

TROQUER DES BANCS POUR DES TABOURETS

Un petit changement pour mieux travailler

L'ergonomie est la science qui consiste à adapter le travail au travailleur et le produit à l'utilisateur¹. Elle procure plusieurs avantages, notamment ceux de protéger le travailleur d'éventuelles blessures et d'améliorer son rendement. On entend souvent parler de l'ergonomie au bureau, mais qu'en est-il de l'ergonomie au travail pour les emplois nécessitant des efforts physiques soutenus ?

Par **Chanelle Drouin**, conseillère en prévention

Bien que leur présence soit plutôt discrète, les équipements appropriés à ces emplois font leurs preuves sur le terrain. Déjà, il y a quatre ans, le département des services et bâtiments – atelier de soudure du complexe minier de Mont-Wright de la compagnie ArcelorMittal faisait l'acquisition de tabourets ergonomiques dans le but d'améliorer la position et le confort au travail des soudeurs. Dans le cadre d'une entrevue accordée à l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur minier (APSM), Guillaume Frappier, premier délégué en santé et sécurité, et Paul-William Warren, soudeur lors de leur implantation, ont partagé leur expérience.



LA CONSTANTE VOLONTÉ D'AMÉLIORER

Le processus de modification des bancs s'est amorcé lorsque Guillaume a été informé que certains soudeurs éprouvaient des douleurs au dos et au cou après une longue période en position assise. Bien que plusieurs éléments puissent jouer un rôle dans cet enjeu (posture au travail, taille des pièces, lourdeur de l'EPI, etc.), il était clair pour Guillaume que les bancs en bois utilisés quotidiennement par les travailleurs avaient fait leur temps. Mis à part leurs deux hauteurs prédéterminées, ils étaient dépourvus de toutes autres particularités ergonomiques. Afin de remédier à ce manque, certains soudeurs avaient apporté quelques modifications en fixant aux bancs une tige de métal, une sorte de dossier et du rembourrage. Alors, en constatant cette possibilité d'amélioration, Guillaume s'est donné le mandat de trouver des sièges adaptés aux contraintes posturales du métier.

L'utilisation de ces tabourets fait une véritable différence au quotidien.

UNE SOLUTION SIMPLE, MAIS UN PROCESSUS D'ACQUISITION COMPLEXE

Le processus d'étude a été relativement simple. En effet, la comparaison des coûts d'acquisition d'une chaise de bureau ergonomique à ceux d'un tabouret de soudure ergonomique a été, pour Guillaume, un argument déterminant dans sa quête du changement. À la suite d'une présentation au sous-comité sectoriel paritaire des bâtiments, qui mettait en lumière cette comparaison, l'étape suivante a pu être enclenchée : la mise à l'essai.

L'introduction des tabourets dans le milieu de travail s'est avérée un peu plus compliquée. De fait, de tels tabourets ne s'inséraient dans aucune catégorie existante d'équipements ou d'outils. Cependant, Guillaume, grâce à sa persévérance, à son intérêt marqué et à ses interventions auprès de divers comités, a bénéficié du soutien de leur principal fournisseur d'équipements de protection pour l'acquisition de bancs pour la mise à l'essai.

Cette phase d'expérimentation a été un franc succès en raison de l'appréciation des travailleurs. Par la suite, l'organisation a procédé à la codification du produit. Cette étape cruciale a facilité et accéléré l'entrée des tabourets à l'atelier. Le processus pour faire de ces bancs un équipement « officiel » aura pris environ trois mois.

« Ça peut être relativement compliqué, mais il faut avoir une démarche pour faciliter les choses. Il ne s'agit pas de faire entrer de tels bancs du jour au lendemain. »
– Guillaume Frappier



Photos : Syntek

Les tabourets sont très populaires auprès des travailleurs.

UN CHANGEMENT SIMPLE POUR DES BIENFAITS INESTIMABLES

L'arrivée des tabourets ergonomiques a été grandement appréciée par les soudeurs de l'atelier. Bien que certains bancs aient dû subir quelques modifications en raison de variantes physiologiques, ils ont été et demeurent encore à ce jour largement utilisés.

Les différentes options de positionnement des tabourets procurent aux utilisateurs un confort et une ergonomie de travail supérieurs à ceux procurés par les bancs précédents, particulièrement lors de l'adoption de postures assises quasi statiques. En ce sens, Paul-William, soudeur lors de l'implantation, mentionne que cette transition a réduit ses douleurs lombaires et cervicales, tout en limitant son inconfort aux genoux lors des positions basses (c'est-à-dire accroupies). Les caractéristiques des tabourets (position assise et appuis coussinés pour les genoux, roulettes pour les déplacements, possibilité d'ajustement) seraient à l'origine de ces bienfaits. En outre, il signale que les caractéristiques ergonomiques de ces tabourets lui permettent d'être moins « dérangé » par les maux et les inconforts. Selon lui, cela engendrerait une meilleure concentration sur la tâche à effectuer et, par conséquent, un rendement supérieur. Cette perception est loin d'être erronée, car il est reconnu que l'ergonomie au travail génère de telles retombées.

L'ERGONOMIE, UNE QUESTION DE DÉTAILS

Guillaume et Paul-William croient fermement qu'il est toujours possible d'améliorer les caractéristiques ergonomiques des postes de travail. Comme leur histoire en témoigne, ce concept peut passer par des détails. Des modifications, aussi simples qu'elles puissent paraître, peuvent procurer des bienfaits non négligeables sur la santé, la sécurité et la qualité de vie au travail. Comme Paul-William l'a si bien dit en cours d'entrevue, « parfois, on a un certain blocage à essayer de nouvelles choses (équipements, outils, accessoires) et à changer nos habitudes... Il faut aller au-delà de ça et procéder au changement qu'on croit bon. » •

1. Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail, Ergonomie : Réponses SST (cchst.ca)