

RAPPORT DE LA REUNION DE LA COMMISSION D'EXPERTS DU PROJET ERGOHAIR

Date : jeudi 12 octobre 2017
Période : 09.00 – 17.00
Lieu : Hôtel Steinberger – Hambourg

01. Introduction Bjorn Kähler (BGW)

Bjorn Kähler (BGW) accueille les personnes présentes et annonce le planning de la journée.

Bienvenue

Stéphane Coigné, président UBK/UCB vzw-asbl, Belgique, secrétaire général Coiffure EU

Stéphane Coigné accueille également les participants et remercie son hôte, le Pr. A. Nienhaus, Agnessa et Olaf pour l'invitation, l'accueil chaleureux et l'appui financier supplémentaire de la part de leur organisation. Il remercie également Rainer Röhr, le père spirituel de ce projet. Il souligne également l'investissement acharné de Miet Verhamme dans ce projet. Stéphane présente ensuite brièvement le déroulement du projet Ergohair et les résultats visés.

02. Accidents du travail musculosquelettiques et maladies professionnelles dans les salons de coiffure - une analyse des données d'assurances allemandes

Pr. Albert Nienhaus, University Medical Centre Hamburg Eppendorf (UKE), Allemagne

Le Pr. A. Nienhaus est particulièrement enchanté de s'adresser à un public aussi varié.

Aujourd'hui, il va commenter la situation en Allemagne. Il souligne le fonctionnement particulier de ce pays : l'existence d'une sécurité sociale obligatoire. Son département universitaire est rattaché à l'hôpital universitaire.

Il présente aussi une photo où tous les membres de son équipe actuelle ne sont pas présents.

Il parlera notamment de :

- La santé des travailleurs âgés
- les influences de la migration (conditions de travail, comment mieux les impliquer dans les soins de santé)
- La santé des stagiaires

Lorsque nous prenons de l'âge, au début, nous grandissons, mais ensuite, nous rapetissons. En vieillissant, le squelette et tout le système locomoteur s'affaiblissent. Avec l'âge, des maladies et des problèmes nouveaux surgissent. C'est le plus souvent une conjonction de plusieurs facteurs qui provoque ces maladies.

- socio-économiques
- professionnels
- psychologiques
- comportementaux
- structurels
- ...

Le système d'assurance allemand est particulièrement segmenté. Cela dépend principalement de la maladie contractée. S'il s'agit d'un accident, l'on examinera d'abord s'il s'agit d'un accident du travail. Sans cette exposition aux dangers pendant les heures de travail, celui-ci ne pourra être reconnu comme maladie/accident du travail.

- Affaiblissement des vertèbres (soulèvement de lourdes charges) (pas chez les coiffeurs)
- Affaiblissement des vertèbres du cou (par ex. lorsque l'on porte des clients, pas vraiment chez les coiffeurs)

- Affaiblissement des genoux (plutôt dans la construction)
- Problèmes aux tendons à la suite d'un travail répétitif
- Syndrome du canal carpien à la suite de mouvements répétitifs des mains et des doigts (répéter des mouvements qui nécessitent de la force : chez les coiffeurs !)

Données des assurances du travail BGW (pour tous les coiffeurs assurés chez BGW) :

Graphique : déclarations 2012-2016

→ notifiable/not notifiable (doit être déclaré - ne doit pas être déclaré (=moins de trois jours d'absence, moins important).

1. Accident sur le lieu de travail
2. Accident de la circulation sur le chemin du travail
3. Maladies professionnelles présumées → plus de probabilités de développer une maladie professionnelle chez les coiffeurs que dans d'autres professions

Les femmes et les jeunes coiffeurs risquent davantage de tomber dans ces trois catégories d'accidents. Il y a beaucoup plus de femmes et de jeunes gens dans le secteur de la coiffure. Pour les générations plus âgées, ce sont généralement les hommes qui rencontrent le plus de problèmes (se rendent généralement plus tard chez le médecin, ne le déclarent pas à temps, etc.).

38% des accidents au travail sont liés au mouvement (chute, trébuchement), ce qui n'est pas caractéristique de la profession de coiffeur.

Les troubles musculosquelettiques (TMS) occupent la 3e place dans les types de maladies professionnelles des coiffeurs. De nombreuses TMS ne sont également pas déclarées. Ce sont principalement les maux de dos et aux vertèbres qui sont déclarés (59%). Suivent les problèmes liés aux extrémités supérieures) (33%). Certaines ne sont pas reconnues comme maladie professionnelle = problématique. Les médecins des coiffeurs sont les personnes les plus indiquées pour analyser si le trouble est effectivement lié à la profession. Seuls 2% des TMS sont reconnus comme maladies professionnelles.

03. Introduction à la politique française dans le domaine de la prévention

Jacques Minjollet, AG2R La Mondiale, directeur adjoint au directeur général, directeur des Institutions de la Coiffure, France

J. Minjollet remercie le Pr. A. Nienhaus et indique qu'il ne parlera pas que de prévention. Il montre des chiffres relatifs aux 140.000 personnes qui exercent la profession de coiffeur en France, dont de nombreuses femmes. Il est tenu compte du parcours suivi par les coiffeurs (généralement : stagiaire - employé - év. employeur - év. à nouveau employé).

Constatations :

- 1000 déclarations
- 50 000 jours d'absence au travail.
- que 600 déclarations pour des TMS.
- 100 000 jours d'absence non communiqués.

Il existe donc une grande différence entre les déclarations et les troubles non déclarés. 600 accidents du travail avec congé.

Dans une enquête auprès des employeurs, nous avons demandé ce qui survenait le plus fréquemment au salon (« Reconnaissez-vous ces maladies chez les travailleurs de votre salon ? ») même si elles ne sont pas officiellement déclarées :

47% mentionne mal au dos et aux vertèbres,

46% de mal au poignet/au,
36,7% de mal aux jambes/aux pieds/aux genoux,
28% de stress, d'insomnie, de dépressions, etc.

En France, nous aimerions nous concentrer sur la prévention et sur la qualité au sein de la profession de coiffeur plutôt que sur les soins. Ils ont installé de lavabos et de chaises ergonomiques et ont ensuite effectué une enquête avant et après l'installation.
Constatations : 21% de maux en moins après 6 mois d'utilisation des lavabos ergonomiques (moins de douleurs) au niveau du cou, des épaules, des bras et du haut du dos.

04. Sensibiliser les jeunes générations

Pascale Sauret, président d'ESO FORMATION, France

P. Sauret collabore avec les écoles françaises afin de sensibiliser les élèves aux maladies liées au travail. La présence de leurs professeurs est essentielle dans ce cadre.

Prévention

Plus tôt on commence à parler de prévention des risques, plus cette sensibilisation aura d'impact. Cela porte sur :

1. L'environnement de travail (air, bruit, eau, produits, alimentation) influence les éventuels TMS et les allergies de la peau et respiratoires. Il comprend également les risques psycho-sociaux (stress du contact avec les clients, etc.).
2. L'impact sur les coiffeurs (prévention des TMS et des allergies de la peau et respiratoires).

Méthode pédagogique :

Il est particulièrement important d'adapter la méthode à un public cible jeune (qui n'est pas encore bien conscient des risques éventuels). Ils utilisent des méthodes diverses et variées, des moyens visuels et de la documentation qu'ils remettent eux-mêmes aux élèves. Cela favorisera davantage l'intérêt des jeunes pour le sujet et leur participation à l'événement.

La méthode consiste en les étapes suivantes :

1. Explication (que sont les TMS)
2. Découverte par un exercice qu'ils exécutent eux-mêmes (faire compléter l'affiche en équipe, avec des petites cartes correspondant au bon thème). Un chef d'équipe présentera ensuite le résultat. S'ensuivra une évaluation par le formateur.
3. L'interaction et la participation sont très importantes. Le rédacteur explique également sa propre expérience.
4. Démonstration : démontrer soi-même comment la position peut avoir un éventuel effet sur la douleur.

Nous avons un exemple de forme de travail utilisé à l'aide de 2 affiches :

- Affiche 1 : eau, air, énergie
- Affiche 2 : prévention des risques (shampooing, (dé)coloration, permanentes, TMS, alimentation)

De ces éléments, nous pouvons tirer les conclusions suivantes :

TMS : de quoi s'agit-il ? Comment pouvons-nous les contracter mais également les prévenir ? Ils reçoivent aussi des explications sur le matériel ergonomique, le maintien et

l'utilisation des muscles.

Ensuite, ils reçoivent une brochure, un lien vers www.moncoiffeursengage.com et un numéro de téléphone gratuit où ils pourront poser leurs questions.

Conclusion

1. Ce module répond aux attentes des professeurs et des élèves.
2. Soutient concrètement la politique de prévention de la profession.
3. Conscientise les élèves
4. Ce module est intégré dans le dossier de qualification de l'enseignement professionnel de l'Education Nationale.

Questions

Bjorn Kähler souligne qu'en Allemagne, il existe également une hotline pour les questions des jeunes, mais que celle-ci est à peine utilisée (ne fonctionne que depuis 3 mois) ! Il se demande comment cela fonctionne en France.

En France, ce système est en vigueur depuis deux ans à présent. J. Minjollet rappelle l'utilisation du Smartphone et des apps, plus branchés que les hotlines.

P. Sauret indique qu'il est particulièrement important de comprendre le mode de vie des jeunes, par ex. : "Tes mains sont endommagées ? Alors tu ne pourras plus aller sur ton smartphone."

En Autriche, il existe également un projet "Safehair" où l'on insiste sur le fait que la santé est tout aussi importante que la beauté.

En Italie, ils ont mis sur pied plusieurs séminaires sur le thème de "la sécurité, c'est mieux". Pouvoir travailler en toute sécurité, également au profit des clients. Les clients vont chez le coiffeur pour se sentir mieux. La beauté et la sécurité vont donc de pair. Ils y parlent des moyens assurant la sécurité (des gants, par ex.). Le projet italien est financé via un fonds bilatéral pour PME, avec l'argent des travailleurs et des employeurs. Ce fonds permet de financer les formations et l'aide au bien-être en cas de chômage.

05. Les TMS chez les coiffeurs - examen de la littérature sur les facteurs de risque, les mesures de prévention et les concepts de réhabilitation

Pr. Albert Nienhaus, [University Medical Centre Hamburg Eppendorf \(UKE\)](#), Allemagne

Le Pr. A. Nienhaus réprecise le cadre relatif au nombre de déclarations et au nombre de jours de congé maladie des coiffeurs recensés par le BGW. Agnessa a étudié la littérature de manière systématique via une méthode standardisée et systématique sur la fréquence des TMS (prévalence et incidence), les mesures de prévention et les concepts de réhabilitation.

Agnessa et Miet ont trouvé 143 sources, dont 40 articles sur la manière d'expliquer de manière systématique les TMS chez les coiffeurs. Tous ces documents ont été rassemblés en un seul article. Prof. A. Nienhaus passe en revue les principaux résultats de l'examen de cette littérature.

Enquête

Avez-vous (eu) mal :

Dans le bas du dos : au cours de l'année : 48 % !

Moins fréquemment : des problèmes au niveau du haut du dos, des doigts, des coudes, etc.

Au niveau des douleurs dans le dos, la profession de coiffeur se situe dans le top 5 des métiers qui contiennent des risques pour les travailleurs.

Pourquoi certains coiffeurs arrêtent-ils leur profession ? :

- 3x plus de risques d'arrêter une carrière à la suite des sollicitations répétées des poignets et des coudes
- 2x plus de risques de mal au cou et aux épaules

En Australie, il y a eu un pic des maux dus à des sollicitations répétées. Et dans le sud de l'Europe, on en souffre également beaucoup. Bien moins en Allemagne.

D'autres études démontrent que les indépendants/propriétaires qui travaillent seuls ont plus souvent des maux (moins de repos et travail organisationnel en plus du travail de coiffure proprement dit).

Il y a aussi une étude sur les stagiaires dans différentes professions, à qui on a demandé à quelle fréquence ils adoptaient une mauvaise position (par ex. : soulever les bras au-dessus des épaules).

Et l'on constate que les maux correspondent à la fréquence de ces mauvaises positions.

Les facteurs de risques de TMS peuvent être repris dans une pyramide. (plus la pyramide est haute, moins le risque lié à ces facteurs est fréquent). C'est principalement une mauvaise position du dos et des bras par rapport aux épaules et les mouvements répétitifs qui sont importants. L'on peut retrouver cela dans la documentation. Le Dr Freitag y reviendra plus en détail le 13 octobre 2017.

Profil de risque des coiffeurs

- mauvaise position : maintien des bras trop haut (surtout pendant le séchage des cheveux) et dos courbé → mènent à des problèmes de santé ou à une aggravation des problèmes existants

- facteurs de risque supplémentaires :
- manque de pauses
- stress général
- matériel de travail non ergonomique, etc.

Approche positive de la prévention

Seules 3 études ont été publiées à ce sujet. Il existe des projets à propos desquels aucune étude n'a encore été réalisée mais qui existent bel et bien (par ex. : en France, en Italie).

Découvertes :

- peu de changement dans la distribution d'une brochure et une seule heure d'explications et d'exercices
- introduction de 5 techniques ergonomiques : peu d'influence positive également
- retour vers le salon de coiffure pour évaluer l'introduction des mesures préventives : résultats pas toujours positifs
- développer des cours : l'apprentissage de connaissances ne mène pas toujours à un changement de comportement

Nous notons davantage de résultats avec la réhabilitation, c'est-à-dire lorsque les coiffeurs souffrent de TMS.

La combinaison de techniques ergonomiques, du réaménagement du lieu de travail et d'autres techniques de prévention a donné plus de résultats positifs dans les 3 études.

Conclusion

Il y a peu d'études existantes (besoins d'encre plus d'études). Et nous avons besoin de plus de résultats ou d'études de la part des différents pays, car nous pouvons apprendre les uns des autres.

Wolfgang Eder cite un exemple autrichien, où un guide a été publié, qui explique également le stress psychologique, présente des exercices de gymnastique à faire pendant le travail et la manière dont l'employeur peut apprendre cela à un employé et comment l'employeur peut mettre ces méthodes en place dans son salon, auprès de ses employés.

06. Vers une politique de santé durable dans les salons de coiffure (C. Ouillet)

Christian Ouillet, directeur de VITAL CAMPUS, France

Christian Ouillet parlera de la politique de prévention et de l'importance du sommeil et des techniques de relaxation. Ils ont remarqué que la prévention chez les responsables et les cadres est bien développée, mais pas pour les professions manuelles ni chez les travailleurs ou dans les petites entreprises. En France, ils ont connu une grande évolution, ainsi qu'une nette percée dans les rapports privé/professionnel : adoptent-ils une bonne position à la maison ? Mangent-ils équilibré ? Dorment-ils bien ? Cet aspect est lié à la politique de prévention au travail. Les collègues canadiens sont en avance sur ce point.

Ils ont développé une procédure pour avoir recours au *blended learning* dans les entreprises. Sa société dispose de spécialistes en sommeil et en stress et ils travaillent tous sur le terrain et sont particulièrement expérimentés grâce à leur expérience pratique. Leur devise est simple : si nous avons des coiffeurs qui mènent une vie saine, ils seront en meilleure santé et développeront dès lors moins de TMS. Nous devons donc tenir compte de divers facteurs.

L'expérience dans le secteur de la coiffure

Ces données remontant à 2012. Il existe peu de professions qui comprennent tant de risques liés à la santé (peau, respiration, TMS). Les coiffeurs sont souvent en position debout et peu mobile.

1 jeune actif sur 3 ne mange pas le midi et ne prend bien souvent pas de petit déjeuner. Cela permet de fonctionner de manière moins énergique et moins vive au travail. Les pics d'accident surviennent souvent en fin de matinée. C'est principalement dû à un manque de sommeil et d'alimentation correcte.

Il est difficile de passer à l'action après l'analyse des maux et problèmes, ce que l'on retrouve très facilement dans les études. Mais les changements ne s'opèrent pas en un jour. Plusieurs étapes sont nécessaires, ce qui rend les choses plus difficiles.

C'est pourquoi ils ont introduit "Vitaliance", un nouveau concept développé en France. Il s'agit avant tout d'implémenter une attitude positive vis-à-vis du travail. Comment bien fonctionner si l'on est stressé ou en mauvaise forme ? Pour les coiffeurs, c'est encore plus difficile étant donné qu'ils doivent continuer à satisfaire leurs clients. Il doit régner une ambiance positive au travail, dont tout le monde tirera avantage.

Si l'on est plus vif et en meilleure forme, nous ferons preuve de plus d'engagement et nous serons mieux armés contre le stress. L'on obtient de la sorte des travailleurs plus heureux, moins fatigués et soumis à moins de maladies et d'accidents, qui abandonneront moins la profession ou subiront moins d'interruption de travail. L'on constate en effet que 44% des absences sont dues à des problèmes de santé.

Ils ont développé une plate-forme où les coiffeurs peuvent réaliser une autoévaluation (une espèce d'enquête). 600 coiffeurs ont complété cette évaluation, ce qui atteste qu'il existe malgré tout de l'intérêt pour ce sujet. Pour l'instant, cette plateforme n'est plus accessible parce que de

nombreux jeunes optent à nouveau pour la profession. C'est pour cela qu'ils doivent viser à présent une app disponible sur smartphone.

Ils ont comparé les résultats de cette enquête via la plateforme du secteur des coiffeurs avec d'autres professions. Ils ont pu constater qu'il est surtout nécessaire de travailler les mouvements du corps, les TMS au niveau du dos et la prévention du stress. Voilà pour les priorités.

Il est important de savoir que bon nombre de coiffeurs ne signalent pas qu'ils souffrent de TMS (surtout au dos) ! Le niveau de stress est élevé étant donné que les coiffeurs doivent toujours réaliser une prestation pour laquelle ils doivent se présenter en forme devant leurs clients, même lorsqu'ils ne le sont pas.

L'alimentation est également passible d'améliorations. En ce qui concerne les TMS au niveau des bras et des jambes, la situation dans le secteur des coiffeurs est bonne par rapport à d'autres professions.

Comment agissent-ils ?

Ils doivent agir vite et en profondeur. Quels sont les piliers ?

- pouvoir effectuer des mouvements répétitifs sans les effets négatifs sur notre corps
- alimentation équilibrée, par ex. : des hydrates de carbone avec fibres, vu le lien avec une bonne santé
- boire suffisamment d'eau (hydratation). Boire régulièrement constitue également une mesure de prévention pour bien des maladies
- bien dormir
- bouger suffisamment
- faire attention à la relaxation et augmenter la résistance au stress

Il y a même une partie de l'enquête où le coiffeur peut évaluer lui-même ses risques afin d'éviter de développer trop de stress et de fatigue

En conclusion, M. Ouillet indique que l'on doit surtout viser la conscientisation, poser des diagnostics, sensibiliser et partager.

07. Les risques de douleurs et de maux dans le cou, les épaules et les mains en cas de travail répétitif

Jane Frølund Thomsen, Consultant Ph.D., Head of Department, Department of Occupational and Environmental Medicine, Bispebjerg University Hospital, Copenhagen, Denmark

Jane Frølund Thomsen se présente. Elle étudie principalement les TMS de la partie supérieure du corps. Son équipe de recherche constate principalement des douleurs au cou, des problèmes d'épaule (tendinite), des tennis et des golf elbow, des tendinites au niveau de la main et le syndrome du canal carpien.

Les principales causes sont :

- les mouvements répétitifs
- l'usage puissant des membres
- une position inadaptée des mains
- les bras levés
- les combinaisons des causes précitées

Défis

Il y a souvent plusieurs origines présentes, on doit donc savoir quels problèmes ont été en premier lieu provoqués par le travail. Par exemple, si une personne souffre, cela influencera également son comportement et provoquera peut-être d'autres problèmes.

Nous devons avoir des mesures objectives indépendantes de l'exposition et on doit avoir des définitions indépendantes valables des maux comme, par exemple, constater qu'il s'agit du syndrome du canal carpien.

Il faut également examiner dans quelle mesure l'exposition à un risque est supportable et quels dangers comportent trop de risques pour la santé.

a. Douleurs au cou et à l'épaule

Il existe une preuve modérée qu'une combinaison de travail répétitif avec une inclinaison du coup provoque la douleur.

b. Inflammation de l'épaule

Travailler les bras levés et effectuer des mouvements puissants et répétitifs : il y a suffisamment de preuves attestant que ces causes sont à l'origine d'une telle inflammation.

c. Tennis elbow et golf elbow

Peu de recherches ont été effectuées à ce niveau-là, mais il y a aussi peu de preuve que ce soit lié au travail.

d. Inflammation de la main

Il n'y a que de faibles preuves qu'un usage puissant et répétitif de la main et du poignet provoque de l'inflammation.

e. Syndrome du canal carpien

Il existe suffisamment de preuve ; les causes sont des mouvements répétitifs et puissants combinés à des tremblements de la main.

Situations spécifiques des coiffeurs

Ils lèvent souvent les bras et les mains en hauteur (mauvais pour les épaules), effectuent des mouvements rapides et répétées (mauvais pour les mains et les épaules), penchent le cou, n'utilisent pas beaucoup de force mais sont souvent fort sollicités. Tous ces éléments, combinés à peu de pauses et à des journées de travail assez longues constituent un risque de développer ces troubles.

Mesures ergonomiques

Ils ont analysé 31 emplois et 10 personnes par emploi. Ils ont alors déterminé à quelle fréquence elles effectuaient des mouvements répétitifs. A l'aide d'un appareil montré sur la photo, ils ont effectué des mesures sur la main et l'épaule. Sur le plan de la vitesse du pouls, ils ont réparti les professions en catégories, et les coiffeurs semblent apparemment être soumis à un niveau élevé de répétition.

S'ils regardent la position de la main, ils partent du principe d'une position neutre ou souvent non neutre. Le poignet des coiffeurs est souvent dans une position non neutre.

En ce qui concerne le syndrome du canal carpien, il existe deux fois plus de risques dans le groupe le plus exposé (dont les coiffeurs) de développer ce syndrome, par rapport au groupe le moins exposé. Plus vous êtes exposé, plus le risque de développer un syndrome du canal carpien est élevé.

En 2009, une étude a été menée auprès de 5324 coiffeurs. Il en ressort que plus de 2300 coiffeurs ont abandonné la profession entre 1985 et 2007. Ils sont restés en moyenne 8 ans actifs dans le secteur de la coiffure. Les causes sont pour 42 % liées aux TMS et, dans une moindre mesure, liées aux affections cutanées.

Recommandations

Il convient de diminuer le travail où les bras et les mains sont levés, moins de travail répétitif, donc, varier davantage les tâches, respecter les pauses et prévoir du matériel correct et ergonomique pour les coiffeurs.

Questions :

Un coiffeur peut-il retravailler après une opération du syndrome du canal carpien ? Jane Thomsen dit que cela dépend de la situation et de la personne. Si l'on est passionné par son métier, il faut être très prudent avec les avis négatifs. Si en pratique, vous pouvez continuer à travailler sans douleurs, nous sommes d'avis que vous devez continuer à exercer. Si les douleurs réapparaissent, un avis plus négatif suivra.

08. Etude sur la santé et l'environnement de travail chez les coiffeurs en Suède

Prof. Eva Skillgate, associate professor in Epidemiology at the Muskuloskeletal and Sports injury epidemiology center, Institute of Environmental Medicine, Karolinska Institutet, Suède

Le Pr. Skillgate mène non seulement des études sur les maladies professionnelles, mais aussi sur les blessures liées au sport. Elle explique qu'elle aimerait suivre des coiffeurs pendant un an et demi au sujet de leurs douleurs musculaires. Une enquête a déjà été effectuée concernant ce travail.

Comme nous avons déjà pu le voir aujourd'hui, plusieurs facteurs sont à l'origine des problèmes des coiffeurs. Son enquête a été réalisée par e-mail par le biais de la fédération suédoise des coiffeurs (SFSAB) (employeurs) ou via "l'association professionnelle" (des travailleurs). Des questions ont été posées sur leur style de vie, les conditions de travail, le stress, les problèmes de santé et la douleur qui les empêche de travailler.

Ils ont visé un score élevé de réponses, ce qui est important car l'on pourrait penser que les personnes qui complètent l'enquête sont différentes que les personnes qui ne la complètent pas. Ils ont dès lors insisté sur le fait qu'il était très important à réaliser et ne prenait que peu de temps (de 10 à 15 min).

Ils ont reçu environ 1000 réactions, ce qui n'est pas très élevé, même si le Pr. Skillgate réalise que le taux habituel de réactions est généralement encore plus bas (environ 24 % de taux de réponse).

Au sein de la SFSAB, la moyenne d'âge était proportionnelle à celle de la population. Au niveau de l'association des travailleurs, ce sont toutefois des personnes plus jeunes qui ont réagi.

Etant donné que sur le plan du matériel ergonomique, de nombreuses personnes disposent de chaises adaptées, peu ont dit ne rien posséder d'ergonomique.

En Suède, les coiffeurs sont satisfaits, si l'on compare à la moyenne, de leur lieu de travail et de leur situation sur place.

En ce qui concerne le niveau de stress général, celui-ci est un peu plus élevé que dans d'autres lieux de travail.

55% déclare avoir des problèmes de santé (pas seulement des douleurs, mais également des allergies et des problèmes mentaux), dont 42% dit que cela exerce une influence sur le travail. En ce qui concerne les *maux de dos*, 43% disent en avoir eu au cours des trois derniers mois, dont 25% indique que cela influence leur travail. 40% a connu des *douleurs au niveau du cou* au cours des trois derniers mois, dont 30% trouve que cela a influé sur le travail. 46 % ont connu des *douleurs à la main et/ou au bras* au cours de trois derniers mois, dont 31% ont vu une influence sur leur travail.

Si l'on analyse les douleurs dans ces trois parties du corps, nous constatons que pas moins de 18 % ont déjà connu des douleurs dans ces trois parties du corps.

Les travailleurs de l'association professionnelle des travailleurs (les jeunes, donc) semblent souffrir davantage de ces douleurs. Cela provient probablement du fait qu'en vieillissant, les personnes qui ont connu ces douleurs quittent le plus souvent la profession.

Il convient d'analyser ce qui provoque la douleur et si ces douleurs provoquent à leur tour peut-être aussi d'autres douleurs.

Les plus grands facteurs de risque de la douleur sont surtout le surpoids, la comorbidité liée au travail (plusieurs douleurs qui ont un lien entre elles et la manière dont elles influencent la façon de travailler), un niveau de stress élevé et un climat de travail moins agréable.

Le Pr. Skillgate espère pouvoir poursuivre effectivement l'enquête - elle n'a pour l'instant pas encore reçu de budget - afin d'identifier vraiment les facteurs de risque. L'idée est de suivre les coiffeurs en question via SMS pendant six mois, car ils ont pu constater par le biais d'autres études qu'ils obtiennent de la sorte un taux de réponse plus élevé. Il s'agirait ici d'une première enquête à long terme auprès des coiffeurs.

J. Minjollet dit constater des facteurs de risque similaires en France, mais se demande si l'enquête porte aussi sur les salons qui travaillent avec et sans rendez-vous. Le Pr. Skillgate dit prendre ce paramètre en compte. Selon l'enquête française, le niveau de stress serait plus élevé dans les salons sans rendez-vous. Nous avons aussi remarqué que la relation client-coiffeur s'est détériorée au cours des dernières années et se demande également si ce point est repris dans l'enquête. Nous remarquons qu'en termes d'importance pour le coiffeur, le salaire arrive aujourd'hui à la première place et non plus la relation client-coiffeur. J. Minjollet invite le Pr. Skillgate à Paris pour poursuivre les concertations.

09. En forme au travail - rendre l'ergonomie visible (Björn Teigelake - Sabine Schoening)

[Sabine Schöning, Dipl.-Päd.; Björn Teigelake, M.A., German Social Accident Insurance for the Health and Welfare Services \(BGW\), Allemagne](#)

Les deux enquêteurs du BGW vous diront ce qu'ils font pour donner de la visibilité à l'ergonomie pour les personnes qui y sont à la recherche. Ils feront ensemble quelques exercices ergonomiques.

BGW dispose d'un salon de coiffeur-centre de formation ergonomique.

La situation en Allemagne est la suivante : les personnes qui apprécient le secteur créatif et le secteur de la mode d'une part, et celles de BGW d'autre part, n'ont pas les mêmes intérêts, mais essaient néanmoins de les réconcilier.

Ils ont développé un programme de séminaires et d'ateliers qui traitent également des thèmes de la prévention. Ils abordent par exemple les techniques de coupe et le matériel ergonomique. Bien souvent, les participants sont plus motivés lorsqu'ils retournent au salon de coiffure après un tel séminaire et considèrent alors leur compagnie d'assurance davantage comme un partenaire. Ils

tentent d'introduire le concept de l'apprentissage tout au long de la vie dans l'enseignement adulte et s'intéressent aux aspects indispensables pour continuer à apprendre en tant qu'adulte. Facteur important : un participant doit être curieux, doit être suscité (infos neuves et intéressantes). La pertinence est également importante (ce sujet est-il intéressant pour moi ?) et/ou doit être rattaché à des éléments positifs. Comment peut-on motiver chaque individu à cette problématique commune ?

Ils ont développé un concept/une méthode basé(e) sur leurs sources à partir d'une politique préventive plutôt que curative :

- Comment pouvons-nous rester en bonne santé et prévenir les maladies ?
- Que sont des bonnes conditions de travail ? Que sont des mauvaises conditions de travail ?
- Comment les conditions de travail peuvent-elles être améliorées ? Qu'est-ce qui aboutit à de mauvaises conditions de travail ?
- Qu'est-ce qui est possible ? Qu'est-ce qui ne l'est pas ?

Si l'on souhaite changer son comportement, il convient de travailler selon une approche positive. Ils ont travaillé concrètement, par ex. : à l'aide d'un séminaire natural upstyle (coiffures relevées), avec une participation de 59 €. Ces séminaires connaissent énormément de succès. Ils fonctionnent avec un formateur expérimenté et un coach orienté pratique.

Directive : le meilleur mouvement est le mouvement suivant. Il convient donc d'éviter les postures statiques. Pendant ce séminaire, ils tentent de réaliser les coiffures relevées de la manière la plus ergonomique possible. Ils ont énormément recours à un mannequin dont les membres sont mobiles. Les participants peuvent indiquer avant la leçon où ils ont mal à ce moment précis afin que l'on puisse adapter leur situation.

A l'aide de matériel visuel, ils montrent (par ex. : le mouvement d'une colonne vertébrale à l'aide d'une éponge et de deux plaquettes) comment une colonne vertébrale fonctionne et à quel point le mouvement est important.

De surcroît, ils vont également lier l'utile à l'esthétique, au niveau des chaussures ergonomiques, par exemple. Ils fournissent des directives concrètes telles que "des chaussures pas trop hautes, bien ventilées, antidérapantes" créant de la sorte de nombreux modèles afin que le personnel dispose d'un large choix de chaussures.

Ils essaient, à l'aide d'un bracelet, de faciliter l'organisation du coiffeur (tenir les épingles à proximité, sans devoir se pencher pour les attraper, etc.).

Ils ont pu constater que les personnes doivent elles-mêmes sentir la différence au niveau des postures afin qu'elles puissent se rendre compte par elles-mêmes que ces nouvelles postures les aident vraiment (par ex. : rester debout tout en étant capable d'atteindre le matériel). Avant que les coiffeurs ne travaillent par eux-mêmes, ils leur demandent comment ils pourraient aménager leur lieu de travail afin de pouvoir travailler de la manière la plus ergonomique et la plus simple qui soit sur le plan de l'organisation.

Au niveau des chaises de salon, il n'y a pas une chaise qui soit meilleure que les autres, mais c'est une question de choix personnel. Le sèche-cheveux classique est particulièrement bruyant et lourd. Un sèche-cheveux plus récent sera plus léger et moins bruyant. Les sèche-cheveux plus récents sécheraient un peu moins vite, mais dans une proportion vraiment négligeable.

Ils sont arrivés à la conclusion que si l'on veut arriver à des changements de comportement à long terme, il faut inciter les personnes à avoir recours à de nouvelles méthodes qui sont effectivement plus agréables, afin d'acquérir de nouvelles habitudes et de nouvelles expériences.

Question :

Et si les coiffeurs utilisent mal leur corps chez eux ou à la salle de fitness, par exemple ? Mme Schoeningen indique qu'il est important que nous soyons conscients de notre corps et pas seulement sur le lieu de travail. En tant que profession à risques, il est important d'être conscient de ceux-ci. Bien souvent, l'on ne se rend pas compte que certains mouvements sont dangereux et l'on a parfois peur de se rendre ridicule auprès du client si l'on effectue par exemple des exercices dans le salon de coiffure.

10. Logo Ergohair

Pendant la pause, le vote a été dans le sens attendu par le Pr. A. Nienhaus. Le logo choisi sera utilisé lors des prochains ateliers. Etant donné que la problématique du projet durera après "Ergohair", il est nécessaire de continuer à l'utiliser également après. Nous allons également vérifier s'il existe encore un site Internet sur lequel le logo peut être utilisé.

11. Suivi médical des coiffeurs - l'approche et l'expérience en Belgique

Mathieu Verbrugghe, Ph.D., researcher Mensura, Belgique

Mathieu Verbrugghe se présente et présente Mensura. En Belgique, chaque entreprise qui compte 1 travailleur ou plus a un service de médecine du travail. Mensura est le plus important et travaille pour quelque 50 000 travailleurs. Il donne un aperçu de la législation relative au bien-être au travail, assure le suivi médical, fournit des chiffres et établit des conclusions.

Législation belge

En Belgique, il existe une loi sur le bien-être au travail. L'employeur est responsable de l'analyse des risques sur le lieu de travail, par ex. au niveau des produits chimiques. Outre cette loi, il existe également une Agence fédérale pour les Maladies professionnelles et les accidents du travail et les maladies professionnelles doivent être déclarées par leurs soins. Ils doivent également veiller au respect des droits des malades. Les codes des maladies professionnelles ne sont pas spécifiques à un secteur. Les affections de la peau, par ex., à la suite d'un contact permanent avec des colorants, l'asthme consécutif à une hypersensibilité provenant de l'usage de certaines matières (par ex. : les vêtements en latex) et les troubles qui ont une influence sur les tendons et les muscles et la surcharge de ces parties du corps.

Analyse de risque

Il se concentrera aujourd'hui sur les troubles liés au mouvement, basés sur une enquête. 3029 coiffeurs sont membres de Mensura, dont 2756 employeurs, où 1 ou 2 travailleurs font régulièrement partie de l'entreprise. L'enquête s'est déroulée de 2010 à 2016.

Mathieu Verbrugghe nous montre une diapositive d'un corps où l'on affiche les troubles en pourcentage. Les principaux troubles sont les maux dans le bas du dos, au niveau des épaules, du cou et dans une moindre mesure, au poignet et dans le haut du dos. Ces chiffres ne sont probablement que le sommet de l'iceberg. Il est possible que certains coiffeurs ne parlent pas de certains troubles au médecin. Nous constatons qu'en 2010-2016, les douleurs au niveau des épaules ont augmenté mais que les maux dans le bas du dos ont diminué après 2011. Lors d'exams médicaux, ils ont constaté que seuls 0.25% ont été déclarés en incapacité d'exécuter leur profession (principalement une incapacité temporaire et dans une moindre mesure, une incapacité permanente). Après l'incapacité, la plupart sont à nouveau capables de retourner travailler comme coiffeurs.

Ces codes de maladies professionnelles ne sont pas spécifiques au secteur de la coiffure. En 2016, il y a eu énormément de problèmes de tendons (mais ce code n'a été introduit qu'en 2015). Il y a eu également pas mal de problèmes de peau et, dans une moindre mesure, d'asthme.

Questions

Si les coiffeurs ne peuvent poursuivre leur travail à cause de douleurs persistantes, quelles mesures Mensura y réserve-t-elle ?

Mathieu Verbrugge fait référence à la présentation de Jane, dans laquelle elle indique que ce n'est pas toujours le médecin du travail qui interdit à une personne de continuer à exercer son travail, mais que cela s'effectue en concertation.

François Laurent fait remarquer qu'en Belgique, le médecin du travail est rattaché à l'employeur et que dès lors, certains travailleurs ont moins tendance à parler franchement de leurs problèmes, ce qui explique que de nombreux problèmes ne sont pas déclarés. François veut nous faire comprendre que les chiffres fournis par Mensura doivent être relativisés.

Philippe Vigneron indique que le Ministre de la Santé en Belgique souhaite remettre à partir du 01/01/2018 les chômeurs de longue durée au travail, ce qui est parfois déstabilisant pour les coiffeurs. Ce qui est important, c'est que 70% de ces travailleurs qui sont remis au travail sont à nouveau obligés de rester chez eux à la suite d'une incapacité de travail parce que l'employeur ne peut leur proposer de travail adapté.

12. Le bien-être des coiffeurs (Brian Suhr)

[Brian Suhr, International education coordinator Davines, Italie](#)

Brian Suhr est lui-même coiffeur et travaille pour l'instant comme education manager international chez Davines. Il est d'accord avec le fait que les coiffeurs sont vraiment des passionnés, qui prennent dès lors moins soin de leur santé. Chez Davines, ils sont très attentifs à la durabilité et à la santé. Lors des formations, ils ne disposent parfois pas du matériel correct comme des chaises de coiffeur, par exemple. Les coiffeurs sont parfois impatients ou un peu fainéants et utilisent par exemple la chaise à la hauteur à laquelle elle se trouve plutôt que de la régler à la bonne hauteur. Parallèlement, il est notoire que les coiffeurs n'ont pas spécialement le style de vie le plus sain. Il se réfère, par exemple, aux repas chez Davines, qui ont évolué de souvent peu sains (avec du vin aux repas) à une alimentation saine.

S'ils organisent des séminaires, ils tentent également d'aborder, outre les repas sains, le point de la forme pendant les ateliers, Ils collaborent avec Laura Oppici, physiothérapeute et ostéopathe qui a mis au point les exercices qui seront réalisés pendant les séminaires. Il est important d'appliquer toutes ces bonnes idées également à soi-même. Leurs formateurs y seront formés. Les participants à leurs séminaires abordent également le caractère sain des repas.

Un film de Davines a été projeté aux coiffeurs afin de leur faire prendre conscience de l'importance du bien-être au travail et qui leur montre des exercices (de respiration et du corps). Les personnes présentes réalisent après avoir réalisé ces exercices que leur condition physique n'est pas idéale. D'où l'importance de la conscientisation comme motivation à poursuivre ces exercices. Il est important de bien comprendre ces exercices et de les diffuser un maximum dans les écoles ! Ils commencent par des exercices que tout le monde sait normalement faire afin que chacun sente que c'est possible. Brian montre ensuite une courte vidéo dans laquelle il explique comment fonctionne une telle séance de travail. Il s'est inspiré d'une idée d'un coiffeur espagnol qui interrompait de temps en temps le travail au salon, mettait de la musique et permettait aussi bien aux clients qu'au personnel de danser sur la musique. Cela donne apparemment de l'énergie positive au salon !

Concernant l'alimentation saine, la manière de présenter l'alimentation est importante, ainsi que le goût. Les spécialistes de la beauté et les coiffeurs mangent par exemple tout à fait différemment (les coiffeurs mangent très mal). Il leur est conseillé de manger plus souvent des portions plus petites tout au long de la journée. De nombreux fruits et légumes et des portions adaptées. Règle des 80% : mangez jusqu'à ce que vous soyez rassasié à 80% étant donné que le cerveau a besoin de temps pour enregistrer le sentiment de satiété. Il est donc essentiel de prendre régulièrement des pauses, pendant lesquelles chaque coiffeur prend réellement une pause (pas de papotages, de sèche-cheveux, de pause commune). Ils essaient également de construire une espèce de communauté, ce qui accroît également la motivation à maintenir un style de vie sain. Ils ne proposent que de l'eau, pas de sodas. Une combinaison de protéines, d'hydrates de carbone et de graisses est essentielle. Il est également conseillé de manger dans le calme, sans téléphone, sans trop de distraction. Leurs formateurs sont conscientisés à ce propos. Si nécessaire, ils vous conseilleront également de prendre des suppléments, mais la plupart du temps, ce ne sera pas nécessaire (par ex. des vitamines supplémentaires, des oméga 3, etc.).

13. Sécurité et santé au travail des petites entreprises et des salons de coiffure (L. Munar).

Lorenzo MUNAR Project Manager, Prevention and Research Unit, European Agency for Safety and Health at Work, Bilbao – Espagne

Lorenzo Munar remercie l'organisation pour l'invitation. Il indique que son enquête porte également sur les entreprises qui ne sont pas des salons de coiffure et la façon dont ils traitent les problèmes de santé et de sécurité. Au sein du projet SESAME, les questionnaires sont pour 1/3 des travailleurs, pour 1/3 des employeurs et pour 1/3 des représentants des autorités.

En 2018-2020, un projet ambitieux qu'il va nous présenter, sera réalisé au sujet des TMS. En 2020-2021, une campagne relative au lieu de travail sain sera mise sur pied au sujet des TMS. L'agence européenne souhaite soutenir nos projets.

Le contexte de la politique de l'UE

Au sein de l'UE, 98.8% des entreprises sont des micro ou des petites entreprises (1- 49 travailleurs), qui représentent environ 50% des travailleurs.

Cela signifie qu'ils se concentrent sur ces micro ou petites entreprises, auxquelles elles veulent donner des outils pratiques et également des outils OiRA.

Projet SESAME

Il existe plusieurs attitudes de prévention au travail.

1. Les avoiders (l'évitement : les accidents, ça arrive, il est difficile de les éviter)
2. Les reactors (il ne s'agit pas d'une partie agréable du travail, mais une analyse des risques doit être effectuée)
3. Les learners (ne disposent pas de la connaissance mais sont disposés à l'apprendre)

De nombreuses entreprises n'effectuent dès lors pas d'analyse de risque. Elles disent que ce n'est pas nécessaire, parce que :

- nous connaissons déjà les risques

- nous manquons de connaissances
- la procédure est trop complexe
- il n'y a pas vraiment de gros problèmes.

Les outils qui peuvent aider à réaliser des analyses de risque sont les suivants :

- actions des autorités (inspection, même si les chances de contrôle dans les petits salons sont maigres)
- recommandations par les autorités, soutenues par les partenaires sociaux
- interaction directe, face-to-face
- proposer des solutions à des problèmes concrets
- Utiliser l'informatique pour fournir des conseils et un accompagnement (par ex. : des vidéos)
- proposer des outils gratuites et simples approuvés par les autorités (par ex. : utiliser des meilleurs sèche-cheveux)
- proposer des E-tools (par ex. : OiRA)
- action depuis le secteur
- approche coordonnée (formations, actions, etc.)

Projet TMS 2018-2020 par l'OSHA

Il s'agit d'un projet particulièrement ambitieux.

Objectifs :

- augmenter la visibilité et récolter davantage de données sur les TMS
- viser la prévention des TMS : prise de conscience, en définir les moyens
- soutenir les décideurs afin de soutenir les actions préventives sur le lieu de travail
- tenter de réintégrer sur le lieu de travail les travailleurs souffrant de TMS par le biais de mesures efficaces
- par le biais d'une enquête, identifier les causes sous-jacentes des TMS et définir les priorités

L'OSHA peut encore collaborer avec Ergohair afin d'examiner et de déterminer les objectifs (qui doivent encore être validés).

Ils tentent d'atteindre plusieurs *résultats* dont

- l'établissement de rapports
 - les faits et chiffres
 - répertorier les nouveaux risques
 - plans d'approche, répertorier les programmes relatifs aux TMS
- brochures d'information
- pictogrammes
- infographie
- ateliers et conférence
- base de données des TMS avec moyens pédagogiques

Il existe déjà 12 outils OiRA en Europe.

L'idée est de rédiger avec Ergohair une vidéo et des éléments infographiques au niveau européen et national.

L'outil OiRA a déjà souvent été utilisé dans les formations professionnelles et est non seulement utilisé pour réaliser une analyse de risque, mais aussi pour conscientiser les personnes.

Les informations existantes sur OiRA peuvent être utilisées par les participants Ergohair, comme par exemple les conseils d'utilisation sur les réseaux sociaux.

Elles peuvent soutenir le projet Ergohair en lui donnant davantage de visibilité, en publiant les résultats ou en utilisant des éléments dans leurs rapports.

Pour eux, le projet Ergohair est une priorité et ils souhaitent nous soutenir.

Il donne un exemple de l'app Coach L'Oréal Pro. Il s'agit d'une app gratuite réalisée par L'Oréal, qui contient également des exercices pour éviter les TMS. Il s'agit d'un exemple d'une app de qualité.

Outre la prévention des TMS, nous avons également un outil électronique pour les substances dangereuses, qui n'est pas encore lancé.

Il présente encore quelques hyperliens dans le PPT, reprenant des infos utiles.

Questions

J. Minjollet se demande ce qu'il en est des indépendants. M. Munar explique qu'il ne peut s'exprimer au nom de la Commission européenne mais réalise qu'il existe de nombreux indépendants. Il explique qu'ils travaillent au niveau européen et veulent appliquer le moins de discrimination possible et mettent donc également les informations à disposition des indépendants.

D. Theodorakis se demande quel est le point de vue de l'agence par rapport aux éventuelles substances nocives (par ex. : substances provoquant probablement le cancer). M. Munar indique que le problème provient du fait que les coiffeurs sont considérés comme des clients quand il s'agit de l'utilisation de produits cosmétiques. Le problème réside dans le fait que les TMS et les produits cosmétiques sont abordés et traités sur d'autres forums.

14. Divers

Le bus partira à 17h05 ver l'hôtel Ibis.

Il repartira à 18h20 depuis l'hôtel Ibis vers l'activité du soir.

AU Quai Restaurant
Grosse Elbstrasse 145 b-d