



La fibromyalgie et l'emploi

1. QU'EST-CE QUE LA FIBROMYALGIE ?

La fibromyalgie se caractérise par des douleurs diffuses dans tout le corps, associées à de la fatigue chronique et à des troubles du sommeil.

Ses symptômes nombreux et sa ressemblance ou sa cohabitation avec d'autres maladies ou syndromes (rhumatismes articulaires, syndrome de fatigue chronique, difficultés de concentration et de la mémoire, céphalées de tension, colopathies

fonctionnelles, état anxiodépressif, raideurs musculaires, hypersensibilité au bruit, à la lumière, aux changements de températures, etc.) compliquent son diagnostic.

Ce dernier, dit diagnostic d'élimination est souvent long à être posé. Ce ne sera qu'après avoir éliminé toutes les autres causes que l'on pourra poser clairement le diagnostic de fibromyalgie.

Cette maladie touche 2% de la population française dont majoritairement les femmes âgées de 40 à 60 ans. Elle peut cependant, se déclarer pendant l'adolescence.

2. CONSÉQUENCES ET/OU RISQUES DE LA PATHOLOGIE AU REGARD DE L'EMPLOI

Les symptômes de la fibromyalgie très éprouvants rendent le quotidien pénible et complexe et constituent un facteur de risque pour le maintien dans l'emploi. Les limitations imposées par la maladie peuvent impliquer une diminution de la productivité, de la présence au travail et de la disponibilité.

Maladie chronique et progressive, les conséquences de la maladie varient selon les personnes et les autres pathologies associées. Ces effets ne sont également pas ressentis de la même manière tous les jours. Les personnes ne peuvent donc parfois pas respecter le planning initial et doivent adapter leurs missions chaque jour.

La maladie mal connue et souvent mal comprise dans le cadre professionnel du fait de la non visibilité des symptômes peut entraîner l'isolement de la personne qui se renferme du fait de ne pas être comprise.

Les douleurs persistantes et les troubles du sommeil peuvent également impacter l'humeur de la personne et entraîner le repli sur soi.

La fibromyalgie peut aussi amener certaines personnes à perdre une partie de leurs capacités physiques, entraînant une restriction ou une plus grande lenteur dans la réalisation de certaines tâches. Cette moindre efficacité peut être mal vécue par le malade lui-même qui développe un sentiment de dévalorisation ou de manque d'estime de soi.

Beaucoup de personnes peuvent cependant continuer à travailler, difficilement à temps complet car le repos est important dans la gestion des conséquences de la maladie.

3. LES BONNES PRATIQUES EN MATIÈRE D'ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE

→ Anticipez l'aménagement de la situation de travail le plus en amont possible en organisant dès que possible une visite avec le médecin du travail afin d'identifier les effets de la maladie et de mieux en gérer les conséquences sur l'emploi.

→ Une fois le diagnostic établi par le corps médical, accompagner la personne vers la Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH) qui permet l'accès à des aides financières pour l'aménagement du poste et la formation du salarié et lui ouvre l'accès aux emplois réservés aux personnes handicapées.

→ Organisez des points réguliers avec la personne pour vérifier l'adéquation de l'aménagement et de sa charge de travail avec les conséquences de sa maladie afin de lui éviter tout stress supplémentaire.

4. LES SOLUTIONS POSSIBLES POUR FAVORISER LE MAINTIEN DANS L'EMPLOI DE LA PERSONNE

→ Instauration d'un temps partiel thérapeutique (TPT),

→ Aménagement matériel du poste de travail par un ergothérapeute,

→ Aménagement des horaires, organisation de temps de pause ou télétravail,

→ Organisation du travail adaptée (laisser par exemple la personne organiser ses journées, au jour le jour en fonction de son état)

→ Reclassement sur un poste plus adapté

EN SAVOIR PLUS

- www.fibromyalgie-france.org
- www.ameli.fr/assure/sante/themes/fibromyalgie