

L'essai encadré : tester pour mieux reprendre Retour d'expérience en grande distribution

Auteur ▶ Dr Dragos Tamas - Médecin du travail à AST67
Co-auteurs ▶ Audrey Guiho - Ergonome à AST67
▶ Elise Lelong - Infirmière en santé au travail à AST67



Introduction

La reprise du travail après un arrêt prolongé pour raison de santé constitue une étape à risque, tant pour le salarié que pour l'employeur. L'essai encadré (EE) est un dispositif encore insuffisamment connu, permettant **d'évaluer, en conditions réelles de travail, la compatibilité entre l'état de santé du salarié, ses capacités fonctionnelles et les exigences du poste, tout en maintenant l'arrêt de travail et les indemnités journalières.**



Objectif

Présenter un retour d'expérience d'essai encadré mené en milieu de grande distribution, illustrant l'intérêt du dispositif pour sécuriser une reprise à temps partiel thérapeutique et identifier des aménagements pertinents du poste de travail.



Méthode

Un essai encadré de courte durée (3 demi-journées) a été organisé sur le poste habituel d'une employée commerciale de rayon, après un arrêt de travail prolongé.

Le dispositif a reposé sur :

- une coordination étroite entre le service de prévention et de santé au travail, l'entreprise et la salariée ;
- une supervision pluridisciplinaire (médecin du travail, infirmière, ergonome) avec observations en situation réelle ;
- une évaluation ciblée des capacités fonctionnelles, des contraintes biomécaniques, du rythme de travail et de l'environnement.

Les restrictions médicales initiales portaient notamment sur le port de charges, les postures contraignantes et l'organisation du travail.



Résultats

L'essai encadré a permis de mettre en évidence :

- une capacité globale satisfaisante à réaliser les tâches principales (gestion du stock, mise en rayon), sous réserve du respect des restrictions ;
- des difficultés persistantes lors des flexions lombaires basses et du travail prolongé à genoux ou en position statique ;
- un besoin d'alternance fréquente des postures et d'un temps d'adaptation au rythme de travail.

L'observation a également permis d'identifier des aménagements simples et immédiatement opérationnels, notamment :

- l'utilisation exclusive d'un transpalette électrique ;
- l'adaptation du matériel de mise en rayon (chariot à fond mobile) ;
- la protection des genoux et le test d'un ergosiège une souplesse organisationnelle permettant des pauses adaptées.



Discussion

L'essai encadré apparaît comme **un outil d'aide à la décision majeur**, permettant :

- **d'objectiver les capacités réelles** du salarié, au-delà des seules données médicales ;
- de sécuriser la reprise du travail en limitant le risque de rechute ;
- **de favoriser l'adhésion de l'employeur** grâce à une démarche concrète, limitée dans le temps et encadrée.

Il constitue également un support de dialogue entre les acteurs de la prévention et de l'entreprise.



Conclusion

L'essai encadré est un dispositif pertinent pour accompagner une reprise progressive du travail. Il permet d'anticiper les difficultés, de tester des aménagements en situation réelle et de préparer une reprise à temps partiel thérapeutique dans des conditions sécurisées et acceptables pour tous les acteurs.



Messages clés pour la pratique

- ⊙ Dispositif souple, court et sécurisé
- ⊙ Favorise une reprise durable et adaptée
- ⊙ Outil d'évaluation fonctionnelle en conditions réelles
- ⊙ Renforce la collaboration pluridisciplinaire

Retrouver notre poster
en scannant le QR Code

