



# SCIENCES

## Le burn out, une maladie mal définie

L'Académie de médecine reconnaît la réalité de la souffrance, mais demande d'affiner le diagnostic.

DAMIEN MASCRET [@dmascret](#)

**TRAVAIL** Quels que soient vos symptômes, vous ne souffrez pas de burn out. Cette maladie n'existe pas ! Elle est absente des grandes classifications internationales des maladies mentales (DSM-V américain, CIM-10 de l'Organisation mondiale de la santé) encadrant la recherche internationale en psychiatrie. Et rien n'indique que cela soit envisagé prochainement.

« Le terme de burn out renvoie à une réalité mal définie », souligne l'Académie de médecine dans un rapport rendu public mardi. Une réalité qui va « d'un état de détresse psychologique, un état pathologique de syndrome d'inadaptation, à un facteur stressant chronique ».

“ Il faut voir ce qui doit rester dans le champ de la détresse psychologique et ce qui doit entrer dans celui de la pathologie ”

PR JEAN-PIERRE OLIÉ

L'important, pour les psychiatres, reste de bien poser le diagnostic. Est-ce une dépression d'épuisement ? Un état de stress post-traumatique ? Un trouble de l'adaptation ? Une pathologie anxieuse ? Loin d'être une coquetterie d'académicien, il s'agit de bien nommer les choses pour mieux les traiter.

« Le malade c'est la plainte, et les personnes en burn out sont des malades, explique le Pr Bruno Falissard, polytechnicien et médecin pédopsychiatre. Mais pour parler de maladie, il faut un ensemble de caractéristiques statistiquement associées (phénotypes) qui permet de dé-

terminer un diagnostic, un pronostic et une thérapeutique. »

« En l'état actuel, le burn out n'est pas un diagnostic médical, insiste le Pr Jean-Pierre Olié, corapporteur de l'Académie, avec le Dr Patrick Légeron, au nom de la commission Psychiatrie et santé mentale. Mais il y a une réalité, décrite très finement il y a plus d'un demi-siècle par le psychiatre français Claude Veil, sous le nom d'épuisement professionnel. » Dès 1959, ce pionnier de la psychopathologie du travail met en garde ses confrères dans une revue médicale (*Le Concours médical*) : « L'état d'épuisement est le fruit de la rencontre d'un individu et d'une situation. L'un et l'autre sont complexes, et l'on doit se garder des simplifications abusives. »

Tellement complexe qu'un demi-siècle plus tard l'Académie s'avoue toujours impuissante à démêler l'écheveau de la souffrance au travail. Les sages invitent les organismes en charge de la recherche médicale à définir des critères clairs, à identifier des mécanismes de la maladie et, in fine, à proposer des mesures de prévention et des traitements.

« Des recherches permettront peut-être de mieux délimiter le burn out, mais aujourd'hui il n'est pas sérieux, psychiatriquement, de valider ce diagnostic », espère le Dr Légeron. « Il faut voir ce qui doit rester dans le champ de la détresse psychologique et ce qui doit entrer dans celui de la pathologie, ajoute le Pr Olié. Le ministère de la Santé doit absolument se saisir de cette problématique et ne pas la laisser entre les mains du ministère du Travail. »

Dans une série de propositions, l'Académie recommande aussi de concentrer les efforts de la médecine du travail sur la prévention afin d'éviter l'épuisement professionnel. ■