



## RESTER DEBOUT CAUSE LA FATIGUE<sup>1</sup>

Un travail prolongé en position debout et stationnaire ralentit la **circulation sanguine**. Ceci intensifie le **travail du coeur**, équivalent à un effort physique soutenu. Il s'agit de la principale cause de **fatigue**.

### ÊTES-VOUS FAMILIER AVEC LES CONSÉQUENCES DE LA FATIGUE ?

- Diminue la **productivité** des travailleurs
- Augmente le risque d'**accident**
- Réduit la **motivation** et le moral des travailleurs

## L'ERGONOMIE COMME SOLUTION...

L'ergonomie est la science spécialisée dans l'aménagement des espaces de travail. Elle permet d'optimiser la productivité par la réduction de la fatigue et de l'inconfort.

Il existe une importante corrélation entre la surface du lieu de travail et la fatigue.<sup>2</sup> Cette situation peut facilement être corrigée à l'aide de tapis ergonomiques adéquats.

*Découvrez pourquoi la fatigue des employés devrait vous inquiéter.*

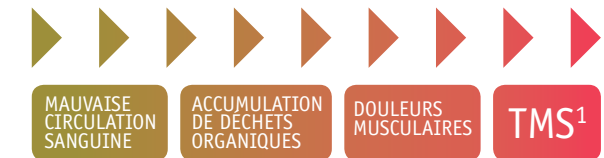


*« Une lecture pertinente, il existe des solutions efficaces pour réduire la fatigue de vos employés qui travaillent debout ! »*

**Marie-Pierre Dufort**, ergothérapeute, Synetik conseil

## LE MANQUE D'ERGONOMIE MÈNE DIRECTEMENT AUX TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

Le **trouble musculosquelettique** est une lésion articulaire se développant à long terme.



Les TMS figurent au deuxième rang des maladies les plus coûteuses au Canada, dépassant même le cancer!<sup>3</sup>

### VOS EMPLOYÉS NE SONT PAS À L'ABRI!

- La douleur au bas du dos est plus fréquente lorsque **25%** d'un horaire de travail de 8h est effectué en position debout.<sup>4</sup>
- **83%** des travailleurs du secteur manufacturier souffrent de problèmes chroniques au bas du dos, aux jambes et aux pieds.<sup>5</sup>
- Les problèmes les plus communs sont:<sup>6</sup>
  - Hernie discale (bas du dos)
  - Insuffisance veineuse (jambes et pieds)
  - Ostéoarthrite (articulations)

### LE COÛT DES TMS AU CANADA :

- Coût des réclamations canadiennes : **20 milliards** de dollars annuellement.<sup>7</sup>
- Réclamations dues aux TMS en milieu de travail ontarien : **42%** de temps-perdu et de coûts subséquents.<sup>8</sup>
- Indemnisations au Québec pour cause de TMS : **13 382 811** jours de travail de 2003 à 2007.<sup>9</sup>

#### Faites circuler:

Comité de santé/sécurité  
Professionnels de la santé

- Directeur de production
- Directeur général/propriétaire

1. (Johansson, K., 1993, Advances in Industrial Ergonomics and Safety V. – Djupsjobacka, M., 1994 and 1995, Influences on [...] of arachidonic acid, Influences on [...] of bradykinin and SHT)  
2. (Redfern, M.S., 1987, University of Michigan)

3. (Health Canada, Economic Burden of Illness in Canada 1998, 2002, www.hc-sc.gc.ca)  
4. (Ryan, G.A., 1989, The prevalence of musculo-skeletal symptoms in supermarket workers. Ergonomics 32 – Buckle, P., 1986, Musculo-skeletal disorders and associated factors)  
5. (King, M.S., 2002, A comparison of the effects of floor mats and shoe in-soles on standing fatigue. Applied Ergonomics 33)  
6. (USA Bureau Of Labor, www.bls.gov)  
7. (Canadian Centre for Occupational Health & Safety (estimate of 1998), www.ccohs.ca)  
8. (Workplace Safety and Insurance Board, 1996 – 2004, www.wsib.on.ca)  
9. (Comité Santé et Sécurité au Travail, 2007, www.csst.qc.ca)



## LES TAPIS ERGONOMIQUES AU TRAVAIL...

Les tapis anti-fatigue sont conçus pour réduire la fatigue ainsi que les blessures liées à l'inconfort. Ils créent des micro-mouvements sous les pieds du travailleur, activant ainsi la circulation et prévenant les troubles musculosquelettiques.<sup>10</sup> Ils sont aussi conçus pour prévenir les **blessures liées aux chutes**.

### Résultats de l'étude<sup>11</sup>

Les résultats suivants ont été obtenus au cours d'une étude d'une durée de douze mois menée auprès d'un manufacturier américain. Cette entreprise de 175 travailleurs était le meilleur employeur dans un rayon de 70 km.

*Le gain de productivité a été atteint grâce à une réduction du temps perdu causé par les blessures et l'absentéisme.*

Baisse du taux d'absentéisme :	23%
Augmentation de la productivité :	2.2% ou \$300 000
Réduction des primes d'assurances :	\$60 000
<b>Total des économies (USD) :</b>	<b>\$360 000</b>

### COMMENT EST-CE POSSIBLE?

Ces résultats ont été rendus possibles grâce à un simple investissement de **10 000\$** en tapis ergonomiques pour couvrir toutes les zones nécessaires.

## QU'ATTENDEZ-VOUS POUR PASSER À L'ACTION ? TOUS CES POSTES DE TRAVAIL SONT À RISQUES

- Comptoir-caisse
- Laboratoire
- Poste de travail dentaire / médical
- Ligne de production / assemblage
- Aire de réception / expédition
- Poste de soudure
- Vestiaire / Douche
- Cuisine / Cafétéria / Bar
- Comptoir de service
- Tout autre poste de travail statique ou glissant

### En conclusion...

Les bienfaits des tapis ergonomiques sont largement prouvés. Vous avez tout à gagner :



- ▲ Productivité
- ▲ Sécurité
- ▲ Vigilance
- ▲ Confort et humeur
- ▼ Accident
- ▼ Absentéisme
- ▼ Primes d'assurances
- ▼ Rotation du personnel

## QUI EST MAT TECH?

Situé au Québec depuis près de 25 ans, Mat Tech est une entreprise manufacturière spécialiste en tapis ergonomiques. L'entreprise est le chef de file canadien en termes d'innovation, de qualité et de service.

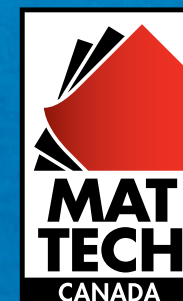
### Mat Tech répond à vos besoins



L'entreprise a développé le Zedlan™, une composante offrant la meilleure performance anti-fatigue au monde ! Cette technologie brevetée fait partie des nombreuses solutions ergonomiques offertes par l'entremise de leur vaste réseau de distribution.

*« Les tapis anti-fatigue font régulièrement partie des solutions offertes à mes clients. Je vous les recommande fortement... »*

**Marie-Pierre Dufort**, ergothérapeute, Syntetik conseil



**CONTACTEZ UN DE LEUR SPÉCIALISTE TECHNIQUE POUR OBTENIR UNE ÉVALUATION SANS FRAIS DE VOS BESOINS.**

**TÉLÉPHONEZ AU 1-800-363-6185**

[www.mattech.ca](http://www.mattech.ca)

10. (Redfern, M.S and Chaffin, D.B., 1995, Influence of flooring on standing fatigue, Kim, J.Y., 1994, The effects of mats on back and leg fatigue. Applied Ergonomics 25)

11. (Shomam, M., June 2007, Do Anti-Fatigue Mats Really Boost Worker Productivity? www.ezinearticles.com)