



Les pathologies liées au travail et au stress

Quel que soit le métier, chacun passe quotidiennement de nombreuses heures dans la même posture, à répéter le même mouvement. Être assis devant un ordinateur, porter des objets, des caisses ou des outils, faire un travail manuel avec un bras toujours sollicité, ou simplement travailler dans des positions pénibles sont des facteurs de nombreux troubles musculo-squelettiques (TMS). Le stress et les efforts du quotidien : porter les enfants, faire du ménage, du bricolage sont également des éléments à prendre en compte.

Comment se manifestent-ils ?

Les troubles du sommeil apparaissent, la concentration au travail devient difficile, les douleurs se font ressentir, et de la fatigue morale peut en découler. Le temps passé au travail est important, et lorsque l'ergonomie est mauvaise, les TMS se manifestent par l'apparition de douleurs et autres gênes diverses.

L'ostéopathie pour tous les métiers

Maçon, agriculteur, vendeur, ouvrier de l'électronique, cuisinier, technicien de surface, etc. peuvent être tous sujets à des TMS. Fatigue oculaire, maux de tête, mal de dos, raideur du cou et des épaules, fourmillements dans les doigts, sont les principales pathologies liées au travail sur lesquelles l'ostéopathie peut agir.

Les TMS touchent toutes les professions, quel que soit le secteur d'activité, et représentent plus de 80% des maladies professionnelles actuellement reconnues. À l'écoute de ces affections musculaires ou articulaires liées aux conditions de travail, l'ostéopathe utilise une méthode de soins qui s'emploie à déterminer et à traiter les restrictions de mobilité qui peuvent affecter l'ensemble des structures composant le corps humain.

Grégory Barnier, ostéopathe
www.osteopathe-barnier-aix.com
Tél : 06.30.56.19.41