

Chronique préventive

LA RÉADAPTATION – AVRIL 2020

La réadaptation, vers un retour à la santé

Dans le processus de gestion d'invalidité, plusieurs outils sont utilisés afin d'accompagner les personnes dans leur rétablissement.

L'expert en réadaptation est un professionnel ayant obtenu un diplôme universitaire dans le domaine de la santé, ou encore, dans le domaine social.

À La Capitale, les membres de l'équipe de réadaptation ont **entre 10 et 15 ans d'expérience.**



Par **Christine Cloutier, M.A.**

*Chef de service prestations invalidité
La Capitale Assurance et services financiers*

VIVEZ L'EXPÉRIENCE PRÉVENTIVE LA CAPITALE



Cette chronique préventive est disponible gratuitement à l'adresse suivante :

viva.lacapitale.com



Programme santé
en milieu de travail

La Capitale

Assurance et services financiers

Vers un retour à la santé...

LA RÉADAPTATION AU CŒUR du processus de gestion d'invalidité

Dans le processus de gestion d'invalidité, plusieurs outils sont utilisés afin d'accompagner les personnes dans leur rétablissement. Que la personne vive avec un problème sur le plan physique ou sur le plan psychologique, la réadaptation est l'un des outils qui permettent aux techniciens responsables de la gestion médico-administrative des dossiers d'offrir à leurs clients une aide personnalisée qui leur permettra de retrouver la santé de façon prompt et durable.

Afin que cette aide puisse être proposée, certains critères doivent être respectés.

En effet, voici les critères qui sont évalués **afin de tirer le maximum de bénéfices** d'un plan proposé par un expert en réadaptation :

- La stabilité de l'état de santé de la personne.
- L'absence de progrès dans la récupération des capacités fonctionnelles nécessaires à la reprise des activités normales.
- L'éventualité qu'une aide supplémentaire puisse faire une différence pour la personne.

Évidemment, la réussite du plan qui sera mis en place dépend tout d'abord de la volonté de la personne d'être partie prenante de son rétablissement. Elle devra en effet démontrer son implication dans le plan proposé, puisque ce sera déterminant pour retrouver la santé dans les meilleures conditions.

Il peut également arriver que la participation soit obligatoire si le contrat d'assurance le prévoit. Si c'est le cas, le technicien responsable du dossier avisera la personne de son obligation.

L'expert en réadaptation est un professionnel ayant obtenu un diplôme universitaire dans le domaine de la santé, ou encore, dans le domaine social. À La Capitale, ces derniers ont entre 10 et 15 ans d'expérience. ■

Voyons maintenant les principales étapes d'un processus de réadaptation :

ÉTAPE 1

Lorsqu'un dossier est confié à l'équipe d'experts en réadaptation, le technicien contacte tout d'abord la personne afin de l'en informer.

ÉTAPE 2

Par la suite, l'expert en réadaptation prévoit une rencontre à domicile ou par téléphone afin de procéder à une évaluation. Cette évaluation tient compte, s'il y a lieu, des capacités et des restrictions et vise à faire le point sur la situation de la personne. Elle prend en considération les aspects psychosocial, personnel, familial, professionnel et financier.

ÉTAPE 3

Un plan de réadaptation individualisé peut être élaboré et des interventions jugées pertinentes à la situation particulière de la personne sont mises en place au besoin.

ÉTAPE 4

Ces interventions ont pour but d'encadrer et de soutenir la personne dans son rétablissement pour finalement lui permettre d'envisager le retour au travail.

En effet, l'un des objectifs premiers des interventions en réadaptation est de réduire l'écart fonctionnel qui empêche la personne d'effectuer ses tâches au travail. C'est-à-dire que tout le travail est effectué en fonction de l'augmentation des capacités fonctionnelles pour que celles-ci atteignent le niveau exigé par l'emploi de la personne.

Évidemment, le retour au travail se fait toujours au moment opportun, c'est-à-dire au moment où la personne est jugée apte à reprendre les tâches de son emploi, et ce, de façon sécuritaire.

ÉTAPE 5

Afin de clore le processus, il n'est pas rare qu'un retour au travail progressif soit proposé si l'employeur est en mesure d'accommoder l'employé. Pour ce faire, une communication au médecin peut être faite afin de proposer un plan contenant les modalités de ce dernier. Le milieu de travail étant le milieu le plus efficace pour transposer les acquis, ce dernier permet de mettre en application au quotidien tous les outils qui ont été transmis et d'augmenter les capacités fonctionnelles dans le milieu de travail jusqu'au retour à temps complet.

FINALITÉ

En général, par les interventions, les personnes acquièrent des outils sur l'hygiène de vie et de sommeil, l'horaire occupationnel, la conciliation travail-famille, la gestion de l'anxiété, la résolution de conflit, etc. Ces outils leur seront utiles pour le reste de leur carrière. ■

Exemples de cas (fictifs)

Linda, 53 ans

Linda, 53 ans, hygiéniste dentaire, est en arrêt de travail **depuis 10 semaines** pour un diagnostic de trouble de l'adaptation avec humeur anxieuse. Elle a une médication appropriée et rencontre un travailleur social une fois par semaine, mais ne voit que très peu d'amélioration de son état de santé. L'experte en réadaptation qui la visite note que son horaire occupationnel (les activités qui occupent sa journée) et que son hygiène de sommeil ne sont pas adéquats. De plus, l'anxiété que génère la pensée du retour au travail fait qu'elle ne peut pas l'envisager pour l'instant.

Ainsi, après l'évaluation, il est déterminé qu'un ergothérapeute en santé mentale serait en mesure de lui venir en aide. Un rendez-vous initial est alors proposé afin de déterminer quelles seront les interventions à faire et par la suite, un plan d'intervention sera mis en place pour travailler sur les difficultés qui auront été observées dans le but de coordonner le retour au travail. Tout au long des interventions, la personne sera en contact avec l'expert en réadaptation, qui coordonnera les services ainsi que le retour au travail au moment jugé opportun. Après quatre semaines de suivis avec l'ergothérapeute, un retour au travail a pu être envisagé.

L'expert ayant déjà fait l'intervention auprès de l'employeur pour valider les possibilités à ce sujet, une rencontre préparatoire pour le retour à l'emploi a été planifiée. Linda a eu tous les outils nécessaires afin de faire de son retour un succès.

Denis, 28 ans

Denis est un jeune homme de 28 ans. Il est journalier pour une ville et est en arrêt de travail **depuis 6 mois** pour un diagnostic d'hernie discale. Il bénéficie d'interventions en physiothérapie hebdomadairement et a reçu une infiltration qui n'a pas amélioré son état. Aucun autre traitement n'est envisagé. Denis est découragé, il craint d'aggraver sa blessure s'il s'active davantage. Ainsi, il est inactif à son domicile.

L'experte en réadaptation le rencontre chez lui afin d'évaluer son état et conclut qu'un programme multidisciplinaire en clinique serait approprié à ce point-ci. Après la rencontre initiale, un programme de développement des capacités de six semaines avec un kinésiologue, un ergothérapeute et un physiothérapeute est mis de l'avant. Rapidement, Denis ressent les bénéfices de l'activation sur son état général et retrouve peu à peu ses capacités fonctionnelles.

À la fin de son programme, les intervenants ayant participé au programme donnent le feu vert pour un retour au travail. Ainsi, un retour au travail progressif a pu être discuté avec l'employeur et finalement proposé à son médecin traitant, qui a accepté. Un accompagnement par l'experte a été offert pour le retour et Denis est très heureux de pouvoir maintenant vivre normalement. ■



En bref

Sur les bases de données probantes recueillies au fil du temps, il a été démontré que la réadaptation contribue à réduire les durées d'invalidité. Nous avons pu remarquer que plus les interventions sont faites tôt dans les dossiers, plus l'impact est grand sur la durée et plus les retours au travail sont durables. L'accompagnement qui est offert ainsi que le lien de confiance qui est établi font en sorte que les personnes se sentent appuyées et accompagnées tout au long de leur processus et que le retour à la santé en est ainsi facilité.

Dans tous les scénarios, il ne faut pas sous-estimer la participation de la personne puisqu'il s'agit de la clé du succès! ■