



Dossier de presse

Nouvelle campagne de lutte contre le mal de dos

Actions en milieu scolaire

- 1- Communiqué de presse.....page 2
- 2- Retour sur les bilans de Kinésithérapie de 2012.....page 3
- 3- Les nouvelles actions dans les cabinets.....page 4
- 4- Les revendications de la FCPE.....page 5
- 5- Le mal de dos en chiffres.....page 7
- 6- La liste des kinésithérapeutes qui participent à l'opération.....page 8



Visites gratuites chez les kinésithérapeutes pour les enfants et les adolescents

Contact Presse FCPE
Benjamin Sbriglio
Tél : 01.43.57.16.16

Le Syndicat National des Masseurs Kinésithérapeutes Rééducateurs (SNMKR), M'ton dos et la FCPE poursuivent la campagne de lutte contre le mal de dos.

Contact Presse SNMKR
Frédéric Srour
Tél : 06 60 91 44 51

Du 23 septembre au 5 octobre 2013, dans toute la France, les parents pourront bénéficier gratuitement pour leurs enfants en classe de CM1, CM2 ou 6è de conseils de prévention du mal de dos apportés par des kinésithérapeutes.

Alors que les enfants passent au minimum 864 heures en classe par an et que 17,9 % des élèves entre 10 et 15 ans se plaignent du mal de dos une fois par semaine (Inpes, enquête Health Behaviour in School-aged Children), alors que l'enquête de la campagne M'Ton Dos 2012 a montré que 64% des enfants interrogés avaient ressenti au moins une fois des douleurs de dos au cours de l'année, des solutions concrètes et urgentes doivent être apportées.

L'objectif de la quinzaine est de conseiller les familles afin que des actions de prévention efficaces soient mises en place dans les établissements scolaires au-delà du tout numérique.



Retour sur les bilans de kinésithérapie de 2012

Un bilan de kinésithérapie qu'est-ce que c'est ?

Un bilan de kinésithérapie consiste à réaliser un questionnaire, des mesures et des tests afin de diagnostiquer des raideurs, des tensions musculaires et d'identifier des mauvaises habitudes posturales qui peuvent être à l'origine des douleurs de dos de l'enfant ou de l'adolescent.

La « Campagne des Bilans gratuits 2012 » organisée par le SNMKR et la FCPE a permis de mobiliser près de 250 kinésithérapeutes volontaires autour d'un projet de prévention.

Au final plusieurs milliers d'items ont été renseignés et autant de mesures réalisées grâce à un engagement de terrain sur toute la France.

Rappelons que pour cette campagne les kinésithérapeutes ont choisis de recevoir les enfants de CM1, CM2 et 6ème afin de savoir si les chiffres éloquentes retrouvés en 2009 chez des enfants de 6ème et 5ème (près de 80% des enfants se plaignaient alors de douleurs de dos) se retrouvaient plus tôt dans la scolarité.

100 questionnaires ont été sélectionnés au hasard. 64% des enfants questionnés ont répondu positivement à la question : « Avez-vous déjà eu mal au dos ».

Ce chiffre est inférieur à celui retrouvé en 2009 sur un échantillon équivalent mais sur une population plus âgée. Par ailleurs, il semble que les enfants de CM1 soient majoritairement représentés au sein des 36% n'ayant jamais ressenti de douleur au dos.



M'Ton Dos 2013 - Les nouvelles actions

**Du 23 septembre au 5 Octobre 2013 rendez-vous dans les cabinets de
kinésithérapeutes**

Cette année les parents et les enfants qui se déplaceront dans les cabinets de kinésithérapeutes qui participent à cette campagne, entre le 23 septembre et le 5 octobre, recevront des conseils gratuits afin de prévenir le mal de dos :

- poids du cartable,
- organisation du matériel scolaire,
- positionnement de la chaise et de la table à la maison,
- exercices posturaux...
- des conseils concrets, une démarche d'éducation à la santé pour tous.

Cette campagne vise à sensibiliser les parents, les enseignants, les directeurs d'établissements et les décideurs politiques locaux sur la nécessité de faire intervenir des personnes compétentes afin de diffuser cette information au sein des établissements dans le cadre d'actions en milieu scolaire.



Les revendications de la FCPE

Rappel des exigences

1. Une loi

La FCPE réclame une loi avec un caractère obligatoire qui impose à l'Education nationale de prendre en compte ce fléau. Il s'agirait ainsi d'aboutir à un code protecteur pour les enfants et les adolescents au même titre que le code du travail pour les salariés.

2. Manuels scolaires

Les éditeurs proposent l'utilisation de manuels numériques ce qui permet de laisser le livre « papier » à la maison et suivre le livre sur rétroprojecteur en classe.

Pour la FCPE, le poids du cartable ne pourra être allégé que si les élèves ne portent plus les manuels scolaires sur les trajets domicile/école et au sein des établissements.

La FCPE continue de demander à ce que le renouvellement des manuels scolaires soit fait en intégrant dans certaines matières l'achat d'une demi-collection supplémentaire restant au collège et évitant aux élèves d'avoir à apporter les manuels en cours. Le poids du cartable se verrait allégé de 40%.

3. Les fournitures scolaires

La circulaire précise que les enseignants doivent être impliqués pour limiter le nombre de fournitures.

Celle-ci doit donc servir de point d'appui pour la création d'une « commission fournitures » dans l'établissement, parents et enseignants décidant ensemble d'une liste de fournitures par matière, commune à tous les élèves.

Dans un premier temps, un point sur l'utilisation des fournitures scolaires doit être fait (les cahiers seront-ils effectivement utilisés en entier à la fin de l'année ?) afin, pour la rentrée suivante de savoir, si oui ou non, il est pertinent de redemander le même format...

Les enseignants doivent privilégier l'utilisation des petits formats aussi bien pour les cahiers que pour les classeurs.

4. Une information aux familles

La FCPE continue de demander que les mesures locales prises pour réduire le poids des cartables soient contrôlées par l'établissement à chaque rentrée scolaire. Il faut aller au-delà de la circulaire, et ne pas seulement « *informer les parents sur les nouvelles mesures mises en place* ».

Nous recommandons d'organiser avec les personnels de santé la pesée d'un cartable standard à chaque rentrée.

Un cadre réservé sur le carnet de liaison et renseigné par la médecine scolaire peut indiquer aux parents le poids quotidien du cartable de leur enfant, en rappelant que ce dernier ne doit pas dépasser 10% du poids du corps !

5. Le mobilier

Le mal de dos provient également d'une mauvaise posture assise. C'est la raison pour laquelle un mobilier ergonomique pour les élèves est primordial.

C'est aux collectivités d'investir dans l'achat d'un minimum de mobilier ergonomique. La mise en place généralisée de ce matériel pédagogique permettra une évolution importante. L'acquisition de meilleures habitudes posturales favorisera le développement physique de l'élève et la lutte contre le mal de dos pour l'avenir. Les équipes pédagogiques qui utiliseront ce mobilier ergonomique observeront que leurs élèves seront moins fatigables, plus attentifs et plus précis dans leur travail scolaire.

6. Associer personnels et enseignants

Les infirmiers et médecins scolaires devront alerter le conseil d'administration et le conseil d'école des risques pour la santé des enfants. Ils doivent sensibiliser l'ensemble de la communauté éducative des conséquences d'un port excessif de charge à cet âge de forte croissance, l'ossification des vertèbres des adolescents n'étant pas terminée (14 ans pour les filles, 15 ans pour les garçons).

Les infirmiers et médecins scolaires doivent être associés au programme de détection et de prévention éducative.

Concernant les cours d'EPS, la FCPE demande que soient intégrés à leur enseignement une éducation vertébrale, et un apprentissage gestuel et postural. Elle propose que l'on diffuse la campagne M'tondos largement dans les établissements.



Le mal de dos en chiffres

- **15** jours de visites gratuites chez le kinésithérapeute dans toute la France.
- Plus de **1000** enfants et plus de **250** kinés ont participé à l'opération en 2012.
- **2 milliards** d'euros et **9 millions** de journée d'arrêts de travail : c'est ce que coûte le mal de dos chaque année.
- **8,5** kilos c'est le poids moyen d'un cartable.
- **4000** c'est le nombre d'heures que les enfants passent assis par an.
- Le poids du cartable est aujourd'hui **20%** au-dessus du poids du corps de l'enfant alors qu'il ne devrait pas excéder 10%.
- **64 %** c'est le nombre d'enfants qui se plaignaient du mal de dos. **78%** pratiquaient une activité sportive.
- **80%** étaient des filles.



La liste des kinésithérapeutes qui participent à l'opération

Cette liste est régulièrement mise à jour sur le site :

<http://www.snmkr75.fr/actualites/m-ton-dos-c-est-reparti.html>