

Année 2004



Société de médecine du

travail et d'ergonomie de Lyon

N° 335

Novembre – Décembre 2004

Sommaire

	Page :
1 – Prochaines réunions de la Société :	2
2 – Compte-rendu de la réunion du 24 septembre 2004 sur la nutrition :	2
3 – Congrès de Lyon 2006 :	3
4 – Nous avons lu pour vous :	3
5 – Informations diverses :	4

1 – PROCHAINES RÉUNIONS DE LA SOCIÉTÉ

Le vendredi 17 décembre 2004

se tiendra de **14 h à 17h** notre réunion annuelle de **communications**, dans la salle de conférences d'EDF, 9 rue des Cuirassiers Lyon 3eme (secteur Part-Dieu Sud, parking Centre Commercial Part-Dieu Cuirassiers).

Cette séance verra se dérouler la remise du **prix PARSAT** : ce prix organisé par les services interentreprises de santé au travail du Rhône, est destiné à récompenser annuellement le travail d'un interne en médecine du travail.

La réunion sera suivie du traditionnel **apéritif** de fin d'année.

+++++

Le vendredi 28 janvier 2005 se tiendra de **14 h à 17h** notre réunion, sur le thème

Risques routiers et travail

Nous serons reçus par nos collègues Barbara Charbotel et Philippe Davezies dans les locaux de **l'INRETS** (Institut National de REcherche sur les Transports et leur Sécurité), 25, avenue François Mitterrand à **Bron**, dans la banlieue Est de Lyon.

Tramway ligne T2 arrêt Hôtel de ville Bron, puis bus 25 direction Bron François Mitterrand.

Interviendront notamment **Bernard Laumon** directeur de recherche, auteur d'une étude sur les stupéfiants et le risque routier et **Jean-Yves Le Teste**, chargé de mission risque routier à la CRAM Rhône-Alpes.

2 - COMPTE-RENDU DE RÉUNION:

Le vendredi 24 septembre 2004

nous avons accueilli Madame le Professeur **Laville**, spécialiste des maladies endocriniennes et de la nutrition. Le thème de la réunion était :

« **Comportements alimentaires , modes de vie et travail .** »

Madame Laville nous a parlé longuement de l'obésité et de sa prévention, en faisant référence à l'actuel **Plan National Nutrition Santé** (PNNS).

« L'obésité est une maladie car elle peut remettre en cause le bien-être somatique psychique et social

de l'individu. »

Elle se définit soit par un indice de masse corporelle supérieur à 30.

IMC= Poids (kg)/ Taille (m²)

soit, en pratique, en mesurant le tour de taille à l'ombilic : supérieur à 100 cm chez l'homme et 90 cm chez la femme.

L'obésité est une véritable épidémie dans nos pays occidentaux avec des chiffres d'obésité infantile multipliés par 3 à 5 en 15 ans.

Les causes sont à la fois génétiques et environnementales : la découverte en 1994 de la **leptine**, hormone produite par le tissu adipeux, qui inhibe le centre hypothalamique de l'appétit, n'a pas été concluante (leptinorésistance ?).

L'obésité est une véritable épidémie dans nos pays occidentaux avec des chiffres d'obésité infantile multipliés par 3 à 5 en 15 ans.

Les recherches en cours devraient permettre une meilleure compréhension des déterminants de l'obésité :

Génétiques Comportement alimentaire, Métabolisme (dépense énergétique, développement du tissu adipeux, utilisation des nutriments), Activité physique
Epidémiologiques et sociologiques

Les conséquences sont multiples et particulièrement sérieuses :

- Risque accru de cancers (sein, endomètre, colon, prostate)
- maladies cardiovasculaires
- apnées du sommeil
- arthrose et risque chirurgical

La prévention peut paraître simple voire simpliste :

« se faire plaisir en mangeant et pratiquer une activité physique régulière . » C'est l'affaire de tous :

- Des Médecins : Généralistes et pédiatres Médecins du travail Médecins scolaires
- De l'agro-alimentaire, des sociétés de restauration..
- De l'école, des pouvoirs publics De la famille, de l'individu

Quelques notions simples :

Promotion de l'activité physique dans la vie quotidienne

- Encourager les déplacements à pied en ville ;
- Conseiller la marche à pas régulier et soutenu > 30 min/ j
- Rappeler la présence d'escaliers sur les ascenseurs ;
- Promouvoir l'activité physique à l'école, au travail et

au cours des loisirs ;

- Créer des centres d'activité physique économiquement accessibles ;

Promouvoir les droits du piéton et du cycliste.

- l'information nutritionnelle visant à réduire les excès d'apports caloriques :
 - diminution de la densité calorique de l'alimentation (lipides) et des boissons (alcool)
 - limitation des prises alimentaires en dehors des repas.
- Les messages de prévention doivent aller à l'encontre de la promotion d'un « idéal minceur » source de désordres du comportement alimentaires, de déséquilibres nutritionnels et de troubles psychologiques.

Les actions de prévention doivent donc être orientées sur l'équilibre alimentaire et l'activité physique et exclure toute référence à la notion de poids idéal .

Information du consommateur :

- rendre l'étiquetage nutritionnel compréhensible et lisible pour les consommateurs

Etablir et instituer un code de bonnes pratiques

:/e

- Manger assis, dans le calme et la convivialité ; éteindre la télévision

- Eviter de sauter des repas et de manger en dehors des repas et des collations ;

- Respecter les rythmes alimentaires l'école et dans les entreprises.

- Diminuer la consommation d'aliments à forte teneur en graisse et en sucre et les remplacer par une consommation accrue et variée de fruits et de légumes ;

- Utiliser des méthodes de cuisson autres que la cuisson avec matière grasse , limiter l'ajout de matières grasses et consommer des produits demi-écrémés

- Limiter la consommation de boissons sucrées et alcoolisées ;

Consommer quotidiennement une ration de féculents, de pain, de légumes, de fruits et de produits riches en protéines

Le traitement a pour objectif de faire perdre **5 à 10 %** du poids et pas plus.
Il fait appel actuellement à deux molécules : la sibutramine (**Sibutral**), et l'orlistat (**Xenical**).

La place de la chirurgie : réservée à des obésités morbides (IMC sup. à 40), elle est parfois pratiquée de manière excessive (à Lyon ?).

Questions réponses avec la salle :

- Que penser des oméga 3 ?
Ce sont des acides gras polyinsaturés indispensables à notre nutrition, présents dans les noix et l'huile de colza. Actuellement objet d'une mode après la parution d'un livre grand public.

- Que conseiller à nos salariés pour la pause de midi ?

De faire un vrai repas équilibré, au restaurant d'entreprise quand il existe, ou au pire une pause-déjeuner avec un sandwich poulet-salade avec un yaourt et un fruit ;

- Que conseiller à nos salariés qui travaillent en horaires alternés ou dissociés ?

De gérer les horaires de pauses en collaboration avec le médecin du travail ;

- Y a t il des sites web intéressants ?

www.gros.org

site du GROS, Groupe de Recherche sur l'Obésité et le Surpoids ;

www.obesite.com

www.sante.gouv.fr

le site du Ministère de la Santé - rubrique nutrition , pour tout savoir sur le PNNS.

+++++

Madame Laville a eu l'amabilité de mettre à notre disposition le fichier Power-Point de son intervention : si vous souhaitez le recevoir par mail, adresser un courrier électronique à l'adresse de la Société (cf infra).

3 - CONGRES DE LYON 2006 :

Où en est-on du dossier à ce jour ?

Les dates sont confirmées : du mardi 30 mai au vendredi 2 juin 2006.

Le lieu : ce sera la **Halle Tony Garnier**

L'organisation : deux sociétés prestataires, organisatrices de congrès, sont en train de concourir. Le choix définitif sera connu courant novembre.

Les thèmes du congrès :

clinique médicale du travail, suivi des risques chimiques et mobilité, gestion des crises en milieu de travail, violences et travail, pluridisciplinarité, génotoxicité et cancérogenèse, champs électromagnétiques, indicateurs de santé, conduites addictives, transports, plan santé-travail.

Outre la journée d'études pour les infirmières du travail et celle pour les secrétaires des services de santé au travail, il est prévu d'organiser un **précongrès**, le mardi après-midi, sous forme d'ateliers de formation continue.

4 - NOUS AVONS LU POUR VOUS :

THESES :

1 - : Claire Philippon :

Syndrome d'épuisement professionnel (burn-out) : étude descriptive et recherche de facteurs associés chez 189 médecins généralistes rhônalpins:

Jury : Pr Bergeret, Pr Terra, Pr Moreau, Dr Laine.

Thèse de médecine Lyon 2004

Date de soutenance : 28 septembre 2004

Adresse de l'auteur : 6 place St Jean 69005 Lyon

Etude descriptive réalisée en juin 2003. Un quart des médecins interrogés présentent un épuisement émotionnel élevé, un quart des attitudes négatives envers leurs patients et un tiers une baisse d'accomplissement personnel importante ! L'auteur préconise l'amélioration du contenu qualitatif de la charge de travail (échanges constructifs confraternels, groupes de pairs, groupes Balint...etc.)

2 - : Claire Mériaux-Salmon :

Tunnelier et accidents de décompression, à propos de 33 observations chez les tubistes du chantier du tunnel de Caluire (Rhône)

Jury : Pr Bergeret, Pr Pacheco, Pr Viale, Dr Delafosse, Dr Baud.

Thèse de médecine Lyon 2004

Date de soutenance : 2 novembre 2004

Adresse de l'auteur : 87 rue du Fort Saint Irénée 69005 Lyon

25 intervenants ont été victimes de 33 accidents de décompression d'octobre 1995 à octobre 1996, lors du percement du tunnel du périphérique nord de Lyon. Les principaux facteurs de risque identifiés ont été les pressions d'intervention élevées, la durée, la répétition des travaux hyperbares, le non-respect de certaines consignes de sécurité dans les suites des interventions et surtout la sollicitation importante des articulations dans ces travaux physiquement

lourds.

4 – INFORMATIONS DIVERSES

1 – Journée d'études : « Expositions professionnelles aux champs électromagnétiques 0 – 300 GHz. Pour comprendre et appliquer la directive européenne . »

Organisée par la Société Française de Radioprotection (SFRP) elle se déroulera à Paris le **mercredi 15 décembre 2004.**

Renseignements : Martine Souques, Service des Etudes médicales EDF 22 rue Joubert 75009 Paris
Tel : 01 55 31 46 06

+++++

2 – Congrès International Méditerranéen de Santé au Travail

Ces journées se dérouleront à **Cagliari** en Sardaigne du **19 au 21 mai 2005.**

Renseignements : Pr Cantineau Service de Pathologie Professionnelle 1 place de l'Hôpital 67091 Strasbourg Cedex tel : 03 88 11 64 66

+++++

3– Association Cœur et Travail

l'association Cœur et Travail organise à Lyon, sur le site de Marcy l'Etoile des Laboratoires Pasteur Mérieux Connaught, des journées d'études sur le thème :

La reprise après accident cardiaque

Les 27 et 28 janvier 2005 Coût : 597 euros HT

Renseignements : Dr Georges Argacha
31 rue Pr Deperret 69160 Tassin
tel : 04 78 34 04 57



Pour nous contacter :

Si vous désirez nous contacter, merci de nous écrire au siège de la Société ou sur l'adresse électronique de la Société :

SOC.MED.TRAV.LYON@FREE.FR