



# Soulager les lombalgies pour réduire les arrêts de travail : l'ostéopathie à l'épreuve du terrain

Etude réalisée par Santclair et publiée dans la revue médicale Douleur et analgésie.

## Mal de dos : un enjeu économique pour les entreprises

Cela représente :

**60 à 70 %** des salariés souffrent de **lombalgies**



**12,2 millions** de journées de travail perdues/an soit **57 000 emplois** à temps plein

**+1 milliard d'euros/an** de coûts directs pour les entreprises soit l'équivalent du coût des autres troubles musculosquelettiques (TMS)

**Mais aussi de nombreux coûts indirects :**

- Maintien de salaire et remplacement
- Désorganisation des équipes
- Baisse de productivité
- Démotivation
- Atteinte à l'image et à l'attractivité

Source : Assurance Maladie – Risques professionnels, 2017

### Face à l'ampleur du phénomène :

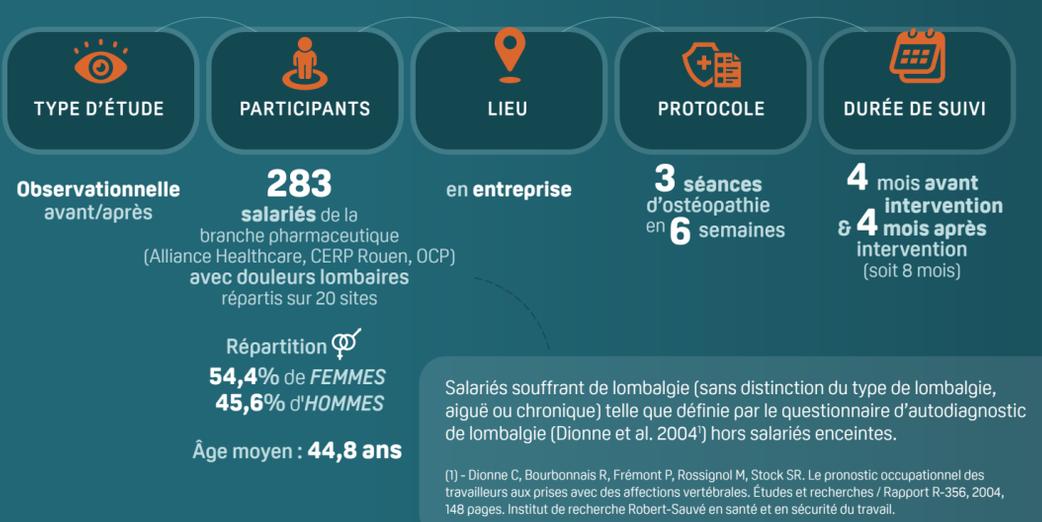
De plus en plus d'entreprises s'intéressent aux solutions de prévention et de prise en charge des TMS pour protéger leurs équipes, améliorer leur qualité de vie au travail et limiter l'impact sur leur performance.

### L'ostéopathie en entreprise : une piste prometteuse

Approche non médicamenteuse, l'ostéopathie agit par des manipulations manuelles ciblées pour prévenir et soulager les TMS. Bien que les données sur son efficacité pour les lombalgies en milieu professionnel soient limitées, l'étude que nous avons menée en collaboration avec le Syndicat Français Des Ostéopathes vise à en objectiver les bénéfices.

## Séances d'ostéopathie réalisées en entreprise : quels impacts sur les arrêts de travail des salariés souffrant de lombalgies ?

L'étude en un coup d'œil

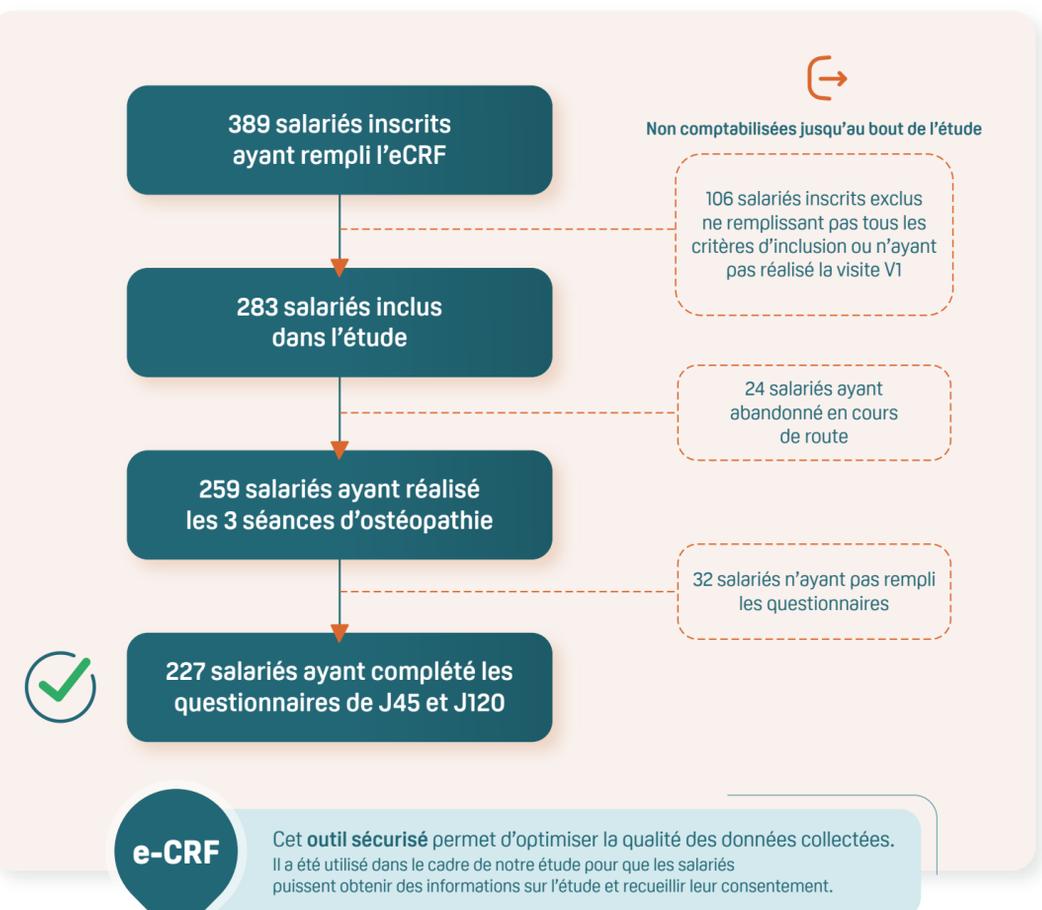
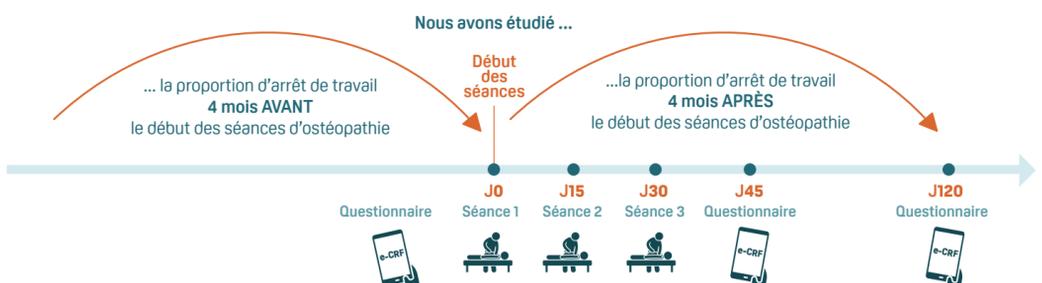


## Objectifs

Évaluer l'impact de séances d'ostéopathie en entreprise sur :

- les arrêts de travail pour lombalgie
- l'intensité des douleurs lombaires et les conséquences de la lombalgie sur les activités de la vie quotidienne des salariés
- la satisfaction des salariés à l'égard de la démarche

### Déroulé de l'étude



## Les résultats clés



### Durée cumulée des arrêts de travail < 20 jours :

Avant ostéopathie : **1,7 jours**    Après ostéopathie : **0,9 jour**

Réduction significative (p = 0,034)

**i** La baisse du taux d'arrêts de travail n'atteint pas tout à fait le seuil de significativité (p=0,058), mais elle suggère une tendance encourageante. Un effectif plus important aurait pu permettre de confirmer cet impact.

### Autres bénéfices mesurés

**81,3 %** des salariés ayant participé à l'étude déclarent que l'ostéopathie les a aidés à réduire leurs douleurs de dos.

**71,8 %** estiment que cela a amélioré leur qualité de vie au travail.

**50 %** pensent avoir évité de prendre un arrêt de travail grâce à l'ostéopathie.

**94,9 %** souhaiteraient que leur entreprise organise des séances régulières d'ostéopathie.

### Des améliorations cliniques observées

Diminution significative des douleurs lombaires **-1,2 point** (sur l'échelle EN\*)

Diminution du score d'incapacité fonctionnelle\*\* **-2,9 points**

### Vers une prévention active en entreprise

Les résultats de notre étude suggèrent que l'ostéopathie en entreprise pourrait être **une solution pour réduire** les arrêts de travail et améliorer la qualité de vie des salariés lombalgiques. Des résultats encourageants qui nécessitent des études complémentaires pour confirmer et renforcer ce signal prometteur.

\*L'échelle EN ou Échelle Numérique de la douleur évalue l'intensité de la douleur ressentie par auto-évaluation du patient notant de 0 à 10 sa douleur (0 signifiant aucune douleur et 10 la pire douleur imaginable).  
\*\*Le score d'incapacité fonctionnelle est une mesure utilisée pour évaluer le niveau de limitation d'un individu dans la réalisation de ses activités quotidiennes.

Etude publiée par le Dr Charlotte Garret, directrice du Lab Innovation de Santclair, dont les résultats complets sont accessibles dans la revue scientifique Douleurs et analgésie : [https://www.je.com/fr/revues/dea/e-docs/impact\\_de\\_saances\\_osteopathie\\_realisees\\_en\\_entreprise\\_sur\\_les\\_arrets\\_de\\_travail\\_des\\_salaries\\_souffrant\\_de\\_lombalgies\\_352651/article.html](https://www.je.com/fr/revues/dea/e-docs/impact_de_saances_osteopathie_realisees_en_entreprise_sur_les_arrets_de_travail_des_salaries_souffrant_de_lombalgies_352651/article.html)

Santclair SA au capital de 4 336 711 €, siège social au 7 Mail Pablo Picasso 44046 Nantes Cedex, RCS de Nantes n° 428 704 977