

SPÉCIFICITÉS ET RÉALITÉS POUR UNE PRÉVENTION EFFICACE DES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES DES TRAVAILLEURS SAISONNIERS

Dans de nombreux secteurs d'activité, les travailleuses et travailleurs saisonniers sont particulièrement exposés aux troubles musculosquelettiques (TMS). Alternance saison/hors saison, journées longues, rythmes intenses et contraintes physiques et mentales importantes rendent ces atteintes fréquentes et souvent chroniques. Cet article présente un portrait de situations de travail à risque de TMS en contexte saisonnier et s'attache à mieux comprendre ses particularités afin d'éclairer les actions de prévention des TMS.

MARIE-ÈVE MAJOR
département
des Relations
industrielles,
université de
Sherbrooke
(Canada)

Le travail saisonnier fait partie intégrante du monde professionnel et participe à l'économie. Plusieurs secteurs d'activité emploient des travailleurs saisonniers : l'agriculture, la pêche, la transformation alimentaire, la foresterie, les activités touristiques... Ces travailleurs semblent particulièrement touchés par les troubles musculosquelettiques (TMS). Des conditions de travail difficiles où s'entremêlent de fortes contraintes organisationnelles et temporelles, et qui ont des conséquences sur les dimensions physiques et psychosociales du travail, contribueraient la survenue de ces affections chez les saisonniers. Il serait d'ailleurs commun d'accepter ces contraintes en contexte saisonnier, puisqu'elles sont perçues comme passagères le temps d'une saison. Le contexte du travail saisonnier est aussi identifié comme pouvant représenter une incompatibilité avec une prise en charge et un suivi des problèmes de santé de ces travailleurs.

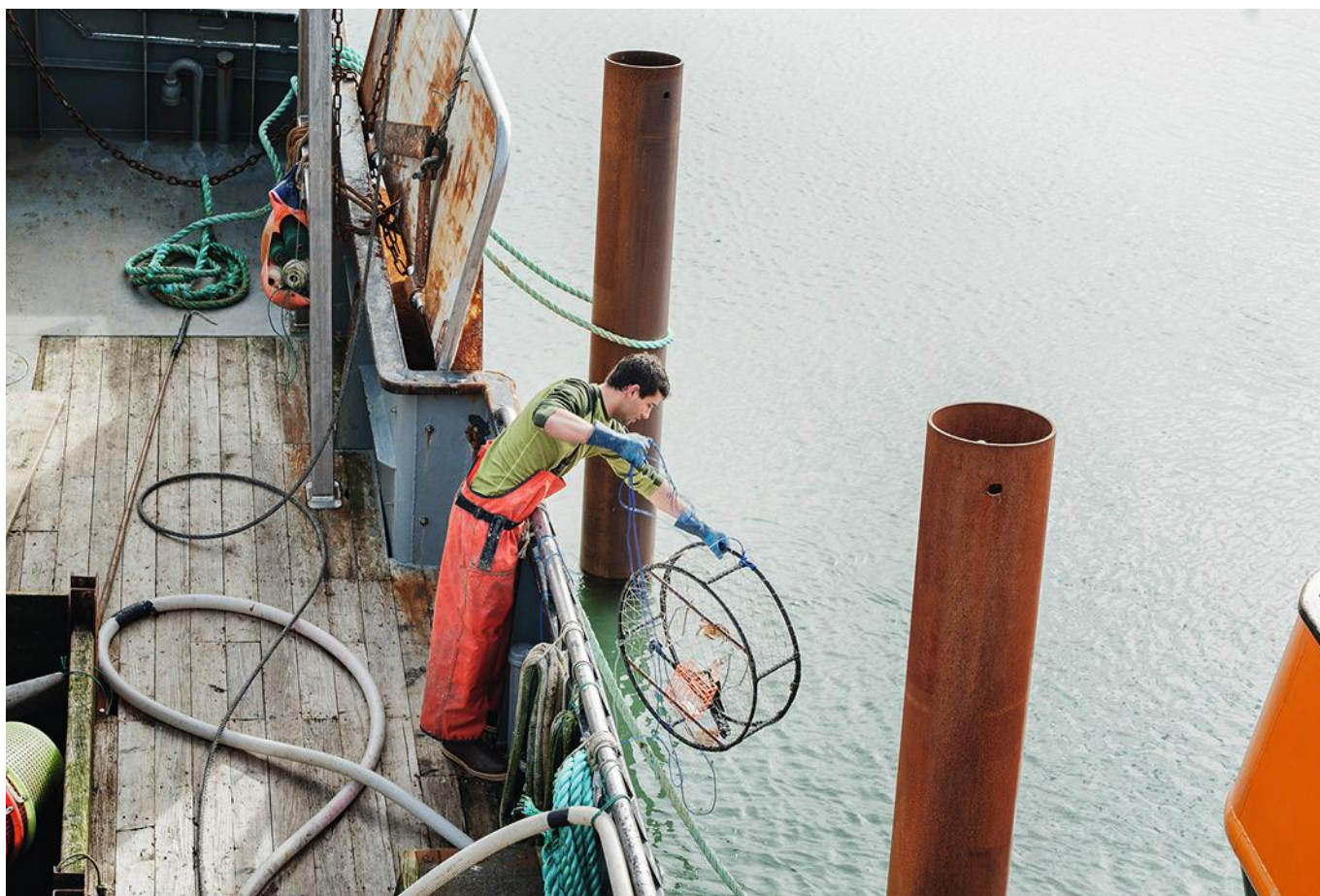
Travail saisonnier : une forme du travail aux caractéristiques singulières et complexes

D'emblée, il convient de souligner que, bien que le travail saisonnier apparaisse comme une réalité commune, il se révèle être d'une grande complexité. De plus, les caractéristiques de cette forme de travail sont peu documentées et encore moins décrites de manière spécifique. De façon générale, le travail saisonnier est défini comme un emploi rémunéré, non permanent, qui ne dure que le temps d'une « saison » [1,2].

Le travail saisonnier revêt de multiples facettes : il peut être choisi ou subi, et occasionnel ou récurrent. Pour certains travailleurs saisonniers, cette forme de travail constitue un choix de mode de vie leur permettant de concilier travail et loisirs, ou travail et études. Alors que pour d'autres, cette forme de travail représente l'unique option possible dans une région ou une communauté, ou encore elle constitue la norme dans certains secteurs industriels dépendant essentiellement de ressources naturelles et/ou de fluctuations saisonnières. Ces travailleurs y occupent fréquemment le même emploi année après année (travailleurs saisonniers récurrents). À ce portrait, s'ajoutent les travailleurs qui cumulent plusieurs emplois saisonniers au cours d'une année au rythme des saisons ou des productions, ainsi que les travailleurs provenant d'un pays étranger (par exemple : travailleurs étrangers temporaires, travailleurs migrants) qui sont embauchés le temps d'une saison, notamment pour pallier un manque de main-d'œuvre locale. Cette diversité mérite d'être prise en compte pour mieux appréhender les risques spécifiques et développer des actions préventives appropriées aux réalités et besoins de ces travailleurs et entreprises.

Une activité de travail marquée par de fortes contraintes

La littérature scientifique rapporte une problématique importante de TMS des membres supérieurs, du dos et des genoux chez les travailleurs saisonniers et ce, malgré une sous-déclaration [3-5].



© Amanda Schwinghammer / Adobe Stock

Les saisonniers récurrents seraient également particulièrement exposés au risque de développer des problèmes musculosquelettiques chroniques, en raison de la pénibilité du travail à laquelle ils sont confrontés année après année et du peu de ressources et de moyens mis à leur disposition dans le cadre de leur travail, en dépit de l'alternance avec une période hors saison [6]. Des études s'étant intéressées au travail saisonnier ont mis en évidence des conditions de travail particulièrement difficiles, où les travailleurs saisonniers seraient davantage concernés par les lésions professionnelles, comparativement aux travailleurs permanents. Notamment, les résultats d'une étude portant sur 255 travailleurs du secteur agricole en Nouvelle-Zélande ont montré que le nombre et la gravité des blessures chez les travailleurs saisonniers étaient plus importants, comparativement aux travailleurs permanents au sein d'une même équipe pour des tâches identiques ou similaires, en considérant la durée d'exposition [7]. Dans le secteur de la pêche, la prévalence des TMS a été rapportée comme étant quatre fois plus élevée auprès des saisonniers que des travailleurs permanents [8]. Dans certains secteurs, comme celui de la transformation et de la mise en conserve de fruits et de légumes, les postes occupés par des saisonniers sont rapportés

comme présentant des conditions de travail difficiles, avec des taux de roulement et d'absentéisme qui seraient plus importants que ceux des travailleurs permanents [9].

D'importantes contraintes physiques (biomécaniques), notamment en ce qui concerne les postures (par exemple : flexion prolongée du dos, posture debout statique), des efforts (forces, port de charges), des pressions mécaniques, des chocs et des impacts ainsi que des vibrations transmises aux mains et/ou au corps entier, sont fréquemment rapportées dans bon nombre de secteurs caractérisés par une saisonnalité du travail. Que l'on pense aux activités de manutention de casiers de pêche, de désherbage, de cueillette de fruits et de légumes, de travaux avec du bétail, de découpe de poissons, de triage et d'emballage de crustacés, de taille de la vigne, de plantation d'arbres et de débroussaillage, toutes impliquent une importante sollicitation musculosquelettique. Le travail se caractérise également par une grande répétitivité rapportée comme une « *nécessité de devoir travailler rapidement* », avec une cadence de travail élevée (pouvant être imposée mécaniquement par une machine, par le déplacement automatique d'un produit ou encore par l'affluence touristique), afin d'obtenir la meilleure productivité possible dans un



temps restreint. Ce rythme est souvent imposé dès le début de la saison de travail, période qui correspond à un retour au travail après une période hors saison de plusieurs mois pour les saisonniers récurrents. La durée de conservation des ressources naturelles (fruits, légumes, poissons, viandes, etc.) et le souci de préservation de leur qualité, ou encore l'affluence touristique en belle saison (activités touristiques : restauration, hébergement, stations touristiques), contribuent à un rythme de travail rapide.

Le travail est également marqué par une charge mentale élevée, qui est souvent sous-estimée lorsque l'on s'intéresse aux travailleurs saisonniers. Bon nombre de ces travailleurs évoluent au sein de conditions de travail caractérisées par une grande variabilité et une grande imprévisibilité : variabilité des ressources naturelles (qualité et quantité), des matières premières et des produits selon l'avancement dans la saison, imprévisibilité (ou du moins, caractère difficilement prévisible) des conditions météorologiques et climatiques. En réponse, une activité cognitive complexe, impliquant des processus tels que l'évaluation, la planification, la prise de décision, la mémorisation et la résolution de problèmes, est sollicitée, souvent sous contrainte de temps. Cette charge mentale élevée est également présente dès le début de la saison [10]. On s'attend à ce que ces travailleurs satisfassent aux exigences du travail, dont celles physiques et cognitives, dès le premier jour de la saison, et ce, avec une efficacité professionnelle immédiate et intensive. Pourtant, le travail implique de devoir se (re)familiariser avec ses exigences et particularités, (re)mettre en pratique des savoir-faire et se (ré)approprier des stratégies. Cet apprentissage ou ce réapprentissage de gestes professionnels représentent une charge mentale particulièrement élevée [11].

Le travail en contexte saisonnier est également marqué par de fortes contraintes temporelles. L'imprévisibilité liée aux conditions météorologiques et aux ressources naturelles, ainsi que la survenue de plus en plus fréquente d'aléas climatiques (par exemple : sécheresses, inondations, feux de forêt) posent des défis pour les entreprises saisonnières sur différents plans, dont ceux de la gestion de la logistique et de l'organisation temporelle du travail [12]. Les propos d'un directeur d'usine de transformation de légumes obtenus dans le cadre d'une étude réalisée sur la prévention des TMS en contexte saisonnier [12]¹ illustrent d'ailleurs bien ces défis :

« Si quatre à cinq heures après leur récolte, les pois sont entreposés dans un camion en plein soleil, ils vont fermenter très rapidement. [...] L'objectif : congeler le produit en moins de quatre heures après la récolte. Donc côté logistique, main-d'œuvre et horaires de travail, c'est très compliqué », selon le

directeur d'une entreprise de transformation de légumes.

De plus, les entreprises de certains secteurs peuvent également être soumises à des politiques et directives ministérielles imposant des quantités maximales (exemples : quotas de pêche de certaines espèces) sur une période définie pour assurer la régénération des ressources naturelles. La pression du temps pour atteindre les objectifs de production en contexte saisonnier est donc particulièrement présente. Ces réalités avec lesquelles les entreprises et les travailleurs saisonniers doivent composer ont des répercussions importantes sur l'organisation de la production et l'organisation temporelle du travail et se traduisent, entre autres, par de longues heures de travail sur une base quotidienne et hebdomadaire, plusieurs journées consécutives de travail sans jour de repos, une imprévisibilité des horaires de travail, une grande variabilité de la production d'une journée à l'autre, ainsi que des incertitudes quant à la durée de la saison de travail [5]. Outre qu'elles occasionnent une exposition pouvant être intense aux facteurs de risque biomécaniques, ces contraintes temporelles et organisationnelles entraînent aussi une pression de travailler dans un état d'urgence et impliquent une mobilisation envers le travail à la fois du corps et de l'esprit, comme l'expliquent ces deux travailleurs saisonniers :

« Go! Go! Il faut que tu ré pares là. J'ai des pois qui vont pourrir dans la cour. Ça fait des années que je me sens comme un pompier, on est tous des pompiers ici. Le feu se propage et on l'éteint », décrit un travailleur saisonnier d'une entreprise de transformation de légumes.

« J'adore faire le maïs, mais ce sont les journées de 12 heures que je n'aime plus. Je n'en suis plus capable. [...] Douze heures, c'est vraiment beaucoup. Ce n'est pas juste dur pour le corps, ça devient dur pour la tête aussi, parce qu'on rentre à 6 heures le matin, il fait noir. On part à 6 heures le soir, il fait noir. On ne voit pas la lumière du jour. Il y en a qui n'ont plus de vie de famille. Ils partent le matin, les enfants sont couchés, ils reviennent le soir... Tu manges, tu fais ta vaisselle, tu te laves, tu vas te coucher. [...] C'est très intense », détaille une travailleuse saisonnière d'une entreprise de transformation de légumes.

L'incertitude de la durée de la saison, les minces possibilités d'emplois alternatifs dans une région pour plusieurs saisonniers locaux et la crainte de ne pas être en mesure de pouvoir cumuler suffisamment d'heures de travail sur la saison pour subvenir à ses besoins et ceux de sa famille, ou encore pour être éligible à des prestations de chômage lors de la période hors saison, accompagnent le quotidien de plusieurs travailleurs saisonniers [5]. Ces derniers tentent de gérer au mieux

les problèmes musculosquelettiques le temps de la saison. Diverses stratégies sont déployées, dont l'entraide entre collègues, l'adaptation des tâches et la consommation d'antalgiques pour gérer ses douleurs afin de parvenir à se maintenir au travail [13]. Au sein des milieux de travail, on semble miser sur cette résilience et les capacités des travailleurs saisonniers pour faire face à la pénibilité du travail au cours de la saison. Or, ces stratégies peuvent représenter des compromis coûteux pour la santé. À cet égard, des travaux portant sur le suivi longitudinal des TMS, réalisés auprès de travailleuses saisonnières œuvrant dans le secteur de la transformation des produits de la mer, mettent en évidence le caractère chronique et invalidant de ces problèmes de santé [6]. Ces derniers ont des conséquences sur les plans personnel, social et économique pour les travailleurs, les entreprises et la société.

Prévention des TMS : l'importance de prendre en compte le contexte saisonnier

S'il semble prioritaire que les autorités publiques promeuvent les actions de prévention des TMS en contexte de travail saisonnier et que les préventeurs et les entreprises développent de telles actions pour diminuer ces situations à risque et offrir davantage de ressources aux travailleurs saisonniers, une revue de la littérature scientifique fait ressortir que ces interventions sont peu nombreuses et que très peu tiennent compte des caractéristiques du contexte saisonnier [14]. De plus, une large part des interventions publiées visant la prévention des TMS en contexte saisonnier ont comme objectifs principaux la mise en place de changements techniques (par exemple : conception d'outils ou d'équipements de travail, aménagement de l'environnement ou du poste de travail), ou la modification de comportements (par exemple : développement d'un programme d'exercices physiques). Les effets de ces actions sur la prévention des TMS sont rapportés comme étant non concluants, ou encore ne sont pas documentés. Les principales recommandations découlant de cette recension soulignent la nécessité d'une prise en compte des caractéristiques spécifiques du contexte saisonnier lors de la mise en œuvre d'une intervention de prévention, ainsi que le besoin d'interventions reposant sur une approche multifactorielle, centrée sur le travail réel, pour intégrer de manière systémique la diversité des déterminants des situations à risque de TMS. Par ailleurs, les stratégies de mobilisation auprès des différents acteurs clés (employeurs, travailleurs saisonniers, décideurs publics, etc.) nécessitent d'être au cœur de la démarche de mise en œuvre et d'accompagnement, afin d'inscrire la prévention des TMS dans le temps.

Des indicateurs permettant de mieux comprendre des réalités et des particularités du contexte saisonnier

Les résultats d'une récente étude portant sur la prévention des TMS en contexte saisonnier [12] mettent en évidence différents facteurs permettant de mieux comprendre des particularités et des réalités importantes du contexte saisonnier, avec lesquelles les milieux de travail et les intervenants en santé au travail doivent composer. À titre d'exemples, ces facteurs touchent des dimensions telles que l'organisation temporelle du travail, les conditions environnementales et climatiques et la gestion de la logistique de la chaîne d'approvisionnement, les connaissances et les représentations sur les TMS, les pratiques préventives des TMS et les indicateurs de suivi, les pratiques managériales, la gestion de la SST et les communications dans l'entreprise. La prise en compte de facteurs liés au contexte s'avère incontournable pour concevoir et implanter des interventions préventives adaptées



© Andrea Cairone / Unsplash

et efficaces. Certains facteurs peuvent poser des défis, mais aussi représenter des opportunités pour favoriser la mise en place d'interventions de prévention des TMS. C'est notamment le cas de facteurs liés à l'organisation temporelle du travail. La saison de travail est souvent rapportée comme étant très intense et offrant peu d'ouverture à des projets d'amélioration. Or, une planification des différentes étapes de la démarche d'intervention de prévention par l'intervenant avec l'entreprise pendant la



Avertissement aux lecteurs

Les informations présentées dans cet article proviennent d'une série de travaux réalisés par l'auteur sur la prévention des TMS en contexte saisonnier. Les lecteurs souhaitant en savoir davantage sont invités à consulter les principaux documents publiés en lien avec le sujet [1,10,12]. Ces travaux ont été soutenus financièrement par l'Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST, Québec, Canada).

période hors saison, en vue de la mise en œuvre de différentes actions préventives des TMS durant la saison de travail, serait un levier important pour la mise en place de conditions favorables. Cette façon de faire permettrait à l'entreprise d'identifier l'intervention comme l'un des projets en cours lors de la saison de production et d'y allouer plus aisément les ressources nécessaires, comme en témoignent les propos de cette représentante de la direction d'une entreprise saisonnière de transformation de légumes :

« Pendant la période hors saison, c'est justement là qu'on fait tous nos projets, qu'on décide de notre organisation pour les différentes saisons qui vont venir : pois, maïs et carottes. [...] L'idéal pour nous, ça serait vraiment de tout structurer pendant l'hiver. Au début de la saison, quand on rencontre tous les employés, je pense que ça serait le bon moment de présenter ce projet [l'intervention de prévention des

TMS]. Avant que la production ne démarre, on lance notre projet [l'intervention de prévention des TMS] pour qu'il soit déjà en place quand la production commence. Parce que quand la production est partie, c'est vraiment dur de commencer un projet, il faut qu'on soit à jour dans tous nos projets. Il faut qu'on sache où on va... »

Conclusion

Les travailleurs saisonniers représentent une main-d'œuvre essentielle pour de nombreux secteurs d'activité, voire pour la survie économique de certaines régions qui dépendent des ressources naturelles. Si l'on reconnaît l'importance de la préservation des ressources naturelles, il semble en être bien différemment de la santé au travail des travailleuses et travailleurs saisonniers. La mise en œuvre d'actions visant la prévention des TMS, qui s'intéressent et tiennent compte des caractéristiques spécifiques du contexte saisonnier du travail, est nécessaire et d'autant plus importante face aux pénuries de main-d'œuvre, à une population active vieillissante et à une perte progressive de la vitalité socio-économique rurale. ●

1. Les verbatims proviennent d'une précédente étude scientifique réalisée sur la prévention des TMS en contexte saisonnier [12]. Ces extraits sont insérés à titre illustratif pour faciliter la compréhension des réalités de ce contexte de travail à partir des témoignages de travailleurs saisonniers et de directions d'entreprises saisonnières. La présentation des extraits dans cet article a été traitée afin d'en faciliter la lecture et la compréhension.

BIBLIOGRAPHIE

- [1] MAJOR M.E. – Étude ergonomique du travail saisonnier et de ses impacts sur les stratégies et les troubles musculo-squelettiques de travailleuses d'usines de transformation du crabe. Montréal, Université du Québec, 2011.
- [2] DE RAAF S., KAPSALIS C., VINCENT C. – Seasonal work and employment insurance use. *Perspect Labour Income*, 2003, 4 (9), pp. 31-37.
- [3] CHUBILLEAU C. ET AL. – Travail saisonnier et santé. La santé des travailleurs saisonniers de Charente-Maritime en 2009. ORS de Poitou-Charentes, 2012, p. 86.
- [4] FAUCETT J. ET AL. – Rest break interventions in stoop labor tasks. *Applied ergonomics*, 2007, 38 (2), pp. 219-226.
- [5] MAJOR M.E., VÉZINA N. – The organization of working time: developing an understanding and action plan to promote workers' health in a seasonal work context. *New Solut J Environ Occup Health Policy*, 2017, 27 (3), pp. 403-423.
- [6] MAJOR M.E., WILD P., CLABAULT H. – Développement méthodologique : indicateurs et profils pour le suivi longitudinal des TMS. *Perspect Interdiscip sur Trav Santé*, 2022, 24 (1), p. 28.
- [7] SCHWEDER P. – Occupational health and safety of seasonal workers in agricultural processing. University of New South Wales, 2008.
- [8] LIPSCOMB H.J. ET AL. – Musculoskeletal symptoms among commercial fishers in North Carolina. *Applied ergonomics*, 2004, 35 (5), pp. 417-426.
- [9] GROUPE AGÉCO – Étude sectorielle sur la transformation et la mise en conserve de fruits et légumes. 2017, p. 153.
- [10] MAJOR M.E., WILD P., CLABAULT H. – Travail saisonnier et santé au travail : bilan des connaissances et développement d'une méthode d'analyse pour le suivi longitudinal des troubles musculosquelettiques (R-1102). IRSST, 2020, p. 139. Accessible sur : <https://pharesst.irsst.qc.ca/expertises-revues/11/>
- [11] GOUPIL A., MAJOR M.E. – Start of the season in a seasonal work context: a better understanding of the difficulties experienced by seasonal workers in the food processing industry for the prevention of work-related musculoskeletal disorders. *Int J Environ Res Public Health*, 2024, 21 (8), p. 997.
- [12] MAJOR M.E. ET AL. – Facteurs facilitants et défis liés à l'implantation d'une intervention visant la prévention des troubles musculosquelettiques en contexte de travail saisonnier : une étude dans le secteur de la transformation alimentaire. IRSST, 2025, Report No. R-1214-fr, p. 97. Accessible sur : <https://doi.org/10.70010/ZYRC4210>
- [13] MAJOR M.E., VÉZINA N. – Élaboration d'un cadre de référence pour l'étude des stratégies : analyse de l'activité et étude de cas multiples dans deux usines de crabe. *Perspect Interdiscip sur Trav Santé*, 2011, 13 (2), p. 34.
- [14] MAJOR M.E., CLABAULT H., WILD P. – Interventions for the prevention of musculoskeletal disorders in a seasonal work context: a scoping review. *Applied ergonomics*, 2021, 94, 103417.