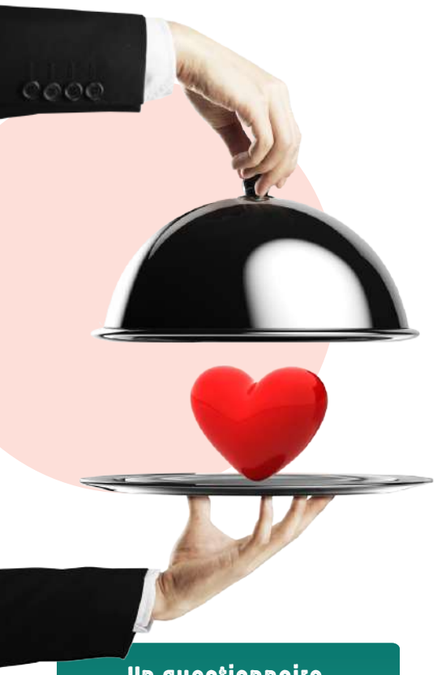
Au menu aujourd'hui : La prévention des maladies cardiovasculaires

Être en bonne santé maintenant et pour longtemps, ça se joue aussi au travail !



Le constat

Prévenir les risques professionnels, c'est garantir la santé de vos salariés mais aussi la vôtre. Vous êtes déjà attentifs aux risques de glissade, de coupure ou de brûlures, vous pouvez également prévenir les risques de maladies cardiovasculaires au sein de votre établissement.
Le secteur de la restauration est en effet très concerné : les horaires de travail décalés, le stress généré par le « rush », le bruit, l'exposition à des variations de températures, une alimentation déséquilibrée ou sur le pouce, le manque d'activité physique, la consommation de tabac, d'alcool ou encore d'autres drogues sont des facteurs privilégiés de l'apparition de ces maladies.
Sur ce sujet, vos salariés se montrent sensibles : c'est le résultat d'un questionnaire réalisé auprès de 350 salariés en 2019 dans la région.

Un questionnaire auprès des salariés de la restauration

Fin 2018, un questionnaire a été réalisé auprès des salariés de la restauration sur la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.
353 réponses ont été obtenues.
Elles mettent en évidence un intérêt des salariés pour les maladies cardiovasculaires ainsi que plusieurs gênes exprimées dans la réalisation de leur travail notamment la chaleur, la posture debout ou les périodes de rush.

Qu'appelle-t-on maladies cardiovasculaires ?

Les maladies cardiovasculaires recouvrent un ensemble de maladies fréquentes et graves comme : les infarctus du myocarde, les accidents vasculaires cérébraux, l'insuffisance cardiaque, l'hypertension…
Hormis l'hérédité, le sexe et l'âge, ces maladies ont toutes en commun un certain nombre de facteurs de risque dont la plupart sont modifiables : le tabagisme, une mauvaise alimentation, la sédentarité… Les maladies cardiovasculaires sont la 1ère cause de mortalité chez les femmes en France et la 2ème pour les hommes*.

Face à cet enjeu,

un projet de prévention vous est proposé. Il vise 2 objectifs :

- ✓ Faire de l'entreprise un lieu favorable à la prévention des maladies cardiovasculaires
- ✓ Informer les salariés et les employeurs sur les facteurs de risques liés aux conduites addictives, au manque de sommeil, à l'alimentation déséquilibrée

Horaires décalés, bruit, tabac, alcool : un cocktail explosif pour votre cœur !

*https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-cardiovasculaires-et-accident-vasculaire-cerebral

En tant qu'employeur, pourquoi prévenir les maladies cardiovasculaires ?

Participer au projet **c'est investir sur la santé et le bien-être au travail de vos salariés** avec un effet direct sur :

- La performance économique de votre établissement
- La fidélisation de vos salariés

Quelles pistes et quels résultats attendus ?

1. Aménager votre restaurant, investir sur l'ambiance sonore ou thermique par exemple, bénéficie non seulement au bien-être des salariés (fatigue moindre, relations apaisées) mais également à celui de la clientèle accueillie

2. Agir sur les plannings et les horaires de travail offre une meilleure articulation vie professionnelle / vie personnelle, facteur d'attachement à l'entreprise

3. Disposer d'une équipe stable diminue voire supprime les coûts liés à l'accueil d'un nouveau salarié et le temps de formation nécessaire pour être à 100% opérationnel

4. Réduire la pénibilité du travail c'est diminuer le turn-over et l'absentéisme et, par ricochet, améliorer l'organisation de l'entreprise

1 € investi en prévention, c'est en moyenne 2,20 € de bénéfice en retour*

Ok, ça m'intéresse mais… comment faire ?

Vous pouvez agir directement tout en étant soutenu par un **réseau de professionnels en santé au travail et promotion de la santé**.

Concrètement, vous pouvez bénéficier de :

- Conseils sur l'amélioration de l'environnement de travail
- Conseils sur l'organisation du temps de travail et l'organisation des plannings
- Aides techniques et/ou financières pour l'aménagement de vos locaux
- Ateliers d'information et de sensibilisation pour vos salariés sur la prévention des maladies cardiovasculaires sous plusieurs formats

Vous n'êtes pas encore convaincu ?

Nous pouvons nous déplacer pour vous rencontrer,
ça ne vous engage à rien !
N'hésitez pas : contactez-nous !

Qui contacter dans votre département ?

CRES PACA	Comité départemental d'éducation pour la santé 05 :	Service de santé au travail GEST 05 :
cres-paca@cres-paca.org		
04 91 36 56 95	04 92 53 58 72	04 92 51 34 23

*Association internationale de la sécurité sociale, Genève, 2011

« Au menu aujourd'hui : la prévention des maladies cardiovasculaires » © 2021 is licensed under CC BY-NC-ND 4.0

Ne pas jeter sur la voie publique