



1. QUAND DÉCLARER SA GROSSESSE À L'EMPLOYEUR ?

Une femme n'a pas l'obligation de déclarer sa grossesse à l'employeur, que ce soit à l'embauche, durant la période d'essai ou pendant l'exécution du contrat de travail. Elle a, cependant, l'obligation de l'informer au moment de son départ en congé de maternité. Cette information se fait au moment où elle le souhaite, par écrit ou verbalement.

Toutefois, il est recommandé de déclarer au plus tôt sa grossesse à son employeur. Cela lui permet de mettre en place les dispositions visant à une meilleure protection de la santé de la femme enceinte et/ou de son enfant.

2. POSSIBILITÉ D'ABSENCE DE LA FEMME ENCEINTE PENDANT LE TEMPS DE TRAVAIL

Pour réaliser les examens médicaux obligatoires dans le cadre du suivi de la grossesse et des suites de l'accouchement, la femme enceinte bénéficie d'une autorisation d'absence. Il n'y a pas de répercussions financières et ces absences sont assimilées à du travail effectif.

Il en est de même pour les personnes recourant à une assistance médicale à la procréation.

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichCode.do?idSectionTA=LEGISCTA000006195592&cidTexte=LEGITEX000006072050>

3. POSTES INTERDITS PENDANT LA GROSSESSE

Le code du travail interdit formellement à une femme enceinte ou allaitante un certain nombre de travaux exposant à des risques biologiques, physiques ou chimiques. Le but est de préserver la santé de la future mère et de son enfant.

<http://www.inrs.fr/risques/reproduction/ce-qu-il-faut-retenir.html>

Les conséquences de ces expositions professionnelles pourraient être : un avortement, un retard de croissance, une hypotrophie, une prématurité, des malformations, une perturbation du système immunitaire et/ou du développement de certains organes (notamment le système nerveux), une intoxication de l'enfant en cas de contamination du lait maternel...

Poste exposant à des agents chimiques toxiques Cancérogènes Mutagènes Reprotoxiques (CMR)

L'exposition aux produits ci-dessous est incompatible avec la grossesse et l'allaitement :

<http://www.inrs.fr/risques/reproduction/reglementation.html>

- Agents classés toxiques pour la reproduction de catégorie 1 A ou 1 B selon la classification du règlement CLP (article D. 4152-10 du Code du travail)
- Benzène (article D. 4152-10 du Code du travail)
- Esters thiophosphoriques (article D. 4152-9 du Code du travail)
- Certains dérivés des hydrocarbures aromatiques : dérivés nitrés et chloronitrés des hydrocarbures benzéniques, dinitrophénol, aniline et homologues, naphtylamines et homologues (article D. 4152-10 du Code du travail)
- Mercure et ses composés, aux travaux de secrétage dans l'industrie de la couperie de poils (article D. 4152-9 du Code du travail)
- Produits antiparasitaires dont l'étiquetage indique qu'ils peuvent provoquer des altérations génétiques héréditaires ou des malformations congénitales, ou

classés cancérogènes et mutagènes (article R. 1225-4 du Code du travail)

- Plomb métallique et ses composés (article R. 1225-4 du Code du travail)

L'exposition aux solvants est particulièrement dangereuse car ils passent la barrière placentaire.

Il est essentiel que **l'équipe médicale de santé au travail** soit informée au plus tôt de la grossesse. Ceci permet de sensibiliser les salariées sur les précautions à prendre pour prévenir l'exposition.

Postes avec postures pénibles et/ou manutentions :



Il est recommandé d'éviter :

- le port de charges lourdes
- le travail debout et le piétinement (des pauses assises sont à prévoir)
- la station assise prolongée
- certaines postures contraignantes (bras en élévation, postures en flexion avant...)

Travail de nuit ou posté :

La salariée enceinte doit éviter le travail de nuit ou posté notamment à partir de la 12^{ème} semaine d'aménorrhée.

Elle doit pouvoir être affectée à un poste en travail de jour à sa demande ou sur préconisation du médecin du travail. Il n'y a pas d'incidence sur la rémunération.

L'affectation de jour peut se faire pendant toute la durée de la grossesse et après son retour au travail, si besoin, pour une durée déterminée (sur avis du médecin du travail).

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichCode.do?idSectionTA=LEGISCTA000006198526&cidTexte=LEGITEXT000006072050>

Expositions aux rayonnements ionisants

Les dispositions sont prises pour que l'exposition de la femme enceinte soit aussi faible que raisonnablement possible, et en tout état de cause en dessous de 1 mSv, entre la déclaration de la grossesse et le moment de l'accouchement.

Les femmes allaitantes ne doivent pas être affectées ou maintenues à des postes de travail comportant un risque d'exposition interne.

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichCode.do?idSectionTA=LEGISCTA000018532807&cidTexte=LEGITEXT000006072050&dateTexte=20090308>

Expositions aux champs électromagnétiques

Les connaissances actuelles ne permettent pas de faire des préconisations précises. Toutefois, il est logique de maintenir l'exposition à un niveau le plus faible possible dans l'attente des recommandations.

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichCodeArticle.do;jsessionid=B5F817B3B669B1726E979EBB9217C369>.

Postes avec des risques biologiques

Il est interdit d'exposer la femme enceinte à un risque de contamination par le virus de la rubéole (crèche) ou par la toxoplasmose (principalement travail avec des animaux), sauf si elle peut justifier d'une immunisation suffisante.

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichCodeArticle.do?idArticle=LEGIARTI000018532809&cidTexte=LEGITEXT000006072050&dateTexte=20170704>

Les salariées travaillant au contact de la petite enfance sont fréquemment exposées aux agents pathogènes, en particulier le cytomégalovirus qui peut avoir des conséquences sur la grossesse.

Les mesures de prévention pour éviter la transmission sont : le lavage des mains fréquents, le partage des couverts, la limitation des contacts avec les urines, les selles, la salive, les larmes...

La mise à jour des vaccins est recommandée, de préférence avant la grossesse (rougeole oreillons rubéole coqueluche notamment).

Travaux en milieu hyperbare

(décret n° 90-277 du 28 mars 1990, article 32bis, art. R. 1225-4 et D. 4152-29 du Code du travail).

Il est interdit d'affecter des femmes qui se sont déclarées enceintes à des travaux en milieu hyperbare dès lors que la pression relative maximale excède la pression d'intervention définie à la classe I A, soit 1,2 bar.

Les travaux à l'aide d'engins du type marteau-piqueur mus à l'air comprimé sont interdits (article D. 4152-8 du Code du travail).

Le travail aux étalages extérieurs ou au froid : il est interdit si la température est inférieure à 0 degrés et après 22 heures.

Le travail au bruit est déconseillé car il peut nuire à l'audition de l'enfant. Un niveau sonore supérieur à 85dBA doit être évité ainsi que l'exposition à des fréquences inférieures à 250Hz, notamment pendant le dernier trimestre.

- Les vibrations, les trépidations sont à éviter dans le cadre de l'activité professionnelle.



En dehors de ces expositions professionnelles particulières, il peut être difficile de concilier l'état de grossesse et la poursuite de l'activité professionnelle. L'avis du médecin du travail est recommandé.

4. RÔLE DU SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL DANS LA PROTECTION DE LA MÈRE ET DE L'ENFANT

La femme enceinte bénéficie d'un Suivi Individuel Adapté (SIA).

L'équipe médicale de santé au travail :

- évalue les risques du poste de travail vis-à-vis de la grossesse
- s'assure de la compatibilité du poste avec celle-ci
- conseille et informe sur les mesures à mettre en œuvre pour protéger la grossesse ou sur les améliorations à apporter en cas d'expositions à des risques professionnels

En accord avec la salariée enceinte, et si elle a informé son employeur de l'état de grossesse, le médecin du travail :

- propose éventuellement des aménagements ou transformation du poste
- émet des restrictions
- propose des aménagements du temps de travail.

Certaines conventions collectives ouvrent droit à une réduction d'horaire d'une durée variable, pendant tout ou partie de la grossesse :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1901>

- préconise de retirer la femme enceinte du poste s'il est dangereux et conseille l'affectation de celle-ci sur un autre, temporairement.

Si aucune proposition ne peut être faite, le contrat de travail est suspendu et le salaire est maintenu.

Après le congé maternité ou le congé parental le médecin du travail s'assure que l'état de santé est compatible avec la reprise au poste par la visite de reprise du travail.

5. ASTUCES POUR CONCILIER GROSSESSE ET TRAVAIL

<https://www.ameli.fr/gard/assure/sante/themes/grossesse/hygiene-vie-grossesse>

- gérer son stress et apprendre à se relaxer
- adapter les horaires de travail avec l'accord de l'employeur afin d'éviter les heures d'affluence si on doit faire de longs trajets
- prévoir un coussin pour le dos et un repose pieds en cas de posture assise prolongée
- s'hydrater régulièrement
- en cas de nausées, prévoir un en-cas qui sera consommé en dehors du poste de travail
- favoriser une bonne hygiène de vie : veiller à un sommeil suffisant et une alimentation adaptée.

Ne pas fumer, ne pas prendre de médicaments sans avis médical, ne pas consommer d'alcool ni de drogues

LIENS UTILES

<https://travail-emploi.gouv.fr/sante-au-travail/statut-des-travailleurs-et-dispositions-particulieres/article/la-protection-des-femmes-enceintes-et-les-risques-lies-a-la-grossesse>

<https://www.atousante.com/situations-particulieres/expositions-professionnelles-eviter/>

<http://www.inrs.fr/publications/juridique/focus-juridiques/focus-femmes-enceintes.html>