

# Strains at School – Proper Lifting Techniques Stats and Facts – French



## FAITS

1. **Techniques De Levage Inappropriées:** Se pencher à la taille ou se tordre en soulevant peut solliciter excessivement le bas du dos.
2. **Postures Contraignantes:** Atteindre au-dessus du niveau des épaules ou tendre les bras pour soulever des objets accroît le risque de blessures musculo-squelettiques.
3. **Surmenage:** Tenter de soulever des articles lourds ou volumineux sans aide ni dispositifs mécaniques peut provoquer des blessures.
4. **Levage Répétitif:** Effectuer sans pause les mêmes tâches de levage peut entraîner des troubles traumatisques cumulatifs.
5. **Chaussures Inadéquates:** Porter des chaussures inappropriées peut provoquer des glissades, trébuchements ou chutes lors des activités de levage.
6. **Manque De Formation:** Les élèves et le personnel scolaire manquent souvent de formation formelle sur les bonnes techniques de levage, ce qui accroît le risque de blessures musculo-squelettiques lorsqu'ils manipulent du matériel scolaire lourd ou de l'équipement sportif.

## STATISTIQUES

- En 2021-2022, les troubles musculo-squelettiques (TMS) représentaient 27,7 % de toutes les blessures et maladies professionnelles graves dans le secteur privé.
- Le secteur des soins de santé et de l'assistance sociale a enregistré le plus grand nombre de blessures et maladies musculo-squelettiques en 2021-2022.
- WorkSafeBC a indiqué en 2025 que les blessures musculo-squelettiques liées au levage, y compris entorses et foulures, sont l'une des principales causes de réclamations professionnelles chez le personnel scolaire, avec plus de 3 000 réclamations annuelles en Colombie-Britannique.
- Une étude a révélé une forte prévalence de TMS (77,9 %) chez les enseignants en éducation spécialisée, les régions les plus touchées étant le bas du dos, l'épaule et le cou.
- Le Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (CCHST) a signalé en 2022 que 40 % du personnel scolaire occupant des postes à haut risque (p. ex. concierges, enseignants d'éducation physique) a subi des foulures dues au levage sans pratiques ergonomiques appropriées.
- Un rapport de 2020 publié dans le Journal of School Health a constaté que 20 % des élèves du secondaire et du deuxième cycle du primaire souffraient de tensions à l'épaule ou au dos en raison de sacs à dos pesant plus de 15 % de leur poids corporel.