

# Ergonomics – Using Microbreaks Fatality File – French



## Considérations ergonomiques pour un patient présentant un trouble musculo-squelettique lié au travail

Un rapport de cas documenté décrit un employé de bureau de 36 ans qui a développé un trouble musculo-squelettique grave affectant son cou et le haut de son dos en raison d'une mauvaise ergonomie de son poste de travail. L'employé passait de longues heures assis devant un ordinateur avec un écran mal positionné, un soutien de chaise inadéquat et une hauteur de bureau qui l'obligeait à se pencher vers l'avant. Au fil du temps, la combinaison d'une position inconfortable et de tensions répétitives a entraîné des douleurs cervicales persistantes, une tension des muscles trapèzes et une réduction de l'amplitude des mouvements, des symptômes suffisamment graves pour perturber ses activités quotidiennes et ses performances professionnelles.

L'évaluation médicale a confirmé que l'absence de contrôles ergonomiques à son poste de travail était un facteur majeur contribuant à son état. Ce n'est qu'après avoir reçu un traitement ciblé et fait réaménager son poste de travail (avec une chaise à la bonne hauteur, un écran dans une position neutre et une meilleure posture) qu'il a pu se rétablir complètement. Ce cas montre que même les environnements de bureau « à faible risque » peuvent entraîner de graves blessures musculo-squelettiques lorsque les risques ergonomiques sont ignorés, soulignant la nécessité d'une évaluation proactive, d'une configuration adéquate du poste de travail et d'un signalement précoce de toute gêne avant qu'elle ne se transforme en trouble invalidant.

**Source :** <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov>