



BILANS DE SANTÉ ESSENTIAL



THÉMATIQUE

Politique de santé préventive, sensibilisation aux facteurs de risques individuels dans le cadre des maladies cardio-vasculaires et les cancers.

Le check-up peut s'inscrire dans le cadre de votre plan CCT 104 de gestion des âges. Vous pouvez également présenter le check-up comme avantage extra-légal ou l'intégrer dans le cadre d'une campagne de sensibilisation interne.

OBJECTIFS

Les maladies cardio-vasculaires et les cancers figurent parmi les premières causes de mortalité dans notre société occidentale. Le rythme haletant de la vie professionnelle, le stress, la sédentarité, une alimentation inadaptée ou encore l'usage du tabac sont des facteurs qui prédisposent à ces affections. Lorsque ces maladies sont dépistées à temps, les chances de guérison augmentent sensiblement.

Le check-up médical n'est pas qu'une analyse sanguine ! Il permet de prévenir de manière précoce tout changement ou symptôme inhabituel ou au contraire de déceler des anomalies chez des personnes ne présentant pas de manifestations particulières.

L'assurance d'une surveillance médicale régulière est donc en ce domaine, un élément sécurisant pour ceux qui s'y soumettent volontairement.

Elle constitue aussi une initiative intelligente des entreprises qui risquent beaucoup moins de ressentir les effets néfastes des absences ou des départs prématurés des collaborateurs.

Le bilan Essential est destiné aux personnes âgées de 35 ans et plus.

PROGRAMME

- Une convention de collaboration est rédigée, reprenant les modalités pratiques afférentes à la prestation dont le contenu est décrit ci-dessous :
 - Anamnèse et examen clinique général.
 - Une analyse d'urines et une prise de sang.
 - Un examen de la fonction cardiaque : *ECG au repos*.
 - Un examen de la fonction respiratoire.
 - Un examen de l'acuité visuelle.
 - Réalisation de 5 tests de condition (physiques) : *un test de préhension à l'aide d'un dynamomètre, un test d'équilibre, un test d'endurance des membres inférieurs (assis/debout), un test de souplesse, un test d'endurance musculaire des membres (pompes)*.
- Les examens ont lieu le matin. Un petit-déjeuner est prévu après la prise de sang.
- La durée moyenne du bilan de santé est d'environ 1h30.

Fréquence : de manière générale, la fréquence des examens est déterminée par l'employeur. Elle dépendra essentiellement du plan budgétaire consacré à ce projet. D'un point de vue médical, nous conseillons de prévoir pour les collaborateurs ayant entre 45 et 50 ans, un bilan tous les 2 ans et pour les collaborateurs âgés de 50 ans et plus, un bilan annuel.

MÉTHODE

- Un questionnaire médical sera envoyé au travailleur. Il devra le compléter au préalable et le remettre à l'assistante le jour de la visite.
- Le rapport de fin de consultation sera envoyé directement au domicile du travailleur dans un délai d'environ 3 semaines après la réalisation du bilan de santé. Il comprend la copie de l'analyse sanguine et une fiche d'information CESI proposée annuellement sur un thème spécifique (ex. : *qualité du sommeil, je cours pour ma forme, etc.*).

PUBLIC

Dirigeants, cadres et employés.

LIEU D'INTERVENTION

Dans un centre CESI, à Bruxelles Woluwé, Namur et Liège. Possibilité de le faire à Bruges et Anvers.