Sécurité et soin

Entorses et foulures

Les entorses et les foulures sont les blessures qui causent le plus de perte de temps aux travailleurs partout dans les Territoires du Nord-Ouest et au Nunavut.

Qu'est-ce qui cause les entorses, foulures et déchirures?

- Force – soulever, pousser, tirer ou porter.
- Posture – travailler dans une posture statique (même position pendant longtemps avec peu ou pas de mouvement) ou positions inconfortables comme se pencher ou se tourner.
- Répétition – répéter un mouvement sans pause ni interruption.
- Vibration – vibration de la main ou du bras tenant un outil ou équipement qui vibre continuellement, ou vibration d'un corps assis ou debout sur un équipement qui vibre.

Quels sont les symptômes des entorses et foulures?

Voici certains signes : douleur continue, brûlure, douleur fulgurante, picotement, faiblesse, incapacité à bouger, enflure ou sensibilité au toucher, engourdissement et fatigue.

N'ignorez pas les symptômes : notez et signalez-les dès que possible. Les premiers signes et symptômes peuvent évoluer vers des conditions qui peuvent avoir des conséquences à long terme.

Discutez avec votre superviseur et suivez votre programme de sécurité qui devrait traiter du fait de travailler ensemble pour déterminer les dangers (notamment la cause du problème) et trouver les moyens de réduire ou d'éliminer le danger.

Que doivent faire les employeurs?

- Déterminer les dangers liés au travail;
- Former les travailleurs aux dangers relatifs à leur emploi;
- Collaborer pour éliminer les facteurs de risque;
- Faire un suivi pour s'assurer que les contrôles sont efficaces;
- S'assurer que les travailleurs signalent les symptômes ou préoccupations.

Pour obtenir de plus amples renseignements, prière de consulter le *Règlement sur la santé et la sécurité au travail* (articles 82, 83, 84 et 85) ainsi que le code de pratique *Évaluation des risques* sur notre site Web.

0724