

Travailler peut stimuler le processus de guérison

Martine Gravel

SAVIEZ-VOUS QU'APRÈS une période d'invalidité de six mois, les possibilités qu'une personne retourne au travail sont de une sur deux ? Saviez-vous que cette proportion passe à une sur cinq après un an, puis à une sur dix après deux ans ? Ce phénomène serait lié à la perception de soi. Après un mois ou plus d'absence pour invalidité, une personne tend à se percevoir non plus comme un « employé » mais comme un « patient ».

Sommes-nous en mesure de contrer cette tendance ? Il peut s'avérer difficile de convaincre une personne en congé d'invalidité que travailler peut l'aider à se rétablir. Toutefois, la réalité est que le travail fait partie du processus de guérison dans bien des cas.

Par ailleurs, pour parvenir à reprendre une vie pleinement productive au terme de problèmes de santé, il vaut souvent mieux avoir envisagé son retour au travail dès le départ et n'avoir jamais perdu de vue cet objectif. Car plus le congé est long, plus il est difficile de garder le contact avec son milieu de travail, de préserver ses compétences, de rester actif et d'être productif. Bref, plus le congé est long, moins le retour au travail constitue une perspective intéressante.

Comment faire ?

D'abord, il faut en parler avec le patient. Promouvoir le retour au travail ne signifie pas nécessairement qu'on favorise la reprise immédiate de son emploi ou de ses horaires de travail habituels. Avec la collaboration de l'assureur et de l'employeur, il peut être possible de prévoir un retour à temps partiel ou graduel, de considérer la modification des responsabilités ou d'envisager une formation pour un poste différent au sein de l'entreprise ou de l'organisation. Si toutes

ces avenues s'avèrent inapplicables ou inappropriées, d'autres possibilités d'emploi ou le recyclage dans un autre domaine peuvent alors être examinés.

Advenant que le retour au travail ne soit pas possible immédiatement, il peut être bon d'orienter le patient vers d'autres types d'occupations qui stimuleront son degré d'activité et l'amèneront graduellement à reprendre un rythme plus productif. Le travail à la maison, un loisir ou un projet de bricolage, voire le bénévolat, se trouvent au nombre des stratégies à explorer.

Aider le patient à connaître ses limites...

Il est très important que les personnes en congé d'invalidité axent leur routine quotidienne sur ce qu'elles peuvent accomplir, plutôt que sur ce qu'elles ne peuvent pas faire. Cette approche permet de préserver l'estime de soi et la confiance, ainsi que de se concentrer non pas sur sa maladie ou sa blessure, mais sur sa récupération fonctionnelle. Le retour au travail devient alors un objectif non seulement atteignable, mais bel et bien souhaité.

Une façon d'aider le patient est d'établir ce qu'on appelle dans le milieu de l'assurance ses limitations fonctionnelles ou encore ses capacités résiduelles. Dans le contexte d'un retour graduel à un rythme de vie normal, ces informations permettent d'orienter les efforts et augmentent les possibilités de rétablissement.

Alors que les contrats d'assurance collective varient d'un employeur à l'autre, ils fournissent en général la même définition de l'invalidité. Ils constituent le guide que suivent les assureurs et les gestionnaires de dossiers d'invalidité lorsqu'ils reçoivent une demande de règlement. Le contrat définit l'invalidité et l'admissibilité aux prestations qui, plus souvent qu'autrement, sont fondées sur les capacités de la personne et non sur son invalidité.

M^{me} Martine Gravel est directrice principale à la Financière Manuvie, service Règlements vie et invalidité.

Pour de bien meilleurs résultats...

Le médecin peut amener son patient à jouer un rôle actif dans son retour au travail. À titre de professionnel de confiance et de principale personne-ressource pendant l'invalidité, le médecin est particulièrement bien placé pour fixer les attentes en matière de rétablissement. Ainsi, en informant son patient de ses capacités résiduelles ou de ses limitations fonctionnelles, il peut mettre l'accent sur les stratégies de prévention et sur l'objectif du retour au travail, faisant de ces deux aspects des composantes importantes du plan de traitement. Grâce à cette approche, le patient participera pleinement à sa guérison.

L'employeur joue également un rôle essentiel. Il doit accepter de créer des possibilités pour que l'employé puisse réintégrer son milieu de travail. Une stratégie de santé organisationnelle progressive et un milieu de travail flexible influencent la manière dont l'employé perçoit son employeur. Les employés qui se savent appréciés sont des ressources fidèles. Un programme de gestion des périodes d'invalidité bien conçu, ainsi que la compréhension, l'aide et la collaboration de l'employeur, sont autant d'incitatifs à un retour rapide au travail.

En agissant conjointement pour favoriser le retour au travail de l'employé, toutes les parties prenantes œuvrent à l'atteinte de leurs propres objectifs : pour le médecin, c'est le rétablissement de son patient ; pour la personne en invalidité, c'est la reprise d'un rythme de vie normal ; pour l'employeur, c'est le retour de son employé à la productivité ; et pour l'assureur, c'est la gestion optimale d'une période d'invalidité. Un tel partenariat favorise la confiance et constitue une expérience positive pour tous, et plus particulièrement pour l'employé et sa famille. 🏡

Date de réception : 24 mars 2006

Date d'acceptation : 29 mars 2006

Vous avez des questions ? Veuillez nous les faire parvenir par courriel à ncamirand@clhia.ca à l'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes (ACCAP).