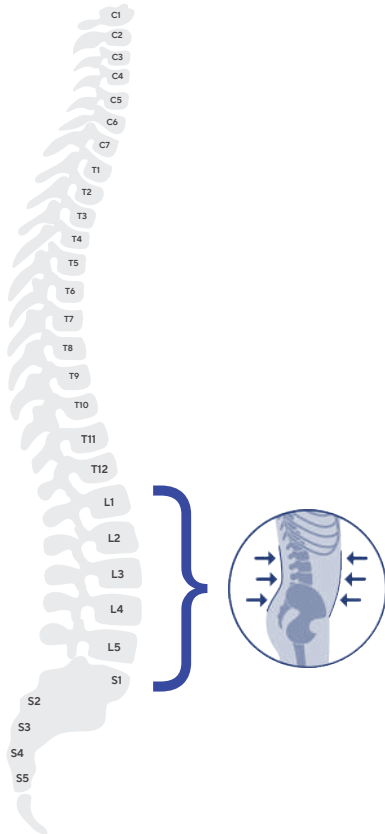


# Dos

**93 %** DES FRANÇAIS déclarent avoir déjà eu des problèmes de dos<sup>(27)</sup>

**20 %** DES ACCIDENTS DU TRAVAIL ont pour motif une lombalgie, elle est liée à la manutention manuelle (50 %) et à des chutes (10 %)<sup>(28)</sup>



## D'où viennent la fatigue et la douleur ?

Les mouvements du dos sont effectués grâce à :

- la colonne vertébrale (charpente),
- les disques intervertébraux (joints entre les vertèbres) assurent la mobilité de la colonne,
- les muscles (moteur) qui mettent en action les articulations.

Les mouvements extrêmes, le port de charges lourdes, les mouvements répétitifs sont des contraintes fortes qui peuvent entraîner fatigue, usure, altération des muscles et/ou des disques.

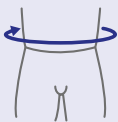
## Les équipements Thuasne®

### COMMENT ÇA MARCHE ?

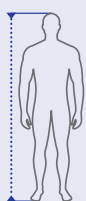
La compression et répartition de la masse abdominale autour de la colonne permet le placement et gainage mécanique et la répartition de la charge.

Action de tuteur pour la colonne, limite les angles extrêmes et sert de contre appui aux muscles.

## Bien choisir et adapter sa ceinture



**Tour de taille** à prendre au niveau du nombril



**Hauteur de la ceinture** à adapter en fonction du ressenti et de l'activité de la personne.

< 1,60 m prendre une hauteur de ceinture 21 cm  
> 1,60 m prendre une hauteur de ceinture 26 cm

## La ceinture lombaire démuscle ?

### FAUX.

La ceinture lombaire ne provoque pas la fonte musculaire comme une immobilisation prolongée peut le faire. Elle modifie la répartition de l'activité des muscles, notamment celle des muscles abdominaux.<sup>(29)</sup>

**Dans 92 % des cas, l'activité musculaire est maintenue ou augmentée.<sup>(30)</sup>**

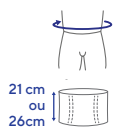
## TRAVAIL DE FORCE



### Lombacross Activity

Ceinture de soutien lombaire renforcée

- Confort dorsal optimisé grâce à un complexe velours-mousse.
- Action renforcée grâce à une sangle additionnelle.
- Respirabilité<sup>(32)</sup>.



|   |              |
|---|--------------|
| 1 | 60 - 80 cm   |
| 2 | 75 - 95 cm   |
| 3 | 90 - 110 cm  |
| 4 | 105 - 125 cm |
| 5 | 120 - 140 cm |



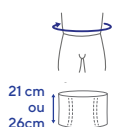
## STATION DEBOUT PROLONGÉE



### LombaStab

Ceinture de soutien lombaire « Serrage facile et précis »<sup>(31)</sup>

- Poignées de serrage et lacets pour un serrage facile et précis.
- Respirabilité<sup>(32)</sup>.



|   |              |
|---|--------------|
| 1 | 60 - 80 cm   |
| 2 | 75 - 95 cm   |
| 3 | 90 - 110 cm  |
| 4 | 105 - 125 cm |
| 5 | 120 - 140 cm |



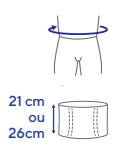
## TRAVAUX VARIÉS, MORPHOLOGIE ATYPIQUE<sup>(32)</sup>



### Lombatech

Ceinture de soutien lombaire adaptable et renforcée

- Adaptable : sangle additionnelle amovible.
- Action ciblée possible en positionnant la sangle additionnelle en fonction de la zone à renforcer.
- Couverture de tailles importante.
- Respirabilité<sup>(32)</sup>.



|   |              |
|---|--------------|
| 1 | 60 - 80 cm   |
| 2 | 75 - 95 cm   |
| 3 | 90 - 110 cm  |
| 4 | 105 - 125 cm |
| 5 | 120 - 140 cm |
| 6 | 140 - 160 cm |



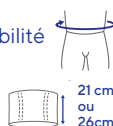
## STATION ASSISE PROLONGÉE



### LombaSkin

Ceinture de soutien lombaire, port à même la peau

- Bord sans couture afin d'avoir plus de flexibilité et permettre un port à même la peau.
- Discrétion.
- Respirabilité<sup>(32)</sup>.



|   |              |
|---|--------------|
| 1 | 60 - 80 cm   |
| 2 | 75 - 95 cm   |
| 3 | 90 - 110 cm  |
| 4 | 105 - 125 cm |
| 5 | 120 - 140 cm |



Lombacross Activity