



Une série de bulletins d'informations pour garder nos membres renseignés et en sécurité

**Numéro 4**  
**31 octobre 2007**

**Objet :** Sécurité des pieds à la tête

Les pieds peuvent subir des blessures au travail. Ils peuvent être perforés, écrasés, lacérés ou foulés. Le manque d'attention portée à la sécurité des pieds peut causer des glissades, des trébuchements et des chutes. Ce genre d'accidents compte pour 15% de toutes les blessures signalées au Canada.

Les pieds ne subissent pas de blessures uniquement lorsqu'ils sont en mouvement – les pieds peuvent également endurer des blessures lorsqu'ils sont inactifs au même endroit pendant de longues périodes. La station debout prolongée fatigue non seulement les pieds, mais peut entraîner un désalignement des articulations des pieds ou même occasionner de l'inflammation qui peut ensuite causer de l'arthrite et du rhumatisme.

De plus, les travailleurs portent souvent des chaussures qui sont inconfortables. Le port de bottes inadéquates peut causer des ampoules, des callosités, de la corne, de l'arthrite, une malformation des orteils, un affaissement des voutes plantaires, des oignons et d'autres problèmes.

Un travailleur qui a mal aux pieds est souvent moins vigilant et donc plus susceptible de subir différentes blessures au travail. La première étape pour réduire les problèmes de pieds sur les lieux de travail consiste à identifier les risques potentiels.

#### **Comment sont conçues les tâches**

Les tâches devraient faire appel à diverses postures du corps qui solliciteront différents muscles. La rotation des postes de travail, l'élargissement des tâches, le travail par équipe ainsi que des pauses courtes et fréquentes sont tous des moyens qui peuvent contribuer à réduire les blessures aux pieds.

#### **Comment est conçu le lieu de travail**

Un poste de travail devrait permettre au travailleur de changer de position. Un appui-pieds ou repose-pied permet de déplacer le poids d'une jambe sur l'autre et ainsi réduit la fatigue du bas des jambes et des pieds.

#### **Sur quoi reposent nos pieds**

Un plancher très dur, comme le béton, produit le même effet qu'un marteau qui cognerait sur les pieds à chaque pas. Tout autre type de plancher est préférable - le bois, le liège, la moquette ou le caoutchouc. En dernier ressort, un tapis anti-fatigue procure un coussinage qui aide à restreindre la fatigue des pieds, mais il doit être utilisé avec précaution.

#### **La mode peut être douloureuse**

Il est déconseillé de porter des souliers pointus et des talons hauts au travail. Les problèmes de chaussures ne sont toutefois pas tous aussi évidents. Une bonne chaussure doit posséder les caractéristiques suivantes :

- La face interne doit être bien droite du talon jusqu'au bout du gros orteil. La chaussure doit retenir fermement le talon.
- Le bout doit permettre aux orteils de bouger librement.
- La chaussure doit être attachée sur le coup-de-pied afin d'empêcher le pied de glisser pendant la marche.
- La chaussure doit être munie d'un talon bas et large ; on recommande les chaussures à talon plat.
- La chaussure doit être ajustée. Ne croyez pas que des chaussures serrées s'étendront avec le temps.
- Des semelles amortissant les chocs peuvent aider à protéger les pieds contre les chocs.

De nombreuses lois canadiennes en santé et en sécurité au travail exigent que les travailleurs exposés à des risques de blessures aux pieds soient tenus de porter des chaussures de protection approuvées par l'Association canadienne de normalisation (CSA).

***Le comité national du STT en santé et en sécurité***

