



La prévention secondaire des lombalgies chez les professionnels hospitaliers

Emmanuelle Chaleat-Valayer

► To cite this version:

Emmanuelle Chaleat-Valayer. La prévention secondaire des lombalgies chez les professionnels hospitaliers . Les cahiers de la Recherche. Santé, Environnement, Travail, ANSES, 2016, Regards sur 10 ans de recherche, le PNR EST de 2006 à 2015, pp.45-46. <https://www.anses.fr/fr/content/les-cahiers-de-la-recherche-anses-01769035>

HAL Id: anses-01769035

<https://hal-anses.archives-ouvertes.fr/anses-01769035>

Submitted on 17 Apr 2018

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

La prévention secondaire des lombalgies chez les professionnels hospitaliers

Dr Emmanuelle Chaleat-Valayer (CMCR des Massues, Lyon)

Dr Sandrine Touzet, Pr Cyrille Colin et Pr Alain Bergeret (CHU Lyon)

De 2008 à 2012

La lombalgie est une douleur située au bas du dos. C'est une affection fréquente chez les professionnels de santé hospitaliers, avec un taux important de récurrence à un an estimé entre 24 et 84 % selon les études. Prévenir la chronicisation de la lombalgie est donc un enjeu de santé publique tant les coûts associés sont élevés (ex. consommations de soins, arrêts de travail associés, pensions d'invalidité).

L'objectif du programme PRESLO était de prévenir les récurrences de lombalgie chez les professionnels de santé hospitaliers. Inspiré des programmes de réentraînement à l'effort, il visait à placer tout professionnel lombalgique aigu⁵¹ et subaigu⁵² des Hôpitaux de Lyon au centre d'une démarche préventive. Il reposait sur trois composantes : une composante éducative⁵³, une composante d'exercices physiques sur le lieu du travail⁵⁴ et une composante d'autoprogramme d'exercices à domicile⁵⁵. Contrairement au repos qui est

⁵¹ Affection bénigne, inférieure à 6 semaines. Dans le langage courant : mal de dos, tour de rein, lumbago ou sciatique.

⁵² Affection de 6 à 12 semaines : risque de passage à la chronicité.

⁵³ Une séance d'information de 2h sur la lombalgie et les voies de la douleur était encadrée par un médecin de Médecine physique et de rééducation pour dédramatiser la douleur et la pathologie.

⁵⁴ Cinq séances hebdomadaires d'exercices physiques d'1h30 sous la conduite d'un kinésithérapeute.

⁵⁵ Un livret d'exercices à réaliser quotidiennement à domicile était remis, à l'issue du programme, à chaque personne concernée.

contre-indiqué, cette démarche active devait permettre au professionnel concerné de poursuivre ou reprendre une activité physique en gérant ses douleurs.



Illustration 24 : Activité d'entretien et de nettoyage en milieu hospitalier (Source : Getty Images)

La population d'étude et la méthodologie retenue font du projet PRESLO, une étude innovante et unique. C'est la première étude réalisée dans la prévention secondaire de la lombalgie sur une large population de professionnels de santé. 353 agents hospitaliers ont participé à l'étude : 178 cas (patients ayant bénéficié du programme PRESLO) et 175 témoins (pas de prise en charge spécifique). L'examen des professionnels de santé, à leur inclusion dans l'étude, confirme le retentissement physique, fonctionnel et psychique de la lombalgie et l'intérêt d'une prise en charge pluridisciplinaire des lombalgiques, particulièrement à risque de récurrence. Sur les 178 professionnels de santé ayant bénéficié de ce programme de prévention secondaire, 82% ont été observants (ou compliants), 92% se sont déclarés satisfaits du programme dans sa globalité et 83% satisfaits des résultats sur leur état de santé. La faisabilité du programme PRESLO est donc attestée au regard de la bonne satisfaction et de l'adhésion des participants.

Concernant les récurrences de lombalgie, le programme n'a pas eu l'impact escompté en termes de réduction de l'absentéisme mais il a prouvé son impact sociétal : diminution du recours aux consultations à la fois chez le généraliste (-15%), le spécialiste (-16%) et le kinésithérapeute (-22%). Il a significativement

diminué l'appréhension des lombalgies aux activités physiques et pourrait donc être testé et adapté dans d'autres secteurs professionnels que le milieu hospitalier.

Publications issues de ce projet

Denis A, Zelmar A, Le Pogam M-A, Chaleat-Valayer E, Bergeret A, Colin C. The PRESLO study: evaluation of a global secondary low back pain prevention program for health care personnel in a hospital setting. Multicenter, randomized intervention trial. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 2012;13(1):1-10. 10.1186/1471-2474-13-234

François A, Fassier JB, Chaléat-Valayer E, Siani F, Colin C, Bergeret A.

Le programme PRESLO de prévention secondaire des lombalgies : évaluation du point de vue des usagers. *Archives des Maladies Professionnelles et de l'Environnement* 2014;75:371–381.

De Cuverville A, Fassier J-B, Chaleat-Valayer E, Siani F, Colin C, Bergeret A.

Évaluation qualitative d'un programme d'exercices physiques en prévention secondaire des lombalgies pour le personnel hospitalier : le programme PRESLO. *Archives des Maladies Professionnelles et de l'Environnement* 2014;75:319–320.