements se bousculent. Finalement, quelques trucs pour mettre de l'ordre dans sa vie nous ont été partagés.

### « Dix minutes, ça peut durer une vie... »

Kimberley Labrecque, dont le mari est décédé à la suite d'un accident du travail qui aurait pu être évité, a témoigné des conséquences vécues par sa famille après la perte de son mari. Elle a présenté avec émotion les circonstances du décès de son mari dans une tranchée. Elle a insisté sur l'importance de responsabiliser chacun sur la sécurité et de prendre le temps de bien effectuer les travaux pour éviter des conséquences désastreuses. Elle a enfin présenté l'organisme *Fil de vie* qui soutient les familles endeuillées et qui lui a offert un soutien indéniab le lors de cette période difficile.

### « La protection respiratoire, c'est plus qu'un masque! »

Judith Lord, hygiéniste du travail de la Montérégie a expliqué que l'encadrement du port d'appareils de protection respiratoire en milieu de travail devrait se faire par la mise en place d'un programme de protection respiratoire. Elle a également démystifié l'implantation d'un tel programme en détaillant les neuf éléments importants à considérer. Finalement, les outils disponibles pour soutenir les milieux de travail dans la mise en place d'un tel programme ont été énoncés, soit ceux de la CSST et du réseau de santé publique en santé au travail.

### « La civilité : un atout pour la santé au travail »

Nadia Mercier a animé un atelier-conférence où les participants étaient invités à échanger sur le thème de la civilité. Par des techniques d'animation efficaces, elle a amené les gens à réfléchir à leurs propres agissements dans leur milieu de travail, à cibler leurs bons atouts et les comportements à éviter pour maintenir des relations harmonieuses et un climat de travail agréable. Elle a suscité des discussions sur les comportements et leurs impacts sur les individus et pour l'organisation. En guise de conclusion, elle a rappelé à tous que la civilité, c'est avoir le souci des autres.

### « La résilience, ou comment rebondir après un coup dur »

Sylvie Rousseau, psychologue et auteure, présente des stratégies pour faire face aux épreuves de la vie, mais également pour améliorer son quotidien. Dans une session ponctuée d'exemples, elle a défini le concept de la résilience et abordé les thèmes de l'estime de soi et de la régulation de ses émotions. Elle a invité les gens à identifier leurs ressources internes et externes pour faire face à des situations difficiles et a partagé quelques trucs pour bien gérer ses émotions et se protéger. Enfin, elle a abordé les stratégies d'ajustement à adopter lors de situations difficiles : se centrer sur le problème ou lâcher prise.

### Grands Prix innovations en santé et sécurité du travail

Avec les Grands Prix innovations en santé et sécurité du travail (SST), la CSST souligne les efforts des travailleurs et des employeurs qui se distinguent par des réalisations novatrices pour améliorer la santé et la sécurité dans leur milieu de travail.

Les objectifs sont de :

- reconnaître les initiatives québécoises en matière de prévention des accidents et des maladies du travail;
- souligner les efforts concertés des travailleurs, des employeurs et de leurs partenaires pour prévenir les accidents et les maladies du travail;
- valoriser les bons coups.

Lors du colloque annuel, les Grands prix SST ont été décernés aux entreprises innovant en santé et sécurité du travail. Un nombre record de participants a été enregistré cette année. Des finalistes ont été identifiés dans trois catégories, soit PME, grandes entreprises et organismes publics.

Dans le secteur Ouest, les efforts de cinq entreprises ont été soulignés :

- Société en commandite hydroélectrique Manicouagan;
- Produits forestiers Résolu - Scierie des Outardes;
- Cégep de Baie-Comeau;
- Centre de services partagés d'Hydro-Québec;
- Ville de Baie-Comeau.

Pour le secteur Est, neuf entreprises ont su impressionner le jury :

- PME : Bouchard et Blanchette Marine Ltée;
- Aluminerie Alouette;
- ArcelorMittal Exploitation minière Canada SENC - Mont Wright;
- ArcelorMittal Exploitation minière Canada SENC, usine de bouletage de Port-Cartier;
- ArcelorMittal Infrastructure Canada SENC, Port et chemin de fer de Port-Cartier;
- Cliffs SEC Mine de fer du Lac Bloom;
- Cliffs Division Pointe-Noire;
- Équipements nordiques;
- Produits forestiers Arbec.

Les lauréats régionaux qui représentent la Côte-Nord au gala national des grands prix SST sont :

- Société en commandite hydroélectrique Manicouagan (catégorie PME) pour la fabrication et la mise en place d'une plateforme de maintenance permettant d'éliminer le risque de chutes et d'éliminer les postures contraignantes lors de l'entretien des postes à haute tension.
- Produits forestiers Arbec (catégorie grandes entreprises) de Port-Cartier pour l'adaptation de leur banc de scie et l'ajout du sectionneur local à celui-ci, ce qui a permis d'éliminer les risques d'accident.
- Cégep de Baie-Comeau (catégorie organismes publics) pour son dispositif de manutention et d'entreposage sécuritaires des bouteilles de gaz comprimé au laboratoire.

Félicitations à tous les finalistes qui contribuent par leurs innovations à implanter la culture de la santé et la sécurité au travail!

Encore une fois cette année, le colloque a permis aux acteurs de la santé et de la sécurité au travail de différents milieux d'échanger et de se renseigner sur les nouveautés dans le domaine. Le comité organisateur travaille déjà à la préparation de l'édition 2015 de cet événement incontournable.

Il est possible de soumettre une candidature pour les grands prix en tout temps en allant sur le site web de la CSST : <http://www.csst.qc.ca/asp/innovation/concours.html>.

La période de mise en candidature pour les prix qui seront remis lors du Colloque santé et sécurité du travail Côte-Nord de mai 2015 se termine en novembre 2014.

En tant que partenaire de l'événement, l'équipe de santé au travail de votre région vous encourage à partager vos réalisations!