

Auteur ▶ Anna Heschung - Infirmière en santé au travail à AST67
Co-auteur ▶ Karlijn Bosch - Infirmière en santé au travail à AST67

Ces dernières années, la parole s'est libérée autour des maladies féminines. Toutefois, une méconnaissance et une banalisation de ces pathologies persistent encore dans certains milieux professionnels.



C'est pourquoi nous avons souhaité créer une fiche conseil, notamment sur l'endométriose, destinée à la fois aux employeurs, aux collectifs de travail et aux femmes concernées.

L'objectif est double : d'une part, améliorer la compréhension des difficultés rencontrées par les salariées concernées et proposer des pistes d'adaptation de l'organisation du travail ; d'autre part, informer les femmes sur les solutions pour favoriser leur maintien dans l'emploi.

L'endométriose est une **maladie chronique** qui touche 1 femme sur 10 en âge de procréer et de travailler et qui se définit par la présence de tissus semblables à la muqueuse de l'utérus en dehors de celui-ci. *Par exemple : les ovaires, la vessie, le rectum.* Elle peut provoquer des **douleurs intenses**, pendant les **règles et en dehors**, des **troubles digestifs et urinaires, fatigue**.



Impact pour la salariée

- **Douleurs physiques et fatigue** liées aux changements de position fréquents ou au maintien prolongé de certaines postures de travail.
- **Interruptions répétées de l'activité** professionnelles dues à des besoins urgents, fréquents et parfois prolongés de se rendre aux toilettes.
- **Altération des capacités cognitives** se traduisant par une baisse de la concentration, des difficultés à réaliser certaines missions.
- **Atteinte psychologique** avec l'apparition de stress, d'un sentiment de culpabilité, d'irritabilité, voire de troubles de l'humeur ou état dépressif.
- **Fatigue persistante et fatigabilité accrue** impactant la capacité à maintenir un rythme de travail soutenu.
- **Absences fréquentes** de courte durée et imprévues, nécessaires pour faire face à la douleur, à la fatigue ou aux soins.

Risques associés :

- **Isolement professionnel** et **risque d'exclusion** des équipes.
- **Perte d'opportunité** en matière d'évolution professionnelle.
- **Difficulté de maintien dans l'emploi ou en emploi**, pouvant conduire à la désinsertion professionnelle.



Je suis concernée : les démarches à effectuer

Le médecin du travail et l'équipe pluridisciplinaire vous accompagnent en évaluant l'impact sur le travail, en proposant d'éventuels **aménagements** et en favorisant le **maintien dans l'emploi**.

Il est possible d'effectuer une demande de **RQTH** (*Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé*) en cas d'évolution sévère de la maladie et sous certaines conditions.

Sur proposition du médecin traitant, à la suite d'une chirurgie ou d'un arrêt maladie prolongé, vous pouvez bénéficier d'un **mi-temps thérapeutique** afin de faciliter le retour à l'emploi en douceur.

La **reconversion professionnelle** peut s'avérer pertinente pour les emplois trop physiques ou trop sédentaires.



Impact pour l'entreprise

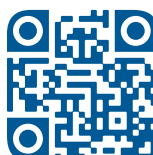
- **Désorganisation du travail** liée à la gestion de l'absentéisme non prévisible et aux variations de l'état de santé de la salariée.
- **Tensions dans les relations professionnelles** dues à la surcharge de travail engendrée par les absences et à une incompréhension au sein de l'équipe.
- **Perte économique**, baisse de la qualité de service, non-respect des délais, accumulation des retards.
- Diminution de la performance collective.



Quelques idées pour adapter l'organisation

- **Former et sensibiliser** la Direction, les managers et les salariés.
- Favoriser les **modes de travail alternatifs** : télétravail, en décalé, temps partiel.
- **Aménager** la charge, les objectifs et les délais (*travail en binôme, points réguliers avec le manager*).
- Optimiser la **répartition des tâches** dans l'équipe en cas de crise ou de façon pérenne.
- Introduire des **temps de récupération** avec des activités moins sollicitantes et des pauses régulières.
- **Adapter les tâches** susceptibles d'aggraver les symptômes (*port de charges lourdes, posture debout prolongée...*).
- Mettre en place des **équipements** pour limiter les manutentions de charges, les positions pénibles, les déplacements (*chaise de bureau adaptée, chaise pour les postes debout...*).

La **table ronde consacrée à la santé de la femme**, organisée par notre SPSTI en mars 2026, a mis en lumière l'endométriose, le SOPK et la ménopause, en apportant des solutions concrètes pour une prise en charge globale et pluridisciplinaire.



Télécharger
la brochure

Retrouver notre poster
et la brochure en
scannant les QR Codes

