

Ergonomie au bureau - Le bureau moderne

Ergonomie au bureau - Bureau moderne

Sur cette page

[Qu'est-ce que le bureau moderne?](#)

[Les ordinateurs contribuent-ils aux problèmes de santé de leurs utilisateurs?](#)

[Pourquoi l'ergonomie est-elle si importante pour les utilisateurs d'ordinateurs?](#)

Qu'est-ce que le bureau moderne?

La conception des bureaux est demeurée pratiquement inchangée depuis l'introduction de la machine à écrire au début du XXe siècle jusqu'au milieu ou à la fin des années 1970.

L'utilisation de technologies informatiques comme le système de traitement de texte Wang a commencé au milieu des années 1970. Ils ont marqué le début d'une évolution rapide dans le monde des technologies de bureau. Les micro-ordinateurs sont devenus le principal outil de travail des employés de bureau depuis le début des années 1980, et ils continuent de transformer l'environnement du bureau à un rythme de plus en plus rapide. Et ce n'est pas terminé. Les technologies actuelles comme les tablettes, les téléphones et les écrans tactiles transforment encore davantage les milieux de travail.

La pandémie de COVID-19 a imposé des restrictions sur les lieux de travail en 2020 et a forcé de nombreux bureaux traditionnels à s'adapter au travail à distance. Ce changement d'environnement de travail s'est accompagné de différents défis et solutions ergonomiques.

Tous les changements qui sont survenus, et qui surviennent encore, dans cet environnement sont nés de découvertes technologiques. L'incidence fulgurante des ordinateurs sur le travail de bureau a entraîné une transformation de cet environnement axée sur l'ordinateur. Dans de nombreux cas, les ordinateurs et les technologies d'accès à distance ont changé non seulement l'apparence des bureaux et la façon dont le travail est fait, mais également le mode de vie des employés de bureau.

Les ordinateurs contribuent-ils aux problèmes de santé de leurs utilisateurs?

Comme de nombreuses autres innovations, les ordinateurs ont suscité une forte résistance au début. On a soulevé certaines préoccupations quant aux effets des rayonnements, notamment sur les yeux, le cou, les épaules, les bras et le dos, et même sur la fertilité et les grossesses. On a rapporté des cas de céphalées, de fatigue oculaire et de tension musculaire et un nombre suspect d'avortements spontanés. Toutefois, les études qui ont porté sur ces phénomènes n'ont pu prouver que même les quantités les plus minimales de rayonnement mesurées étaient responsables de ces effets néfastes. De plus, les écrans plats actuels utilisent différentes technologies et réduisent par le fait même les préoccupations associées au rayonnement.

Néanmoins, on ne peut écarter du revers de la main le nombre croissant d'employés de bureau insatisfaits ou souffrant de troubles divers, car leur inconfort et leurs problèmes de santé sont réels. Il y a peu de doute que le travail à l'ordinateur (en mettant l'accent sur le travail et non sur l'ordinateur lui-même) cause ces problèmes ou y contribue en grande partie.

Pourquoi l'ergonomie est-elle si importante pour les utilisateurs d'ordinateurs?

Le nombre de personnes qui travaillent avec des ordinateurs et des technologies connexes ne cesse d'augmenter. Il est donc alarmant de constater le nombre élevé de plaintes associées aux inconforts et aux blessures. L'ergonomie au bureau tient compte de nombreux éléments, notamment des fauteuils, des postes de travail, de l'utilisation d'appareils informatiques et de la conception des tâches. La prévention des blessures par la participation des travailleurs, l'éducation et les programmes ergonomie est devenue essentielle.

D'autres documents énumérés dans la fiche d'information Réponses SST intitulée [Ergonomie au bureau](#) traitent des dangers du travail dans des bureaux informatisés ainsi que de la façon de prévenir l'inconfort et les blessures qui en découlent.

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2022-09-28

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.