



CPS, médecine du travail new look

Depuis mars 1999, la SNCB dispose d'un service "externe" de prévention et de protection. L'ancien service de la médecine du travail est devenu une unité totalement indépendante de la division médecine d'entreprise de PS.

Cette indépendance était la condition sine qua non pour obtenir la reconnaissance en tant que service externe par le Ministère de l'emploi et du travail.

Pour l'employeur et l'employé, CPS (Corporate Prevention Services) se profile comme un service dynamique, multidisciplinaire, indépendant, tel que la loi le prévoit. Sa mission est de promouvoir le bien-être des travailleurs de l'entreprise, en collaboration avec le service prévention-protection.

Gérer le stress

CPS s'est manifesté une première fois à l'intérieur de la SNCB en organisant les 21 et 28 septembre derniers un séminaire sur le thème "Stress et travail". Il s'agissait de sensibiliser les managers, les médecins du travail et les conseillers de prévention aux aspects psychosociaux de la vie professionnelle.

À côté des maladies professionnelles connues depuis longtemps, les affections liées au travail (work-related diseases) sont de plus en plus nombreuses. Un phénomène sérieux, en pleine croissance, provoqué par une pression psychosociale accrue, qui prend des formes telles que le stress, l'alcoolisme au travail ou le surmenage. CPS a décidé de porter son attention sur les facteurs stressants (de caractère professionnel) physiques, mentaux, sociaux et organisationnels.

Investir dans une bonne politique de prévention est certainement bénéfique pour toute entreprise. Combattre les symptômes est insuffisant, il faut agir sur les causes. La responsabilité en repose principalement sur les entreprises mêmes. Les conseillers de prévention de CPS ayant conseillé, motivé, c'est à chacun de contribuer à cette lutte contre les causes du stress.

Une idée exacte du stress

Le stress apparaît quand on vous impose des exigences et que vous n'êtes pas en mesure d'y répondre, quand il y a discordance entre

vos charge de travail et vos possibilités personnelles. Il n'est pas négatif en soi, il le devient lorsque la tension atteint un niveau que vous jugez négatif. Une insuffisance de travail peut aussi être stressante. Des personnes confrontées à des exigences insuffisantes mais qui ont de grandes ambitions risquent de souffrir de stress.

Ce qui joue fortement lors du développement du stress, c'est la possibilité – ou non – de le contrôler, de le réguler, le pouvoir de décider. On entend souvent dire – à tort – que les uns sont résistants au stress et d'autres pas. En fait, la personnalité ne joue pas un rôle aussi fondamental. Il est aussi erroné de dire que le stress apparaît surtout chez les personnes surchargées de responsabilités, comme les managers. Ceux-ci opèrent le plus souvent un contrôle total et savent compenser les moments de forte pression par des périodes plus calmes. C'est très important: la durée de la période de stress est plus pesante que l'intensité du stress.

Le stress chronique, sans aucune possibilité de récupération, est néfaste. Le *contrôle social* (c'est-à-dire la manière dont l'environnement professionnel agit sur chacun) peut atténuer l'effet très négatif d'exigences élevées couplées à un contrôle trop bas.

Les plus sensibles au stress sont les personnes chargées de beaucoup de travail mais sans possibilité de réguler, surtout celles qui exercent les tâches les moins nobles. Ces personnes semblent la plupart du temps peu actives dans leur temps libre; le risque pour leur santé s'en trouve d'autant plus grand. Non que ces gens soient paresseux: le comportement se développe du fait du travail.

Prévention

La nécessité d'une prévention du stress va aller croissant dans notre



Les visages de la nouvelle médecine du travail. Leur objectif : prévenir le stress et contribuer à la politique de l'entreprise.

univers socio-économique. On va voir confier à un nombre de plus en plus restreint de personnes un volume de travail de plus en plus grand. Le stress frappera aussi les chômeurs. D'un point de vue macro-économique, investir dans la prévention du stress s'avère payant. Certains chercheurs plaident de ce fait pour un *health audit* dans les entreprises, sur la base d'une question: quels facteurs de l'organisation sont susceptibles d'affaiblir la santé ? Parallèlement, un stressmanagement individuel est bien sûr aussi important.

Les réglementations européenne et belge indiquent clairement que l'employeur doit être attentif à cet aspect.

Depuis 1996, une loi belge relative au bien-être des travailleurs met entre autres en évidence la responsabilité d'une entreprise quant à la pression psychologique exercée sur eux. Des initiatives privées mènent déjà à l'élaboration d'une politique nationale en la matière. Mais rien n'existe encore dans les institutions et entreprises publiques. CPS est prêt à soutenir – avec l'appui de l'UCC Sécurité & Environnement – tout responsable d'unité de la SNCB soucieux d'une analyse de risque et à le conseiller dans le choix d'une stratégie de prévention du stress.

Au-delà du stress

Les activités de CPS ne s'arrêtent toutefois pas à la prévention du stress. Sa contribution à la politique de santé se concrétise dans d'autres domaines, comme la campagne anti-tabac de l'atelier de Malines. Roger Mariën en parle: "La médecine du travail nous a guidés dans cette campagne. Plusieurs travailleurs de l'atelier ont bénéficié de son aide pour cesser de fumer. Dommage que la campagne n'ait pas été prolongée". CPS la poursuit en fait, sur une base individuelle, par le biais d'un examen médical annuel.

Les ondes électromagnétiques sont aussi au cœur d'un travail. Le docteur Bryon, spécialisé en radioprotection, s'en explique: "Une inquiétude existe parmi les travailleurs quant à la nocivité des champs électromagnétiques générés par les nombreuses antennes placées par les opérateurs GSM. CPS a fourni aux conseillers en prévention et aux médecins du travail toutes les données

scientifiques les plus récentes en rapport avec les effets des ondes électromagnétiques sur la santé. Nous espérons que cette information distribuée au cours d'un séminaire sera répercutée vers tous les intéressés".

Et le docteur Lamon: "Nous avons organisé des campagnes de vaccination obligatoires ou sur base volontaire. En particulier cette année une vaccination contre la grippe organisée dans plusieurs centres d'activités en collaboration avec le service de sécurité et les responsables de ces unités".

Voilà un petit échantillonnage de ce que CPS peut proposer. Le service a la volonté de faire bien plus encore, avec le management de l'entreprise, de manière à résoudre dans la mesure du possible le plus grand nombre de problèmes.

