

Date : 14/09/12

## Une étude européenne sur l'infarctus

par Afsané Sabouhi Les professionnels stressés ont un risque d'infarctus augmenté de 23%, selon une étude européenne. La prévention de ce facteur de risque est pourtant simple à mettre en pratique dans les entreprises.

Sur les 100 à 120 000 infarctus qui surviennent chaque année en France, près de 4000 seraient imputables à des conditions de travail stressantes. C'est une étude menée dans 7 pays d'Europe sur près de 200 000 travailleurs et publiée aujourd'hui dans la revue médicale The Lancet qui enfonce le clou. Le stress au travail n'est pas seulement néfaste pour le moral, il porte au cœur aussi et augmente de 23% le risque d'infarctus.

Les effets du stress sur le cœur sont doubles. D'une part, les personnes stressées ont tendance à multiplier les comportements nocifs pour leur santé cardiovasculaire. Pour « compenser » leur stress, elles fument plus, consomment plus d'alcool, d'aliments gras, salés ou sucrés et font moins d'activité physique. Et en parallèle, le stress agit directement sur le muscle cardiaque en augmentant la sécrétion d'une hormone: le cortisol.

Résultat marquant de cette grande étude européenne, quel que soit le métier, le mode de vie, l'âge, le sexe ou la nationalité du travailleur, le sur-risque d'infarctus est identique, de l'ordre de 25%. Preuve que le stress au travail est, en lui-même, un facteur de risque.

Ecoutez Marcel Goldberg, épidémiologiste de l'unité Inserm 1018 Epidémiologie et Santé des populations : « Gaziers, administratifs des ministères, hospitaliers, les effets du stress pour le cœur sont les mêmes pour tous »

Le niveau de stress des travailleurs a été évalué par des questionnaires qui portent sur deux dimensions : le niveau de contraintes imposées (horaires, urgence...) et la latitude décisionnelle

## Évaluation du site

Ce site émane de l'hebdomadaire Le Nouvel Observateur. Il propose des articles concernant l'actualité liée à la santé, à la prévention des maladies et aux questions de société en rapport avec ces thèmes.

**Cible**  
**Grand Public**

**Dynamisme\* : 11**

\* pages nouvelles en moyenne sur une semaine

accordée à la personne. Le stress au travail est maximal lorsque la personne est soumise à de très fortes contraintes sans avoir aucune latitude pour adapter ses propres conditions de travail.

Ecoutez Marcel Goldberg : « L'exemple type, c'est le travail à la chaîne, contraintes maximales et aucune latitude décisionnelle »

Pour le psychiatre **Patrick Légeron** , qui a fondé en 1989 un cabinet de conseil spécialisé dans la prévention du **stress** au travail, il n'y a pourtant aucune fatalité. Agir sur les facteurs de **stress** au sein des entreprises est possible et ne demande pas de révolution majeure dans les organisations.

Ecoutez le **Dr Patrick Légeron** , psychiatre : « Améliorer les horaires, réguler l'utilisation des mails, ce sont de petites choses très efficaces »

Selon ce spécialiste, les entreprises françaises commencent à peine à sortir du déni. Des accords entre partenaires sociaux sur le **stress** au travail ont été signés en 2008 quand les Danois les appliquent depuis 1977.

La justice a également changé d'attitude. La mise en examen en juillet dernier de l'ex-PDG de France Telecom, Didier Lombard pour harcèlement moral après les suicides de salariés survenus en 2008 et 2009 est une première en France. « On peut très bien imaginer demain des poursuites en justice d'entreprises ayant mené des salariés à l'infarctus par un environnement de travail **stressant** », poursuit **Patrick Légeron** . La reconnaissance d'un infarctus comme maladie professionnelle aurait aussi des conséquences financières non négligeables pour l'Assurance Maladie.

Ecoutez le **Dr Patrick Légeron** : « En cas de maladie professionnelle, c'est aux employeurs de payer et pas au régime général des salariés ».

Mais sans même parler de l'indemnisation d'une maladie professionnelle, l'addition est de toute façon salée pour l'employeur. « IBM l'avait déjà calculé dans les années 90, raconte **Patrick Légeron** . Lorsque l'un de ses cadres supérieurs faisait un infarctus, recruter dans l'urgence et gérer la déstabilisation de l'équipe lui coûtait un million de dollars. » Mieux vaut prévenir que guérir serait donc un adage aussi médical qu'économique.