



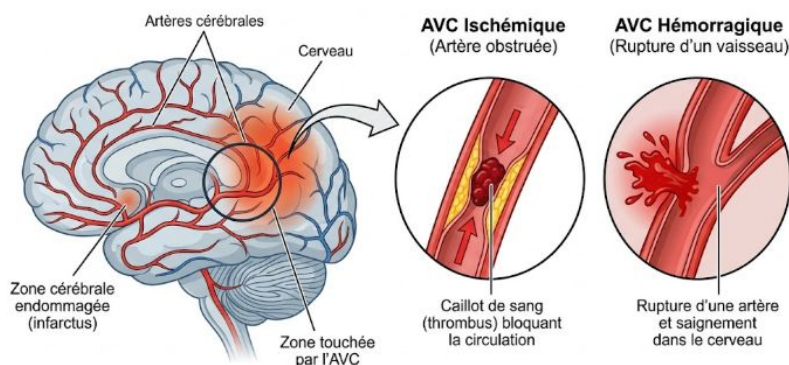
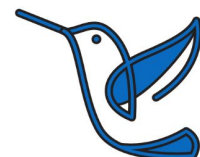
AIRBUS AVIONS

29 Octobre 2026

# LE COLIBRI

## Journée Mondiale Accident Vasculaire Cérébral AVC: Chaque minute compte

### L'ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL (AVC)



L'AVC (ou attaque cérébrale) est une **urgence médicale absolue**. Elle survient de manière brutale et touche des **milliers de personnes** chaque année en France.

Savoir **l'identifier** et **réagir immédiatement** est **indispensable** pour sauver des vies et limiter les séquelles lourdes



### Dans le monde du Travail

Les **Cadres et Managers** présentent une vulnérabilité accrue aux risques psychosociaux et aux AVC en raison de quatre facteurs spécifiques <sup>(1)</sup> :

- **La pression et la charge de travail** : 41 % d'entre eux subissent une pression régulière, des objectifs exigeants, une charge élevée, de longs horaires et peinent à se déconnecter.
- **Le cumul des responsabilités** : Le besoin de jongler en permanence entre la production, la supervision d'équipe et la gestion des conflits génère une surcharge et un stress intense.
- **L'isolement et la culture de la performance** : Poussés au dépassement de soi, beaucoup cachent leur détresse par peur de nuire à leur évolution professionnelle.
- **Des horaires excessifs** : Ce rythme prolongé favorise un niveau de stress néfaste et réduit le temps consacré aux facteurs protecteurs de la santé cardiovasculaire, comme la pratique d'une activité physique.

Les **Cols Bleus** sont également très exposés aux risques d'AVC.

En effet, les **facteurs de stress physique** (bruit chronique, exposition à **certains polluants** de l'air, variation extrêmes de température), les **horaires atypiques** (travail de nuit, ou en 3x8 perturbant le cycle circadien) et les **conditions socio-économiques difficiles** sollicitent fortement le système cardiovasculaire. <sup>(2)</sup>



## Les chiffres de l'AVC

L'impact épidémiologique de l'AVC en fait une priorité majeure de santé publique en France :

|                              |                                                                                                                                                                    |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Risque Individuel</b>     | <b>1 Français sur 6</b> présentera un AVC au cours de sa vie <sup>(3)</sup>                                                                                        |
| <b>Hospitalisations</b>      | Plus de <b>120,000 hospitalisations</b> chez l'adulte par an <sup>(4, 5)</sup>                                                                                     |
| <b>Mortalité</b>             | <b>1ère cause de décès chez la femme</b> et <b>2ème cause chez l'homme</b> avec 20 à 30% de mortalité dans l'année suivant l'accident <sup>(6,7,8)</sup>           |
| <b>Séquelles et handicap</b> | <b>1ère cause de handicap non traumatique</b> acquis chez l'adulte (hémiplégie, aphasie, douleurs) et <b>2ème cause de démence</b> derrière la maladie d'Alzheimer |



## Description de l'AVC

L'AVC est causé par l'interruption de la circulation sanguine dans le cerveau. Cette privation de sang, d'oxygène et de glucose entraîne l'asphyxie de la zone touchée et la destruction massive et très rapide des neurones (environ **2 millions par minute** sur les 86-100 milliards) amenant à des **séquelles irréversibles**.

On distingue principalement deux grands types d'AVC :

- **L'AVC ischémique (ou infarctus cérébral)** : représente la majorité des cas. Une artère se bouche par un caillot sanguin, empêchant le sang de circuler.
- **L'AVC hémorragique** : concerne environ 15 % des cas. Une artère du cerveau se rompt, provoquant un saignement intracérébral.

Il existe également l'**Accident Ischémique Transitoire (AIT)**, où l'artère se bouche de manière temporaire. Même si les symptômes disparaissent au bout de quelques minutes ou heures, l'AIT constitue une alerte majeure en raison du **risque très élevé de récurrence précoce dans les 24 heures**.



## Réagir VITE face aux symptômes de l'AVC

L'élément le plus caractéristique de l'AVC est la survenue très brutale des signes neurologiques. Selon la zone du cerveau touchée, les manifestations varient <sup>(3)</sup> :

- **Paralysie faciale** : asymétrie du visage, bouche tombante ou tordue.
- **Hémiplégie ou faiblesse musculaire** : incapacité à bouger ou perte de force au niveau d'un bras, d'une main, d'une jambe ou de tout un côté du corps.
- **Troubles du langage (aphasie)** : difficulté ou impossibilité de s'exprimer, de trouver ses mots, de comprendre ce qui est dit, de lire ou d'écrire.
- **Troubles de la vision** : perte soudaine de la vue d'un œil (amaurose) ou vision double.
- **Troubles de l'équilibre** : difficultés brutales à marcher ou vertiges.
- **Maux de tête** : céphalées intenses, violentes et soudaines.

Les trois premiers symptômes sont les plus évocateurs. **Attention aux fausses améliorations : même s'ils ne durent que quelques minutes, appelez le 15.**



## Que faire quand cela arrive ?

- Un AVC est une « **course contre la montre** ».
- L'action doit être immédiate. **Rapidité = Efficacité** des traitements. Une admission dans les premières heures réduit la mortalité ainsi que la gravité des séquelles.



### VISAGE FIGÉ OU DÉFORMÉ

Demander à la personne de sourire (vérifiez si un côté du visage est affaissé ou si la bouche est déviée).



### INCAPACITÉ MOTRICE

Demander de lever les 2 bras (si l'un d'eux est faible, tombe ou ne bouge pas normalement) ou de bouger les jambes.



### TROUBLE DE LA PAROLE

Demander de répéter une phrase simple (vérifiez si son discours est confus, mal articulé ou incompréhensible).



### EXTRÊME URGENCE

Si au moins un de ces signes est présent, il faut agir immédiatement.

## Consignes

### Dans Airbus

Quel que soit le lieu de travail, appeler les numéros sur la carte **PeopleSafety@Work**\*.



### En dehors d'Airbus

#### Appeler le 15 ou le 112

Appeler immédiatement le **15** (SAMU), le **18** (Pompiers) ou le **112**

Personnes sourdes, malentendantes ou aphasiques seules : contacter le **114** par SMS, visio ou via l'application.

#### Mobiliser les secouristes SST

Solliciter immédiatement les secouristes de proximité présents dans le bâtiment.

Ne pas contacter le médecin traitant

Éviter cet appel pour ne pas perdre de temps. **Seul le SAMU peut orienter sans délai vers la filière neuro-vasculaire adaptée.**

### Réagir même si les signes s'estompent

Un épisode transitoire (AIT) reste une urgence vitale : les symptômes peuvent réapparaître très vite.

### Suivre les instructions

Appliquer rigoureusement les consignes de la régulation médicale en attendant les secours, **ne raccrochez pas tant que vous n'y êtes pas invité.**

\* Ces numéros permettent de se connecter aux PCS des sites, qui font intervenir les pompiers présents sur les sites pouvant intervenir rapidement & déclencher si besoin, l'équipe médicale ou le SAMU en fonction du degré d'urgence.



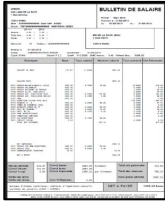
## Devenez acteur, devenez Sauveteur!

Pour **devenir Acteur** de votre santé et celle des autres, rien de plus simple : inscrivez-vous à la formation **Sauveteur Secouriste du Travail** dans MyPulse.

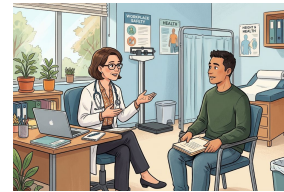




## Comment la CFDT peut vous aider



Information sur le salaire, la mutuelle, indemnités Sécurité Sociale



Visite de pré-reprise avec le médecin du travail (aménagement nécessaires si besoin...)



Contact avec le salarié  
(si celui-ci le souhaite)

Pendant l'arrêt  
Maladie



Aide dans le  
retour à l'emploi



Aide à la  
demande  
de RQTH



Aménagement du poste de travail

Retour au travail



Organisation du temps de travail



Sensibilisation de l'équipe, du  
manager & suivi régulier

## Votre médecine du travail

Le Service Médical organise plusieurs événements de sensibilisation tout au long de l'année :

- Le **parcours CŒUR**
- Des **matinées** dédiées à l'**hypertension artérielle** avec prise de tension

En décembre, la **Semaine du Handicap** organisée par la mission handicap proposera des webinaires axés sur: l'identification des signes et réflexes d'urgence médicale, la compréhension des **séquelles d'AVC**, l'accompagnement au retour à l'emploi (**SPST**, **Mission Handicap**), ainsi que la prévention individuelle et collective (**Airbus Cœur**).

(1) <https://corporate.apec.fr/files/live/sites/corporate/files/Nos%20etudes/PDF/Sante%20mentale%20chez%20les%20cadres%20et%20les%20managers.pdf>

(2) <https://trustmyscience.com/vivre-pres-espaces-verts-reduirait-risque-avc-16-pourcent/>

(3) <https://institutduncerveau.org/fiches-maladies/l'accident-vasculaire-cerebral-avc>

(4) : 1. Gabet A, Béjot Y, Touzé E, Womant F, Suissa L, Grave C, et al. Épidémiologie des accidents vasculaires cérébraux en France. Bull Epidemiol Hebdo 2025;(HS):23-38

(5) : [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2025-10/dir2/avc\\_-\\_guide\\_du\\_parcours\\_de\\_sante.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2025-10/dir2/avc_-_guide_du_parcours_de_sante.pdf)

(6) Olié V, Grave C, Tuppin P, Duloquin G, Béjot Y, Gabet A. Patients hospitalized for ischemic stroke and intracerebral hemorrhage in France: time trends (2008-2019), in-hospital outcomes, age and sex differences. J Clin Med 2022;11(6):1669. <https://dx.doi.org/10.3390/jcm11061669>

(7) : Institut national de la santé et de la recherche médicale. Accident vasculaire cérébral (AVC). La première cause de handicap acquis de l'adulte [En ligne]. Paris: INSERM; 2017. <https://www.inserm.fr/dossier/accident-vasculaire-cerebralavc/>

(8) Santé publique France, Carcaillon-Bentata L, Ha C, Delmas MC, Deschamps V, Fosse-Erdor S, et al. Enjeux sanitaires de l'avancée en âge. Épidémiologie des maladies chroniques liées à la perte d'autonomie et déterminants de ces maladies à mi-vie. Saint-Maurice: SPF; 2022. <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-ettraumatismes/diabete/documents/rapport-synthese/enjeuxsanitaires-de-l-avancee-en-age-epidemiologie-desmaladies-chroniques-liees-a-la-perde-d-autonomie-et-determinants-de-ces-maladies-a-mi-vie>

**VOUS PARTAGEZ NOTRE VISION D'UNE SOCIÉTÉ PLUS JUSTE ?**  
**UNE QUESTION ? NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS !**  
**RENCONTREZ-NOUS !**

**SUIVEZ-NOUS !** [cfdt-airbusavions.com](https://cfdt-airbusavions.com)

