

<b>Zeitschrift:</b>	Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile
<b>Herausgeber:</b>	Spitex Verband Schweiz
<b>Band:</b>	- (2016)
<b>Heft:</b>	3
<b>Artikel:</b>	La santé du dos : un "must" contre la pénurie de personnel
<b>Autor:</b>	Meier, Karin
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-852761">https://doi.org/10.5169/seals-852761</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 31.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# La santé du dos: un «must» contre la pénurie de personnel



Les maux de dos sont l'une des raisons qui incitent le personnel soignant à changer de métier. Photo: istock

Les infirmières ont un risque accru de souffrir du dos. Visant à réduire les charges dorsales auxquelles sont exposés les soignants, la solution de branche H+ a lancé le projet «Santé du dos dans les soins». Ces lignes directrices recommandent les bonnes pratiques pour un transfert des patients ménageant le dos. Leur efficacité est évaluée dans des institutions pilotes.

Le dos des professionnels de la santé est – comparé à celui d'autres groupes professionnels – particulièrement vulnérable: selon le secrétariat d'Etat à l'économie (SECO), 41,5 % des professionnels travaillant dans le secteur de la santé et de l'action sociale souffrent de maux de dos ou de reins. Seul le secteur agricole dépasse ce pourcentage. Des soignants travaillant en rotation d'équipes sont particulièrement concernés. Le SECO estime qu'ils courrent dix fois plus de risques d'avoir des problèmes de dos. Un sondage de la solution de branche H+ indique que 60 % des soignants interrogés ont souffert de maux de dos dans les quatre semaines précédant l'enquête.

Le risque accru de souffrir du dos est dû aux charges que les soignants doivent maîtriser. Les facteurs de risques sont notamment les postures douloureuses ou épuisantes, le

port ou déplacement de lourdes charges ou de personnes ainsi que des horaires de travail irréguliers qui rendent l'harmonisation entre travail et famille particulièrement difficile. Même la pression de toujours faire plus, des conditions de travail peu satisfaisantes ou un harcèlement peuvent favoriser des problèmes dorsaux.

### Un disque trop sollicité

Le transfert des patients est un élément incontournable du travail des soignants. Il impose une contrainte considérable sur les disques intervertébraux. En Allemagne, la pression sur les disques intervertébraux du personnel soignant âgé de 30 à 50 ans qui s'occupe du transfert des patients a été évaluée. Le résultat ne laisse aucun doute: les transferts de patients immobiles faits d'une manière conventionnelle dépassent la limite d'élasticité du disque intervertébral, même chez les femmes plutôt jeunes. Ceci est constaté lors de tous les transferts: lorsqu'on soulève la partie haute du corps, tout comme quand on déplace le patient latéralement ou du bord du lit vers une chaise. Une approche kinesthésique réduit considérablement la pression sur le disque, mais il sera toujours trop sollicité chez les femmes de plus de 50 ans. Même des moyens auxiliaires comme les planches de transfert sont des solutions insuffisantes quand le dos est fortement sollicité. Seul un lève-patient qui déplace le patient en toute sécurité ménage le dos des soignants.

Pour mieux protéger la santé du personnel soignant, la solution de branche H+ a confié le projet «Santé du dos dans les soins» (GRIP) à la maison AEH Centre pour la santé au travail à Zurich. Cette initiative n'est pas entièrement désintéressée: les maux de dos sont l'une des raisons qui incitent le personnel soignant à changer de métier. Pour le gestionnaire de projet GRIP, Samuel Schluep, l'impact positif de la fidélisation à la profession est évident: «Si en moyenne, les soignants restent une année de plus à leur poste, il n'y aurait plus de pénurie dans ce secteur.» Eviter que le personnel ne quitte l'emploi en raison de problèmes de dos est donc également un objectif du GRIP. Le projet vise en outre à faire mieux respecter les obligations légales. Selon l'ordonnance 3 de la loi sur le travail, les employeurs sont tenus de mettre à disposition des équipements qui permettent le «déplacement des charges lourdes en vue de réduire, autant que possible, le risque encouru par les travailleurs.» Le projet GRIP repose sur une large assise et est soutenu par des partenaires sociaux, H+ Les Hôpitaux de Suisse, l'Association suisse des infirmières et infirmiers (ASI), l'Association suisse des médecins-assistant(e)s et chef(fe)s de clinique (ASMAC) et

le Syndicat des services publics (SSP). Le projet est également encouragé par la SUVA et le SECO.

### Un défi pour tous les échelons hiérarchiques

La première phase du projet est la Ligne directrice «Santé du dos dans les soins». Elle incite les professionnels de la santé à tous les niveaux hiérarchiques à prévenir l'exposition des soignants à des charges très élevées: le comité de direction et la direction, les responsables hiérarchiques et le personnel soignant sont concernés. «Tous les niveaux doivent s'engager pour qu'un mode de travail ergonomique soit pratiqué d'une manière durable», dit Samuel Schluep. Le cadre hiérarchique est tenu de mettre à disposition des espaces et des moyens appropriés. Les responsables veilleront à ce que les mesures prises dans leur secteur soient mises en œuvre et que les collaborateurs soient formés. Le personnel soignant s'engage à planifier le transfert des patients sans effort excessif pour le dos et à utiliser des moyens mis à disposition. La Ligne directrice a été publiée sur le site web de H+, [www.hplus.ch](http://www.hplus.ch).

### Mise en œuvre complète en 2018

La deuxième phase du projet GRIP résume l'expérience internationale des bonnes pratiques dans un manuel en livrant une approche pluridimensionnelle: le projet examine les aspects techniques, organisationnels et personnels. Les aspects techniques sont les moyens appropriés pour le transfert des patients et l'espace suffisant dans les locaux. Le niveau organisationnel concerne la planification des soins et l'intégration dans le quotidien des principes d'un transfert de patients ménageant le dos des soignants. Au niveau personnel, le projet examine la question de la formation des soignants.

Aujourd'hui, le projet se trouve au stade de la phase 3. Un projet pilote est en cours dans un hôpital pour soins aigus et dans un établissement de soins de longue durée. En mai et juin, le personnel concerné reçoivent une formation spécifique pour le transfert ergonomique de patients. Jusqu'à fin 2017, toutes les mesures proposées seront évaluées en phase 4 et adaptées si nécessaire. La phase 5 débutera en 2018: Il s'agira de la mise en œuvre des lignes directrices de bonnes pratiques dans les hôpitaux, les cliniques et les institutions de soins de la solution de branche H+.

Karin Meier

 [www.hplus.ch](http://www.hplus.ch)