

## **Le T-shirt correcteur de posture Percko® permet-il de soulager les douleurs rachidiennes ?**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Le T-shirt correcteur de posture Percko® permet-il de soulager les douleurs rachidiennes ? : d'après une étude en entreprise / par Christelle Gbikpi-Benissan,... ; sous la direction du docteur Ghislain Mignot

Auteur(s) : Gbikpi-Benissan, Christelle (1989-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Mignot, Ghislain (Directeur de thèse)  
Université Paris Descartes 1970-2019 - Organisme de soutenance  
Université Paris Descartes, Faculté de médecine - 985

Editeur, producteur : 2018

Description matérielle : 1 vol. (95 f.) : ill. ; 30 cm

Titre traduit ajouté par le catalogueur : Does the Percko® posture corrector T-shirt help relieve back pain ? According to a study in the work environment eng

Note sur l'exemplaire : (BCSSA) Version électronique disponible au format pdf

Note sur les bibliographies et les index : Bibliogr. f. 76-82

Note sur le contenu : En appendice, choix de documents

Note de thèses et écrits académiques : Thèse d'exercice Médecine Paris 5 2018

Résumé ou extrait : Introduction : La prévention des douleurs rachidiennes est l'une des priorités en milieu de travail. Un T-shirt innovant correcteur de posture Percko® est actuellement commercialisé dans le but de soulager les maux de dos dans la population générale. Son efficacité en entreprise n'a pas fait l'objet d'une analyse objective. L'objectif de cette étude est d'évaluer l'efficacité du T-shirt Percko® sur les rachialgies présentées par des salariés du siège social du leader du nucléaire français en comparant notamment les scores d'EVA avant et après le port du T-shirt. Les résultats de cette étude seront utilisés afin d'évaluer l'opportunité de déployer le dispositif dans l'entreprise. Méthode : Cette étude prospective interventionnelle ouverte a porté sur 29 salariés volontaires qui présentaient des douleurs rachidiennes communes. Ils ont été évalués à deux reprises avant et après six semaines de port du T-shirt Percko®. Les paramètres objectifs mesurés étaient : le score EVA, l'indice de Schöber, l'ampliation thoracique, la

distance menton-sternum et le score HAD. Une évaluation qualitative du produit a été également réalisée au second entretien. Résultats : Après six semaines de port du T-shirt Percko®, l'EVA a diminué significativement. L'indice de Schöber et l'ampliation thoracique ont augmenté significativement. Il n'y avait pas de variation significative concernant le score HAD et la distance menton-sternum. 66 % des salariés ont ressenti une amélioration de leur posture. 31 % le trouvaient confortable et 55 % jugeaient qu'il était facile d'emploi. 79 % souhaitaient continuer à le porter. Conclusion : Le T-shirt Percko® peut apporter une solution aux salariés souffrant de rachialgies dans l'entreprise. Il sera mis à disposition des services de santé au travail des sites de l'entreprise. Ce dispositif devra être intégré dans une prise en charge globale, bio-psycho-sociale et pluridisciplinaire pour une efficacité optimale.

Introduction : One of the priorities at the workplace is to prevent back pain. An innovative Posture Corrector Tshirt is currently marketed by a startup named Percko® in order to relieve the back pain of the general population. Its efficiency in the work environment has not been objectively analyzed so far. The aim of this study is to evaluate the effectiveness of the Percko® T-shirt in relieving back pain of employees from the head office of a French nuclear company. Effectiveness is measured by the difference of EVA scores before and after wearing the Tshirt. Results of this study will be used to evaluate the opportunity to deploy the T-shirt in the whole company. Method : This open interventional prospective study included 29 volunteers who suffer from common back pain. They were examined twice during the study : before and after 6 weeks of wearing the Percko® T-shirt. Objective parameters measured were : EVA score, Schöber index, thoracic amplification, chin-sternum distance and HAD score. A qualitative evaluation of the product was also carried out during the second examination. Results : After 6 weeks of wearing the Percko® T-shirt, EVA decreased significantly. Schöber's index and thoracic amplification increased significantly. There was no significant variation in HAD score and chin-sternum distance. 66 % of employees felt an improvement in their posture. 31 % of them found it comfortable and 55% thought it was easy to use. 79 % wanted to continue wearing it. Conclusion : The Percko® T-shirt can relieve employee back pains. It will be made available to all occupational health services of the company. To make the most of this system, it has to be integrated into a global, bio-psychosocial and multidisciplinary medical care.

Sujet - Nom commun : Dorsalgie -- Prévention -- Thèses et écrits académiques

Lombalgie -- Prévention -- Thèses et écrits académiques

Médecine préventive -- Thèses et écrits académiques

Médecine du travail -- Thèses et écrits académiques