

"Retour au travail progressif pour des travailleurs atteints de dorso-lombalgies : leviers et obstacles"



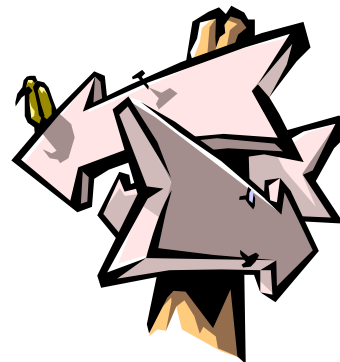
MJ Durand, PhD

Université de Sherbrooke



Retour progressif au travail

- De quoi on parle?
- Sur quoi cela repose?



Cette présentation a été effectuée le 23 octobre 2006, au cours du symposium "Prévenir l'incapacité au travail : un symposium pour favoriser l'action concertée" dans le cadre des Journées annuelles de santé publique (JASP) 2006. L'ensemble des présentations est disponible sur le site Web des JASP, à l'adresse <http://www.inspq.qc.ca/jasp>.

De quoi on parle? Retour progressif au travail

- Littérature scientifique
 - Franche et al. 2005
- « *Modified work* »
 - Temporaire
 - Permanent
 - Poste régulier ou non
- « *Work exposition* »



Retour progressif au travail

Prescrit

Supervisé
En clinique

Supervisé
En milieu
de travail



Sur quoi cela repose?

- Favorise la réactivation physique et mentale
contextualisée
- Renforce/maintien l'identité de travailleur
- Favorise le sentiment d'efficacité personnelle au travail
- Évite l'isolement
- Permet d'évaluer équilibre capacités et exigences du travail

Loisel et al., 97; Baril et col., 94; Baril, Berthelette et al., 00; Krause et al., 98; Limoges et al.96; Durand et al. 2006



Deux études

- Trajectoires (2006) Durand, Baril, Loisel
 - Comprendre les facteurs influençant la progression des travailleurs dans un programme utilisant un retour progressif au travail
- Mise à l'épreuve d'un modèle théorique d'exposition au travail (2006) Durand, Berthelette, Loisel, Imbeau, Lacroix
 - Identifier les mécanismes intermédiaires du programme

Financées par IRSST et Healnet



Grands constats

- Le retour au travail progressif est un élément clef du retour au travail
 - Étude de suivi 1 et 3 ans
 - Étude de cas multiple
 - Si plus de 50% du temps au travail

Grands constats

- Première exposition est déterminante
 - 40% des personnes avec douleur chronique présentent des troubles d'anxiété
 - Craintes
 - Ergophobie
 - Exposition à la douleur- nouvelle blessure- stress familial



LEVIERS-OBSTACLES

- Action concertée/message unique
 - Employeur/Collègues- Médecin traitant- Assureur- Famille
 - Représentation de la maladie et du traitement
 - Sentiment d'efficacité personnelle au travail



LEVIERS-OBSTACLES

- Création d'une marge de manœuvre
 - Niveau 1: possibilités de.....
 - Employeur- collègues
 - Niveau 2: Utilisation
 - Travailleur
 - Réguler son activité de travail
 - Gestion de la douleur

Durand, Vézina, Baril, Loisel, 2006
IRSC-IRSST



LEVIERS-OBSTACLES

- Possibilité de Dosage/ Recadrage
 - Choix et contrôle des tâches
 - Progression des tâches
 - Rétroaction sur le phénomène de douleur (croyances, attitudes, dosage)



LEVIERS-OBSTACLES

- Conditions gagnantes pour la première exposition
 - Utiliser le travailleur comme un expert pour le choix des tâches
 - Annoncer dès le départ la cible du retour au travail
 - Clarifier les attentes des différentes parties
 - En faire une réussite...



OBSTACLE

- Douleur/incapacité
 - Réentraînement contextualisée
 - Éducation personnalisée
 - Représentation maladie
 - Douleur centralisée
 - **Action concertée**
 - **Marge de Manœuvre**
 - **Dosage**
 - **Conditions gagnantes**



Conclusion

- Retour progressif au travail est la solution mais....
 - Pas n'importe comment....
 - Peut être une mesure pour le retour au travail en santé
 - Peut être une confirmation de l'incapacité au travail
 - Soyons vigilants de nos façons de faire



www.caprit.ca

