

Module F: Prévenir

Ce module présente une information sur:

- la prévention des commotions sur les lieux de travail, et
- les conseils pour promouvoir la santé et la sécurité.

Les commotions sur le lieu de travail sont typiquement causées par des glissades, des trébuchements et des chutes, ou des coups à la tête. Pour les occupations qui nécessitent la conduite, des accidents de véhicules motorisés sont aussi une source commune entraînant des commotions. Dans certaines industries comme les soins de santé ou les forces de l'ordre, les commotions peuvent être causées par la violence. Les trucs suivants peuvent aider à prévenir des commotions sur les lieux de travail:

Des stratégies pour empêcher les glissades, les trébuchements et les chutes incluent:

- l'assurance que les allées et les espaces de travail sont libres d'encombrements, de cordes, de flaques d'eau ou d'autres objets dangereux;
- l'utilisation de signalisation appropriée pour alerter les travailleurs de surfaces mouillées;
- l'utilisation d'un marchepied adapté, une plate-forme d'accès, ou une échelle plutôt que de monter sur des chaises, bureaux ou tables;
- faire preuve de prudence lors de travail en hauteur;
- savoir comment utiliser les équipements de protection et de retenue contre les chutes; et
- porter les chaussures de sécurité adéquates.

Les stratégies pour éviter les coups sur la tête incluent:

- garder les étagères, les espaces d'entreposage et les espaces de travail propres et organisés pour éviter les chutes d'objets;
- utiliser une signalétique pour les obstacles de faible hauteur; et
- placer les objets les plus lourds par terre ou sur l'étagère la plus basse possible

Les stratégies pour éviter les accidents de véhicules motorisés incluent:

- la réduction du temps de conduite, en reconnaissant que la fatigue et le faible temps de récupération entre les quarts peuvent mener à des accidents; et
- la mise en place d'une politique de distraction au volant.

Les stratégies pour éviter la violence incluent:

- la mise en place de politiques pour ceux travaillant directement avec les gens qui ont des antécédents de violence, de toxicomanie, ou de participation à des gangs, ou pour les membres de la famille des patients ou des clients;
- la formation doit inclure la reconnaissance et à la gestion des comportements hostiles et agressifs;
- la mise en place d'un système d'assistance aux personnes travaillant seules;
- l'identification des zones à éclairage insuffisant, comme les parcs de stationnement et les cages d'escalier;
- l'identification des obstacles qui peuvent bloquer la vision ou interférer avec les chemins d'évacuation lors d'un incident violent;

- l'adaptation des dotations en personnel comme l'ajout de personnel de sécurité ou de santé mentale supplémentaire;
- la mise en place de moyens appropriés pour les communications d'urgence; et
- l'exercice de la vigilance et la fourniture d'assistance quand on travaille dans des quartiers à forts taux de criminalité.

Dans chaque occupation, il est important de signaler toutes les conditions de travail non sécuritaires au superviseur le plus proche. Mettre en place des études d'évaluation de risque sur le lieu de travail, développer et mettre en place des programmes et procédures de prévention, former les travailleurs à des protocoles appropriés et évaluer les politiques sont des étapes clés pour la réduction du risque de commotion sur le lieu de travail. Justement comme le rétablissement et le retour au travail après une commotion implique une approche d'équipe, la prévention de la commotion est la responsabilité de tous.

La commotion cérébrale est une blessure invisible, mais cela ne signifie qu'elle doit rester silencieuse : la création d'une culture de signalement des blessures sur le lieu de travail, communiquant ouvertement sur les challenges et les obstacles lors de la reprise du travail, et le soutien aux travailleurs accidentés diminue l'absentéisme, la rotation du personnel et les coûts d'assurance et d'indemnisation.

Poursuivez le questionnaire pour tester vos connaissances sur comment éviter les commotions.