



35^{ème} CONGRÈS
DE MÉDECINE
ET SANTÉ
AU TRAVAIL

5 AU 8 JUN 2018

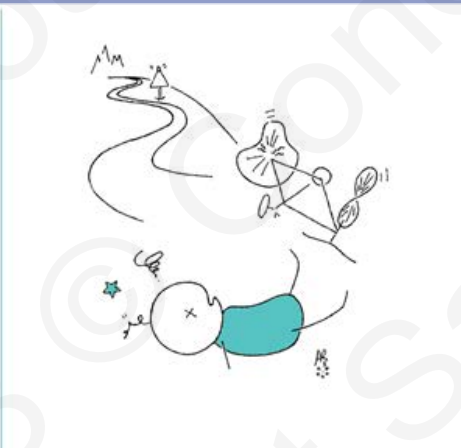
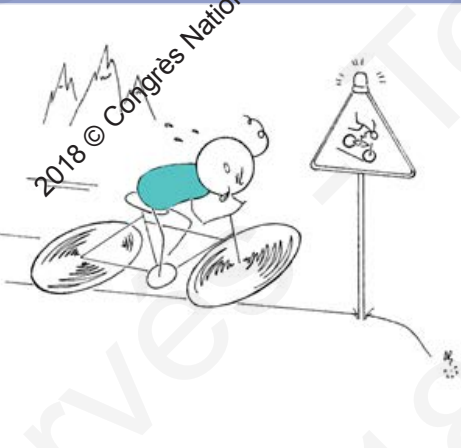
PALAIS DES CONGRÈS CHANOT

MARSEILLE

Burn-out

Accompagnement collaboratif médecin du travail-psychologue du travail

Dr Catherine LOPEZ – MSA Ain-Rhône
(aucun lien d'intérêt)



Th9(CO3) – A1597CL – Exercice des acteurs de santé au travail

Pourquoi ?

▶ répondre à

- une problématique récurrente et complexe de prise en charge pour le médecin du travail
- au plan SST 2016-2020 concernant la prévention de la désinsertion professionnelle

▶ interroger et homogénéiser les pratiques dans le service

▶ travailler en pluridisciplinarité

▶ réaliser une action de prévention primaire au-delà de la prévention tertiaire en matière de souffrance au travail

Un outil de communication

<http://www.msa01-69.fr/lfy/documents/98785/2535593/Pr%C3%A9venir+le+burn+out+7%C3%A9puisement+professionnel>



Attention danger : les indicateurs de risque

- ▶ **La personne**
 - impression d'être surchargé(e)
 - doutes sur ses compétences et/ou les résultats à attendre
 - diminution du temps passé en famille, entre amis
 - volonté d'y arriver coûte que coûte
 - perte d'énergie
 - douleurs physiques (dos, tête)
- ▶ **Le travail**
 - changement de poste
 - prise de responsabilité, promotion
 - management fonctionnel sans lien hiérarchique
 - retour de congé maternité
 - augmentation de la charge de travail
 - travail face à un public à satisfaire
 - nouveaux modes d'organisation
 - manque de soutien des collègues, de la hiérarchie
 - utilisation croissante des techniques de communication à distance



La chute : les symptômes qui doivent alerter

- ▶ **L'épuisement physique, émotionnel et intellectuel :**
 - troubles du sommeil, de la concentration, de la mémoire
 - irritabilité, tristesse
- ▶ **Le cynisme vis-à-vis du travail :**
 - attitude négative vis-à-vis du travail et des personnes
 - désengagement du travail
- ▶ **La diminution de l'accomplissement personnel au travail :**
 - dévalorisation de soi, absence de sens
 - sentiment d'échec ou d'être dans une impasse

Une personne atteinte d'épuisement professionnel ne s'en rend pas forcément compte.

Conséquences du burn out

grand bouleversement professionnel et personnel
le revu et à corriger
l'organisation vont évoluer
les hiérarchies et à la hiérarchie seront modifiés

▶ baisse de la performance globale

diminution des salaires
recrutement
augmentation des accidents du travail
mécontentement des clients
perte de l'employeur

▶ la qualité de vie au travail

Le travail peut vous accompagner, pensez-y !
(visite périodique, visite à la demande, étude de poste)
visite de travail (visite de pré-reprise)
conditions de travail en lien avec votre employeur
projet professionnel

le médecin du travail :



Les étapes : étape nécessaire pour se reconstruire

le temps du travail pour démarrer sa reconstruction
recharger, se redécouvrir
et sa place dans la vie en général
de manoeuvre pour agir
pas après l'autre

La harmonie retrouvée : éviter la rechute !

personnelle, à chacun sa solution
travail
réduction des temps de transport
réunions
mails à 3-4 fois par jour
de travail raisonnables
et de son smartphone



l'épuisement professionnel, ça n'arrive pas qu'aux autres.



**CONSULTATION
D'INCLUSION**

Plaquette
Maslach
Consentement
éclairé
Fiche liaison
MDT-psycho
Fichier pilotage

**ENTRETIENS
PSYCHOLOGUE
DU TRAVAIL**

5 à 7 séances
3 phases :
Exploration
Accompagnement
pré-reprise
Appui à la reprise
ou à la
reconversion
professionnelle

**EXAMEN(S) DE
PRE-REPRISE**

Préparation retour
dans l'emploi
Point sur les
conditions de
reprise +/-
-Courrier
employeur remis
au salarié
+/-lien MC-ASS
(bilan
compétence) +/-
conseil RQTH

**RENCONTRE
EMPLOYEUR**

Si retour dans
l'entreprise
envisagé
A l'initiative du
salarié SALARIE
-EMPLOYEUR-
MDT-PSYCHO
Plaquette
Enjeux pour
l'entreprise
Préconisations
d'aménagement
poste de travail
Questionnaire
satisfaction
employeur

**VISITE DE
REPRISE**

Plaquette
Point sur capacités
salarié à se situer
dans processus
reconstruction
Décision
« d'aptitude » au
poste
+/- préconisations
d'aménagement
Fichier pilotage

A 3 MOIS

Visite à la
demande MDT ou
EIST
Maslach
Questionnaire
satisfaction salarié
Fichier pilotage

A 1 AN

Visite à la
demande du MDT
ou EIST ou appel
téléphonique à 1
an
Maslach
Point devenir
professionnel
Fichier pilotage

UN SALARIE ACTEUR AU CENTRE DU DISPOSITIF

Inclusions : données démographiques

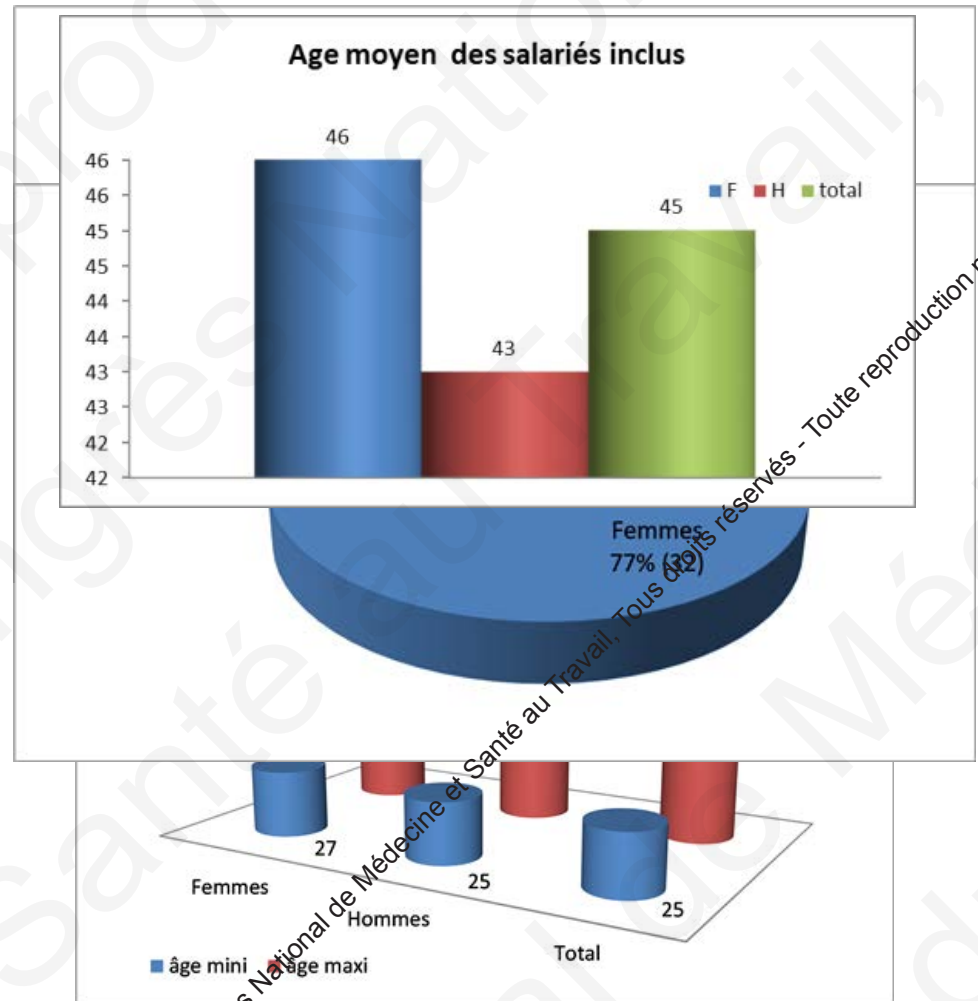
Effectif :

- 40 salariés
- Inclusions continues

Sexe : 8F/2H

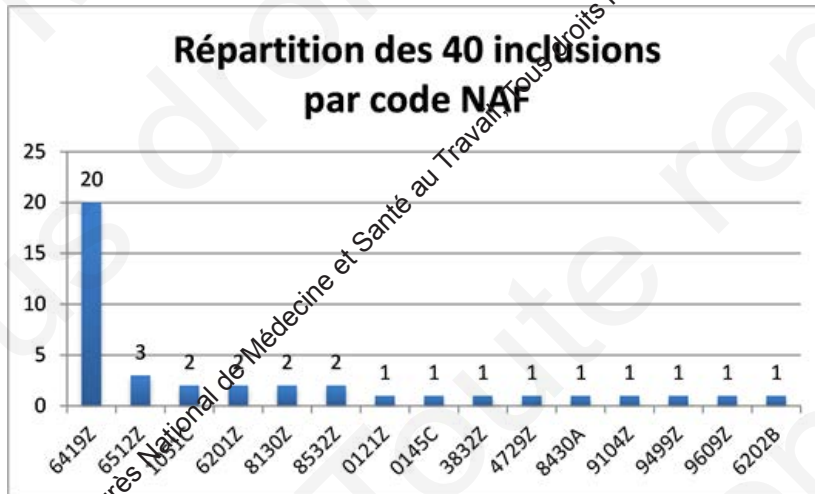
Age

- Moyen : 45 ans
- Extrêmes : 25 à 60 ans



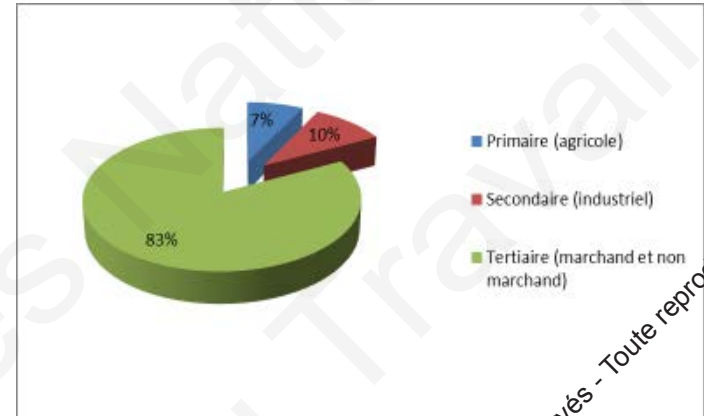
Inclusions : données professionnelles

Activité principale exercée dans l'entreprise

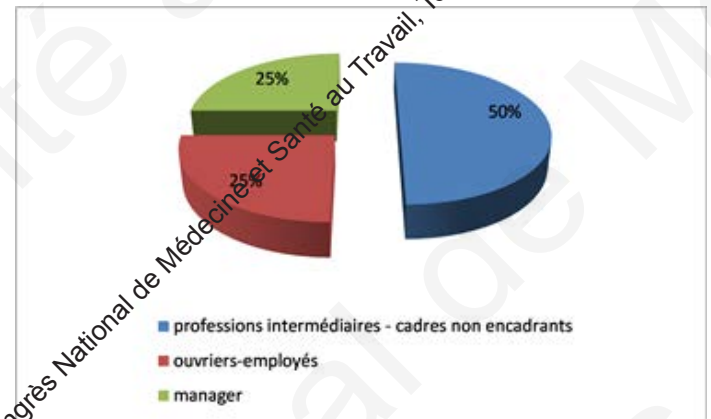


- **6419Z : autres intermédiaires monétaires**
- **6512Z : autres assurances**
- 1051C : fabrication de fromage
- 6201Z : programmation informatique
- 8130Z : services d'aménagement paysager
- 8532Z : enseignement secondaire technique ou professionnel
- 0121Z : culture de la vigne
- 0145C : élevage ovins et caprins
- 3832Z : récupération des déchets triés
- 4729Z : commerces de détail alimentaires en magasin spécialisé
- 8430A : activités générales de sécurité sociale
- 9104Z : gestion jardins botaniques ou zoologiques
- 9499Z : autre organisme fonctionnant par adhésion volontaire
- 9609Z : autres services personnels nca

Secteurs économiques

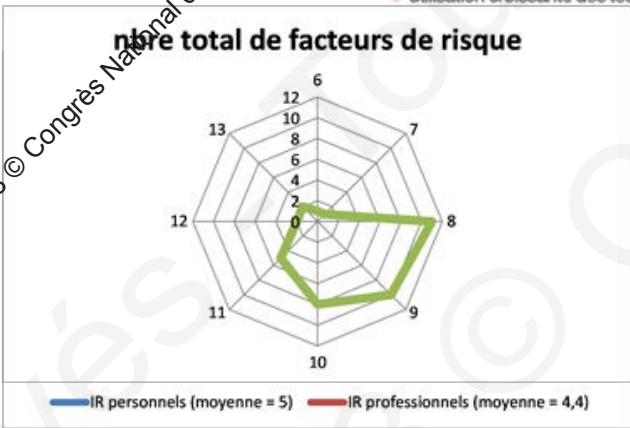
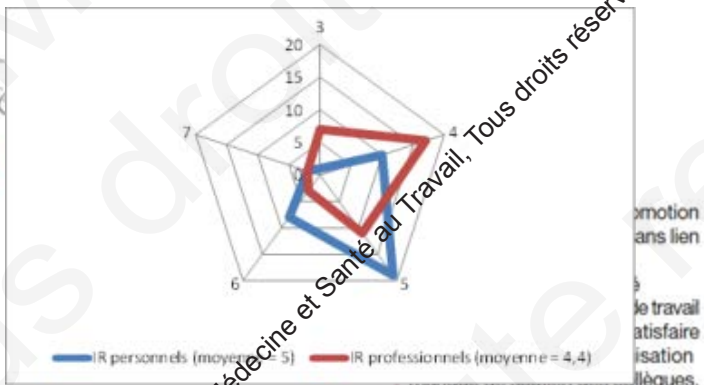


Catégories socio-professionnelles



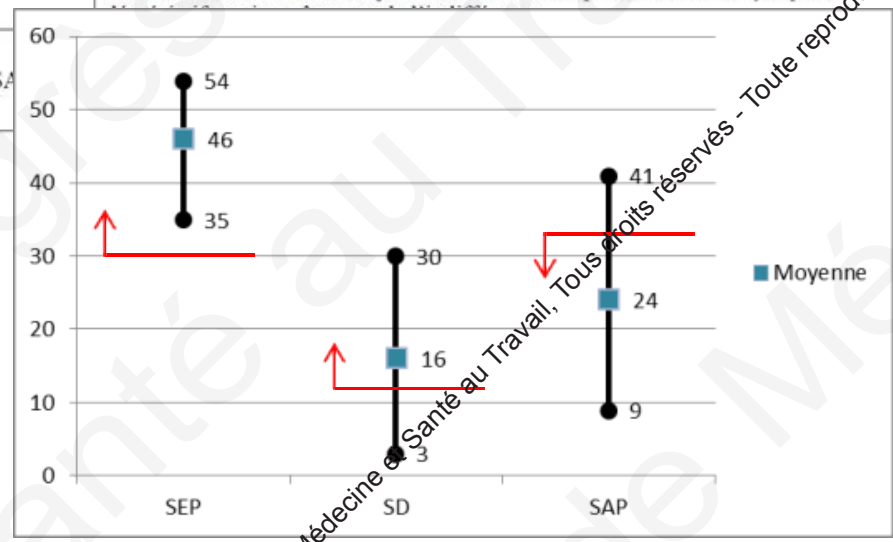
Inclusions : Evaluation épuisement professionnel

Indicateurs de risque



Test d'inventaire de Maslach

Epuisement Professionnel	SEP < à 17 Degré faible	18 < SEP < 29 Degré modéré	30 < SEP Degré élevé
Dépersonnalisation	SD < à 5 Degré faible	6 < SD < 11 Degré modéré	12 < SD Degré élevé
Accomplissement Personnel	SAP < à 33 Degré faible	34 < SAP < 39 Degré modéré	40 < SAP Degré élevé

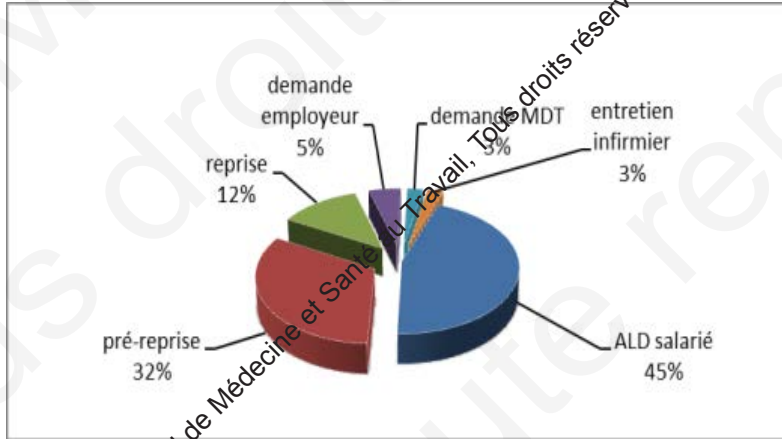


- SEP : degré sévère pour tous
- SD : degré modéré à élevé (sauf 2 cas)
- SAP : degré faible ou modéré (sauf 2 cas)

Une origine multifactorielle

Déroulé du protocole

Examen d'inclusion



Suivi protocole par médecin du travail

- A l'initiative du salarié
- Examen(s) de pré-reprise
- Echange de mails avec salarié (vertu de l'écrit ?)

Entretiens avec le psychologue du travail

- A l'initiative du salarié
- Prise en charge financière MSA Ain-Rhône
- 5 séances pour s'orienter ou non vers un retour dans l'entreprise
- Synthèse écrite en fin de prise en charge

Rencontre employeur

- À l'initiative du salarié
- Salarié soutenu par présence MDT et psycho qui retrouve capacité à dire
- Employeur rassuré par l'approche

Evaluation quantitative

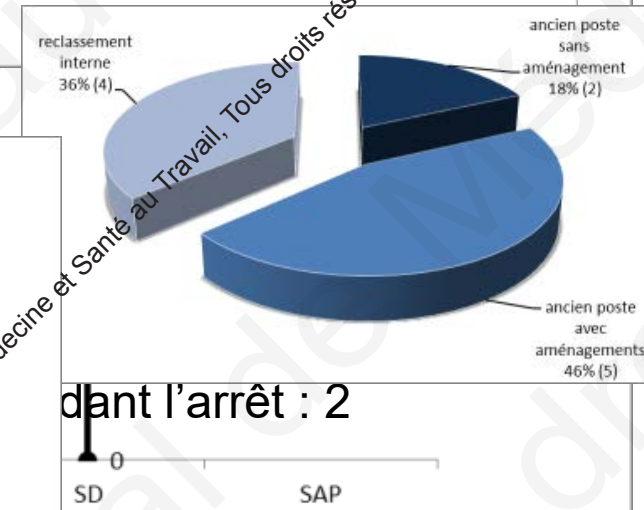
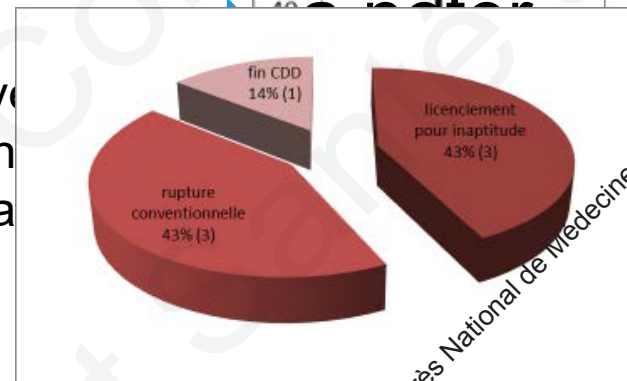
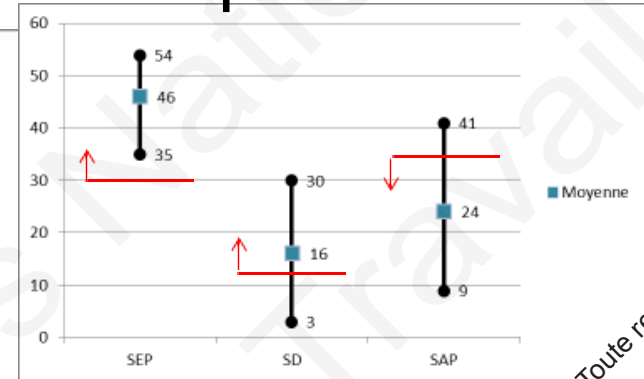
nombre de jours d'arrêt de travail

- 18 salariés « conclus »
 - 240 jours
 - Après inclusion dans le protocole : 188 jours
- Tous dossiers : 255 jours

MBI fin de protocole

- (10 questionnaires)
- 10 questionnaires
- SEP : 40% en degré sévère contre 100% à l'inclusion
- Pas de variation significative et SAP

Type de reprise



dant l'arrêt : 2

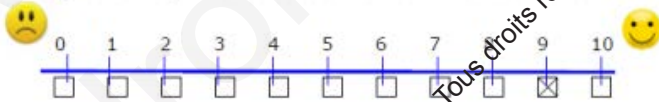
SD SAP

Evaluation qualitative par questionnaire

Salariés

(14 répondants – moyenne des résultats)

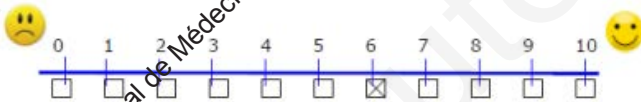
Pouvez-vous évaluer de façon globale l'accompagnement qui vous a été proposé depuis votre première rencontre avec le médecin du travail ?



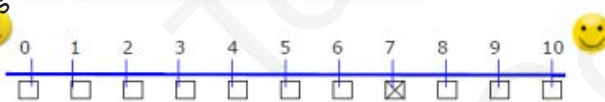
Pouvez-vous évaluer l'intérêt du contenu des rencontres avec le (la) psychologue du travail ?



Vous sentez vous mieux armé(e) pour prévenir une éventuelle rechute ?

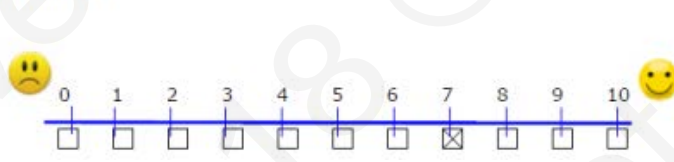


Cet accompagnement vous a-t-il aidé à retrouver une harmonie entre votre vie personnelle et votre vie professionnelle ?



13 répondants/14 déclarent **identifier les différentes étapes de l'épuisement professionnel** en fin de prise en charge

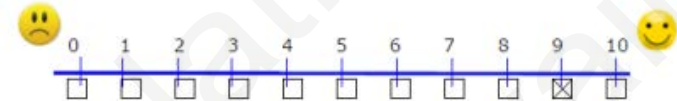
Pour les 9 répondants n'ayant pas repris au même poste : cet accompagnement vous a-t-il aidé à construire un nouveau projet professionnel ?



Employeurs

(7 répondants – moyenne des résultats)

Pouvez-vous évaluer de façon globale l'accompagnement qui vous a été proposé ?



Identifiez-vous, avant cet accompagnement les différentes étapes de l'épuisement professionnel ?

oui pour 4 répondants / 7 (57%)

Identifiez-vous, depuis cet accompagnement les différentes étapes de l'épuisement professionnel ?

oui pour 7 répondants / 7 (100%)

Pensez-vous pouvoir repérer plus facilement, dans le travail, les indicateurs de risque d'épuisement professionnel ?

oui pour 4 répondants / 7 (57%)

Pensez-vous pouvoir identifier plus facilement les changements de comportement d'un(e) salarié(e) qui pourraient vous alerter de l'apparition d'une situation d'épuisement professionnel ?

oui pour 6 répondants / 7 (86%)

Avez-vous repéré avec votre salarié(e) des modifications à mettre en place concernant l'organisation du travail ?

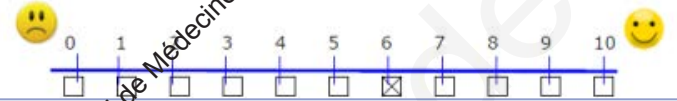
oui pour 7 répondants / 7 (100%)

si oui

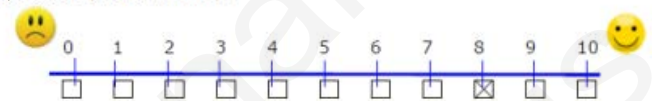
Avez-vous pu mettre en place ces modifications ?

oui pour 6 répondants / 7 (86%)

Vous sentez vous mieux armé(e) pour prévenir l'apparition d'un épisode d'épuisement professionnel chez les salariés de l'entreprise (ou de votre service) ?



Cet accompagnement vous a-t-il permis d'avoir une réflexion sur votre propre relation au travail afin d'éviter d'être vous-même confronté à l'épuisement professionnel ?



Conclusions - perspectives

■ Des premiers résultats encourageants

- quantitatif
- qualitatif

■ Une prise en charge

- soutenante pour :
 - ✓ Le salarié
 - ✓ L'employeur
 - ✓ Le médecin du travail
- pertinente pour :
 - ✓ Le psychologue du travail
 - ✓ Le médecin du travail
- Associe prévention 1aire et 3aire

➤ Poursuite du protocole

- Augmenter effectif étude
- Freins :
 - ✓ Implications tous MDT
 - ✓ Lourdeur administrative du protocole

➤ Evaluation à 1 an de la reprise prévue

➤ Pertinence score SEP du MBI pour suivi individuel ?

➤ Prise en charge financière psychologue du travail ?



35^{ème} CONGRÈS
DE MÉDECINE
ET SANTÉ
AU TRAVAIL



5 AU 8 JUIN 2018

PALAIS DES CONGRÈS CHANTOT

MARSEILLE

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même pa

**Merci de votre
attention**

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même pa

▲ **Médecins en charge du protocole :**

- Dr Catherine LOPEZ
- Dr Véronique ROMEAS-MAURIN
- Dr Irène SONG

▲ **Autres médecins participant au protocole**

- Dr Elizabeth LAMY
- Dr Céline MAUBLEU
- Dr Marie-Pascale CHEVALIER
- Dr Michelle BERLAND
- Dr Catherine ALGOUD
- Dr Sandrine LAMBORELLE
- Dr Régis BADEL

▲ **Psychologues du travail**

- Frédérique DUQUAIRE
- Laurence DUTHEIL