

DES DOULEURS IMPORTANTES QUI DÉRANGENT LES ACTIVITÉS DES HYGIÉNISTES DENTAIRES

Par **Rose-Ange Proteau**, Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur affaires sociales (ASSTSAS)



Pour faire du sport, il faut être relativement en forme. Les douleurs causées par le travail dérangent les activités autant au travail que dans les activités de tous les jours (écrire, sports, passe-temps, etc.). Un sondage réalisé à l'automne 2007 a permis de situer les régions douloureuses chez les hygiénistes dentaires.

Depuis 13 ans, l'ASSTSAS a effectué 60 évaluations ergonomiques en clinique dentaire. Les niveaux de fréquence et d'intensité des douleurs des hygiénistes dentaires atteints sont impressionnants. Ils ont tous mentionné avoir dû cesser certaines activités suite aux douleurs occasionnées par leur travail. Dans certains cas, les douleurs étaient assez importantes pour requérir des arrêts de travail. Connaître la fréquence des douleurs de ses collègues peut aider à prendre des mesures pour les diminuer à la source. Les fréquences de douleurs présentes au travail ont été révélées lors de sondages effectués lors de sessions de formation sur la Prévention des TMS en clinique dentaire données par l'ASSTSAS. Si les situations causant les douleurs ne sont pas corrigées, elles peuvent s'aggraver et entraîner des absences du travail. Les lésions indemnisées par la CSST de 2001 à 2005 seront présentées afin de démontrer la réalité de la situation.

Progression des inconforts aux TMS

Quel que soit le secteur d'activité, les progressions d'un niveau à l'autre suivent le même processus. Les accidents du travail (événements imprévus et soudains) causent des douleurs soudaines. Mais les **douleurs reliées aux troubles musculosquelettiques (TMS)** s'installent progressivement et **apparaissent d'abord sous forme d'inconforts**. Si rien n'est fait pour les corriger, les inconforts se transforment en douleurs de plus en plus fréquentes et graves, jusqu'à devenir des pathologies, soit des TMS.

Il est donc utile d'avoir des données sur la présence de douleurs ou d'inconforts à certaines régions du corps, même si celles-ci n'ont pas causé d'absence du travail. Les lésions déclarées à la CSST représentent la pointe de la pyramide présentée ci-dessous. Les douleurs et inconforts s'installent progressivement et peuvent affecter un grand nombre de personnes, mais sans toutefois les empêcher de travailler. Les inconforts sont aussi des indicateurs de danger qui peuvent conduire à des douleurs plus sévères et à des TMS.

Douleurs qui gênent les activités

Étant donné la nature cumulative et progressive des TMS, le dépistage des inconforts permet d'identifier les risques dans un milieu de travail. Lorsque plusieurs travailleurs dans un groupe ressentent des problèmes musculosquelettiques similaires, il y a une forte probabilité que ces problèmes soient occasionnés par les mêmes conditions de travail. Par ailleurs, tous n'ont pas exactement les mêmes symptômes ou ne les ressentent pas avec la même intensité. Évidemment, il est aussi possible qu'une seule personne éprouve des symptômes reliés à une condition de travail particulière ou unique.

Douleurs chez les hygiénistes dentaires

À l'automne 2007, l'OHDQ avait organisé des sessions de formation de 4 heures dont le thème était *Comprendre les troubles musculosquelettiques (TMS)*. Ces sessions ont été données dans 5 régions, soit Mont-Laurier, Chicoutimi, Trois-Rivières, Montréal et Québec. Parmi les 135 hygiénistes dentaires participants, 104 ont rempli un questionnaire de dépistage des douleurs musculosquelettiques de 3 pages. L'échantillonnage étant composé de répondants

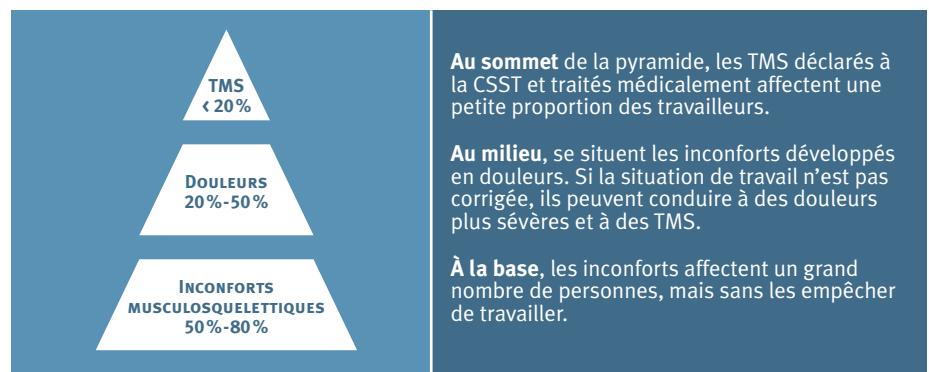


Figure 1. Pyramide d'évolution des TMS.

qui n'ont pas été sélectionnés au hasard, on ne peut conclure qu'ils représentent toute la population des hygiénistes dentaires. Par contre, leur nombre (104) est suffisant pour traiter les données de façon statistique. L'ASSTSAS a posé la même question que l'Enquête sociale et de santé Québec-1998 (ESSQ-1998) à laquelle ont répondu 5 500 hommes et 4 000 femmes qui travaillaient plus de 25 heures semaines, soit :

«Au cours des 12 derniers mois, avez-vous ressenti des douleurs importantes à l'une ou l'autre des parties du corps, qui vous ont dérangé(e) dans vos activités ? » Les choix de réponses étaient : «jamais, de temps en temps, assez souvent et tout le temps ».

La fréquence des douleurs importantes des hygiénistes dentaires apparaît supérieure à celle des autres travailleuses du Québec pour les régions du cou, des épaules et du haut du dos. Presque un hygiéniste dentaire sur 2 en est atteint (40 % à 50 %), alors que parmi les autres travailleuses, il s'agit d'une sur 6 (15 % à 18 %). Les hygiénistes dentaires ont 2,4 fois plus mal au cou (44 % vs 18 %), 2,9 fois plus mal aux épaules (50 % vs 17 %) et 2,7 fois plus mal au haut du dos (40 % vs 15 %).

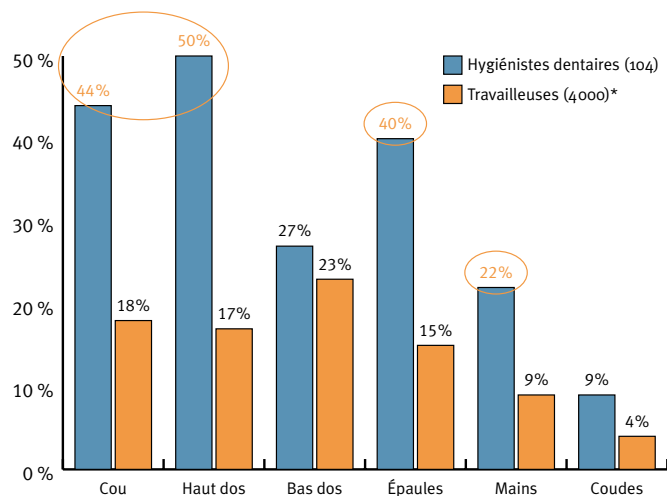


Figure 2. Pourcentages des hygiénistes dentaires (104) et des travailleuses (4000*) ayant eu, au cours des 12 derniers mois, des douleurs importantes dérangeant les activités «Assez souvent» ou «Tout le temps»

*Source : ESSQ-1998'

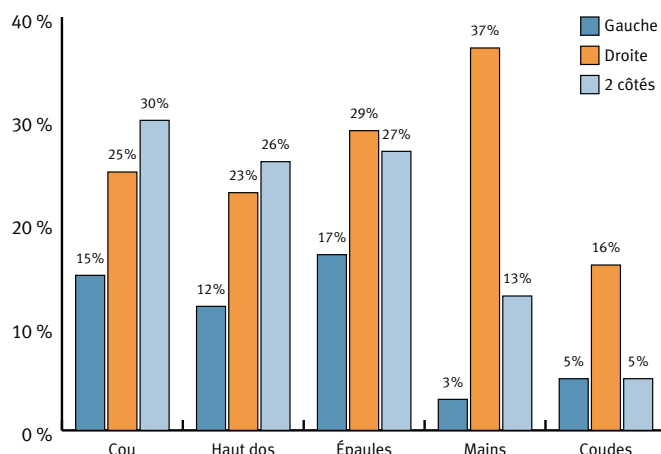


Figure 3. Pourcentages des hygiénistes dentaires (104) ayant eu, au cours des 12 derniers mois, des douleurs importantes dérangeant les activités «Assez souvent» ou «Tout le temps», selon le côté atteint (95% droitiers).

Les douleurs au bas du dos affectent environ le quart des travailleuses du Québec, mais les hygiénistes dentaires ont un taux un peu plus élevé (27 % vs 23 %). Près du quart des hygiénistes dentaires ont des douleurs importantes aux poignets, ce qui est 2,4 fois plus fréquent que chez les autres travailleuses du Québec (22 % vs 9 %). Pour les autres régions du corps (ex. : genoux, chevilles), les fréquences des douleurs des hygiénistes dentaires étaient moindres que celles des autres travailleuses.

Des douleurs des deux côtés

Dans le sondage, 95 % des hygiénistes étaient droitiers. Tous ont indiqué de quel côté ils ressentaient des douleurs. Comme le travail s'effectue majoritairement avec la main droite, on pouvait s'attendre à ce que les douleurs soient majoritairement de ce côté. C'est d'ailleurs le cas pour les mains, où la fréquence est dix fois plus élevée du côté droit que du côté gauche (37 % vs 3 %). Par contre, même si les douleurs au cou, aux épaules et au haut du dos sont plus fréquentes du côté droit, plus du quart des hygiénistes dentaires en ont des deux côtés (**Figure 3**).

Pour les hygiénistes droitiers, maintenir une tension sur le miroir pour dégager la zone de travail est l'exigence principale pour les muscles de la ceinture scapulaire gauche. Comme l'hygiéniste dentaire travaille seul, il doit souvent tenir à la fois le miroir et la suction. Le miroir est tenu de façon plus immobile que les autres instruments, puisque ces derniers

TABEAU 1.
RÉGIONS ET COÛTS MOYENS DES LÉSIONS PROFESSIONNELLES EN CLINIQUE DENTAIRE DE 2001 À 2005

Régions	Nombre	% des lésions	Jours moyens	Coûts moyens*
Dos : région lombaire	63	22 %	145	11 700 \$
Région cervicale et cervico-dorsale	51	18 %	323	25 400 \$
Épaules	43	15 %	276	22 400 \$
Poignets	38	13 %	276	19 900 \$
Coudes	21	3 %	251	19 900 \$
Sous-total	216	75 %	254	19 900 \$
Autres	71	25 %	–	14 200 \$
Total	287	100 %	233	18 100 \$

* Source: CSST, service de la statistique pour les Scian 621210 et 621390

** Incluant les frais médicaux et d'adaptation de poste, valeurs arrondies aux 100 \$ près.

sont changés ou réorientés plus régulièrement dans la bouche du client. Ces données confirment que le maintien de postures statiques est un des facteurs importants dans le développement des TMS au cou, aux épaules et au haut du dos dans le secteur dentaire. La prévention est donc essentielle pour prévenir l'aggravation des douleurs et diminuer la fréquence des TMS causant des absences du travail.

Des douleurs qui augmentent en fonction des heures travaillées

Plus du trois quart des hygiénistes dentaires (79 %) qui travaillent 33 heures par semaine et plus ont ressenti des douleurs importantes à au moins une région du corps. Les fréquences de douleurs augmentent avec celles des heures effectuées (Figure 4).

Le travail statique cause plus de douleurs chez les femmes

En 2003-2004, le même sondage a été réalisé lors de 15 sessions de formation régionales sur la *Prévention des TMS en clinique dentaire*, organisées par l'Association des chirurgiens-dentistes du Québec (ACDQ). Parmi les 1 100 participants, 687 ont remis leur questionnaire, soit 459 dentistes, 108 hygiénistes dentaires et 77 assistantes dentaires. Ce sondage a révélé que les **dentistes femmes ont 2 fois plus de douleurs importantes, gênant les activités, au cou, aux épaules et au haut du dos que les dentistes hommes (Figure 4)**. Elles ont environ deux fois plus de douleurs au cou (36 % vs 18 %), au haut du dos (30 % vs 14 %) et aux épaules (35 % vs 15 %), alors que pour les autres régions du corps, il y a peu de différence entre les sexes (Figure 5). La moyenne d'âge des répondants ne justifie pas ces différences. Dans nos observations terrain, nous n'avons

pas non plus constaté de différences évidentes entre les méthodes et l'équipement des dentistes hommes et des dentistes femmes.

Il est probable que les différences s'expliquent par les niveaux de force moyens différents entre les hommes et les femmes. En effet, plusieurs études ont évalué que la moyenne de force musculaire des femmes est d'environ le tiers de celle des hommes pour les muscles du tronc et des membres supérieurs.³ La force supérieure des hommes leur permet probablement de travailler moins souvent à des niveaux qui dépassent 5 % de leur capacité maximale.⁴ Tous les intervenants dentaires, mais particulièrement les femmes (dentistes et hygiénistes dentaires) ont donc tout intérêt à trouver des façons de diminuer les contractions statiques. L'utilisation des appuie-coudes mobiles s'est avérée une façon d'y arriver⁵ (voir article « *Des douleurs affectant les hygiénistes dentaires* »).

Les valeurs obtenues par les 108 hygiénistes dentaires qui avaient répondu au sondage en 2003-2004 étaient très proches de celles obtenues en 2007, soit trois ans plus tard.

Douleurs ayant occasionné des arrêts de travail en clinique dentaire

Si les situations et méthodes de travail qui causent des douleurs ne sont pas corrigées, l'hygiéniste dentaire peut devenir incapable, de façon temporaire ou même permanente, d'accomplir son travail. Les maladies causées par le travail sont indemnisées par la CSST lorsque le lien

entre le travail et le diagnostic est établi et reconnu. Dans les cliniques dentaires, de 2001 à 2005, la CSST a indemnisé 287 lésions pour un coût d'environ 5 millions de dollars. Tel que mentionné au **tableau 1**, les lésions au bas du dos sont les plus nombreuses et celles au cou et au haut du dos sont celles qui ont occasionné les coûts les plus élevés. Les lésions se situent à 75 % dans cinq régions du corps. La moyenne d'absence par TMS est de 233 jours, soit 4 fois plus élevée que la moyenne des absences pour TMS dans le secteur de la santé et des services sociaux qui est de 72 jours en 2004.

Recommandations

En présence de douleurs importantes, plusieurs éléments de la situation de travail peuvent être modifiés pour les réduire. Le *Guide de prévention des TMS en clinique dentaire* de l'ASSTSAS a fait la synthèse des solutions qui ont été trouvées durant une dizaine d'années. Ce guide est disponible gratuitement sur le site Internet de l'ASSTSAS ou par commande postale au coût de 12 \$. Sur le site Internet, des informations ont été regroupées pour être plus faciles à consulter ([voir www.asstsas.qc.ca/TMS-cliniquedentaire](http://www.asstsas.qc.ca/TMS-cliniquedentaire)).

Références

1. **INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC** (2001). *Enquête sociale et de santé Québec -1998 (ESSQ-1998)*, Gouvernement du Québec, 2^e édition, p. 530-556
2. **PROTEAU, Rose-Ange**, « Impact du travail dentaire sur les douleurs musculo-squelettiques, leur traitement et la réduction des heures de travail », *Le point de contact*, Janvier/Février 2005, p. 14
3. **WEBB ASSOCIATES**, *Anthropometric Source Book, Vol.1, NASA Ref. 1024, Nat'l Aero. Space Admin.*, 1978.
4. **BJOKSTEN, M. & B. JONSSON** (1977). "Endurance Limit of Force in Long-Term Intermittent Static Contractions", *Scandinavian Journal of Work Environment and Health* 3, p. 23-27
5. **PROTEAU, R-A, D. MARCHAND, C. PINSENEALT et A. CHAPADOS**, « Diminution des contraintes musculosquelettiques par l'utilisation d'appuie-coudes mobiles en gel en clinique dentaire », *Comptes rendus du congrès SELF-ACE 2001 Vol. 5, p. 134-139*

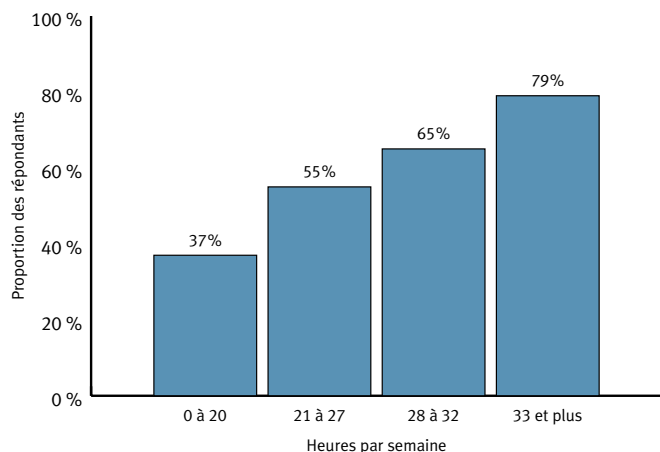


Figure 4. Pourcentages des hygiénistes dentaires (104) ayant eu, au cours des 12 derniers mois, des douleurs importantes à au moins une région du corps qui ont dérangé leurs activités « Assez souvent » ou « Tout le temps », selon le nombre d'heures travaillées par semaine.

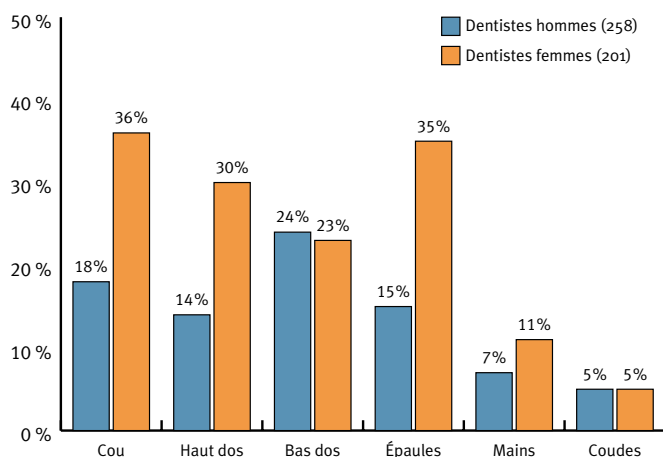


Figure 5. Pourcentages des dentistes hommes (258) et des dentistes femmes (201) du Québec ayant eu, au cours des 12 derniers mois, des douleurs importantes dérangeant les activités « Assez souvent » ou « Tout le temps »?