

## Burn-out au travail : le mal du siècle

Alors que l'ex-ministre Benoit Hamon dépose une proposition de loi pour la reconnaissance du " burn-out " comme maladie professionnelle, l'Académie de médecine vient de remettre un rapport sur le sujet. Premier constat, le mot est employé à tort et à travers : " L'expansion du terme "burn-out" est une source de confusion en raison des limites imprécises de cette réalité ".

Pourtant, la souffrance au travail existe. " Nous ne nions pas la réalité, explique le Pr Olié, psychiatre co-auteur du rapport. Mais elle est polymorphe ". De fait, la symptomatologie concernant le burn-out revêt plusieurs formes : épuisement professionnel , épuisement émotionnel, non reconnaissance professionnelle, fatigue, dépression, stress chronique, désarroi psychologique... Quels que soient les signes, actuellement, le terme ne figure pas au tableau des classifications internationales.

30 000 à 3 millions de salariés touchés par le burn-out

Combien de salariés sont-ils en " burn-out " en France ? Difficile de savoir. Certaines données annoncent le chiffre de 3 millions, d'autres 100 000. Une étude de l'Institut National de Veille Sanitaire (Invs) évalue à 480 000 les salariés en souffrance professionnelle dont 7% concernerait le burn-out , soit environ 30 000. Tout le monde peut être victime d'un " épuisement professionnel ", néanmoins, " les métiers les plus concernés sont ceux où il est nécessaire de montrer ou de réprimer ses émotions et les métiers où il faut preuve d'empathie ", note le rapport. Les femmes et un haut niveau socio-économique semblent être un facteur de vulnérabilité mais ces critères peuvent être confondus avec le type de profession exercée. En revanche, chez les hommes, le célibat ou la séparation augmentent le risque.

Les mauvaises conditions de travail

Selon le Dr Patrick Légeron, psychiatre, sont en cause " majoritairement, les conditions de travail mais les suicides ne surviennent pas chez n'importe qui : le surinvestissement personnel, le perfectionnisme sont aussi des variables importantes. Il faut alerter le monde du travail sur ce culte du surinvestissement, les conséquences sur la santé peuvent être désastreuses."

A la demande du ministère du Travail, en 2011, l'Insee a recensé les facteurs de risques psychosociaux. Ils regroupent :

les exigences du travail,

le manque d'autonomie et de marges de manoeuvre,

l'absence de soutien social et de reconnaissance au travail,

les conflits de valeurs,

l'insécurité de l'emploi et du travail.

La prévention des risques psychosociaux à la traîne

Pour autant, la France est en retard en matière de prévention pour tout ce qui peut provoquer le burn-out par rapport à

ses voisins. Selon le dernier rapport de l'Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail dans lequel environ 50 000 entreprises ont été sondées, le Danemark arrive en tête dans la qualité des actions mises en place pour lutter contre les risques psychosociaux. La Grande-Bretagne suit avec la Suède et la Norvège, la France est à la 29ème place sur 36.

" Plusieurs rapports soulignent que les managers sont insuffisamment formés à la santé au travail ", indique le rapport de l'Académie de médecine. Quant aux médecins du travail, interlocuteur privilégié des salariés, ils sont trop peu nombreux : ils seront 3000 dans dix ans contre 5 500 actuellement.

<http://www.e-sante.fr/burn-out-travail-mal-siecle/breve/1081>