



## Ne pas rester seul

### Difficultés, souffrances en lien avec le travail : à qui demander de l'aide ?

*Article paru initialement dans la revue Pratiques, Cahiers de la médecine utopique*

L'important est de ne pas rester isolé, d'aborder avec d'autres ses difficultés, sa souffrance pour pouvoir comprendre ce qui se joue dans le vécu individuel, mais qui est déterminé par le contexte collectif ; peuvent être ainsi élaborées des réponses qui prennent en compte l'individu dans sa singularité, mais aussi l'ensemble des déterminants collectifs.

#### Recours au sein du monde du travail

- \* auprès des collègues, ce qui aide à repérer les déterminants collectifs de la souffrance ;
- \* auprès d'un syndicat ou auprès de permanences d'accueil pour les salariés en souffrance au travail mises en place par certains syndicats ;
- \* auprès des Comités Sociaux et Économiques (CSE) dans les entreprises de plus de 11 salariés ou des délégués du personnel ;
- \* auprès du médecin du travail, qui peut être consulté à tout moment par un salarié, que celui-ci soit en activité ou en arrêt ;
- \* auprès de l'inspection du travail en cas d'infraction à la législation.

En sachant que chacun de ces recours a des limites liées à la disponibilité et à sa capacité et volonté d'investissement.

#### Recours auprès des soignants

\* Après du médecin généraliste qui devrait pouvoir être à l'écoute et aider le sujet à réintégrer ses difficultés, sa souffrance physique et/ou psychique dans son parcours professionnel et à envisager quelle réponse peut y être apportée.

Parfois, celui ou celle qui est en difficulté envisage de démissionner, ce qui lui fait perdre tous ses droits. L'arrêt de travail est le moyen d'être soustrait dans l'immédiat aux causes responsables de la souffrance psychique ou physique.

\* Demande de contact entre médecin généraliste et médecin du travail : reconnaissance du lien entre la pathologie présentée et le contexte de travail, courrier constituant une trace pour des actions ultérieures de reconnaissance en maladies professionnelles...

\* Déclaration en accident ou maladie professionnelle, ouvrant reconnaissance et indemnisation (bien souvent sous-évaluée), pouvant permettre des modifications individuelles ou collectives des conditions de travail, mais aussi comportant le risque de stigmatisation et licenciement pour inaptitude.

\* Les médecins de la consultation de pathologie professionnelle (au sein de l'hôpital) et le médecin inspecteur régional du travail (à la direction régionale du travail) peuvent être des personnes ressources.

#### Quelques coordonnées

– FNATH : Fédération nationale des accidentés et des travailleurs handicapés qui a des délégations départementales - <http://www.fnath.org>

– Association européenne contre les violences faites aux femmes au travail, <http://www.avft.org>

– INRS : Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles : dossier sur les maladies professionnelles, liste des administrations ressources - <http://www.inrs.fr>

– Livret « Santé au travail : les situations, les exigences de la CGT », de la CGT

– Association santé et médecine au travail - <http://www.a-smt.org/>