



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

5 AU 8 JUIN 2018

PALAIS DES CONGRÈS CHANOT

MARSEILLE



BURNOUT: UNE DÉNOMINATION SOCIALE DE LA DÉPRESSION ?

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

Le Burn-out:

- A. Est une maladie psychique bien définie**
- B. N'a fait l'objet d'un avis de l'académie de médecine que très récemment**
- C. Se différencie de la dépression d'un point de vue biologique**
- D. Se différencie de la dépression par son origine strictement professionnelle**
- E. Se rapproche de la dépression sous certains aspects**

Le questionnaire de Malsach (MBI) :

- A. Permet de diagnostiquer le burnout**
- B. Comporte 3 dimensions**
- C. Les valeurs seuils sont des seuils déterminés cliniquement**
- D. Des valeurs élevées sur les 3 dimensions sont nécessaires au diagnostic**
- E. Permet d'évaluer la prévalence du burnout dans une population**

Quels critères appartiennent aux critères de syndrome dépressif ?

- A. Sentiment de dévalorisation ou de culpabilité**
- B. Fatigue**
- C. Perte d'intérêt pour les activités**
- D. Idées suicidaires récurrentes**
- E. Hypersomnie**

Les troubles de l'adaptation sont :

- A. Un diagnostic décrit dans la DSM**
- B. Une incapacité d'un salarié à s'adapter à de nouvelles tâches**
- C. Des troubles réactionnels à un ou plusieurs stress**
- D. Parfois associés à une humeur dépressive**
- E. Des troubles sans rapport avec le burnout**

Le terme 'burnout' est attribué à

- A. Selye dans les années 50**
- B. Freudenberger dans les années 70-80**
- C. Maslach dans les années 80**
- D. John Snow au XIX siècle**
- E. Karasek dans les années 70**



**Dr FX LESAGE –
Maître de Conférence des Universités-Praticien Hospitalier
CHU de Montpellier**

ABSENCE DE CONFLIT D'INTÉRÊT

Le burnout, une histoire ancienne

- Pas de période précise
 - Révolution industrielle ?
 - Ere post industrielle (Années 70-80) ?
 - Freudenberger -> 1974
- Nombreux auteurs convergent pour lier « l'apparition » du burnout à des transformations sociales

Apparition du terme « Burnout »

- **Freudenberger – 1974:**
 - **Première formalisation du concept de burnout**



*En tant que psychanalyste et praticien, je me suis rendu compte que les gens sont parfois victimes d'incendie, tout comme les immeubles. Sous la tension produite par la vie **dans notre monde complexe**, leurs ressources internes en viennent à se consommer comme sous l'action des flammes, ne laissant qu'un vide immense à l'intérieur, même si l'enveloppe externe semble plus ou moins intacte"*

- -> Ne mentionne pas l'origine professionnelle

Premier questionnaire



- **Maslach & Jackson – 1985**
- **Maslach Burnout Inventory (MBI)**
- **3 dimensions**
 - **Épuisement émotionnel**
 - **Dépersonnalisation**
 - **Accomplissement personnel**
- **> Étape majeure dans le développement du concept**

Et depuis....

- **Augmentation croissante des publications** (données pubmed)

- **11 en 1987**
- **1061 en 2017**



- **Popularisation du concept dans un courant qui s'interroge sur le travail**

- **Karasek, Siegriest**

Et depuis....

- **Mais:**

- **Peu de recherche fondamentale sur les mécanismes physio et physiopathologiques**
- **Beaucoup d'épidémiologie par corps de métier**

Dans le débat public

- **Une place prépondérante:**
 - **Intégration du burnout dans le concept de RPS**
 - **Débat autour de la reconnaissance en maladie professionnelle**
 - **Ouvrages**
 - **Scientifique (Maslach)**
 - **Grands publics**

CHRISTINA MASLACH
MICHAEL P. LEITER
PRÉFACE DU
DR PATRICK LÉGERON

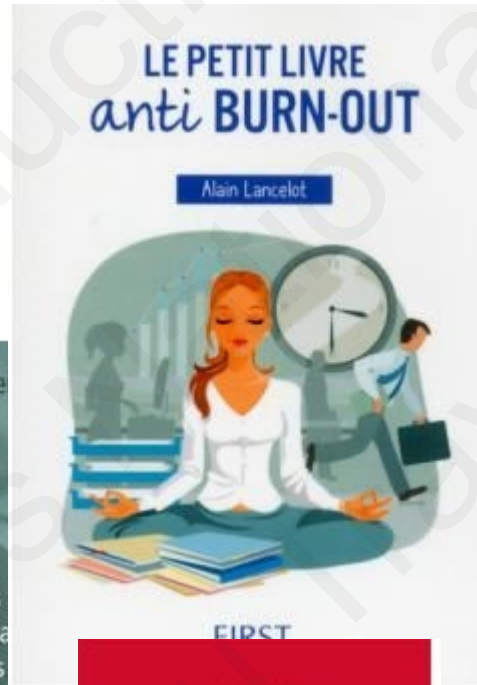
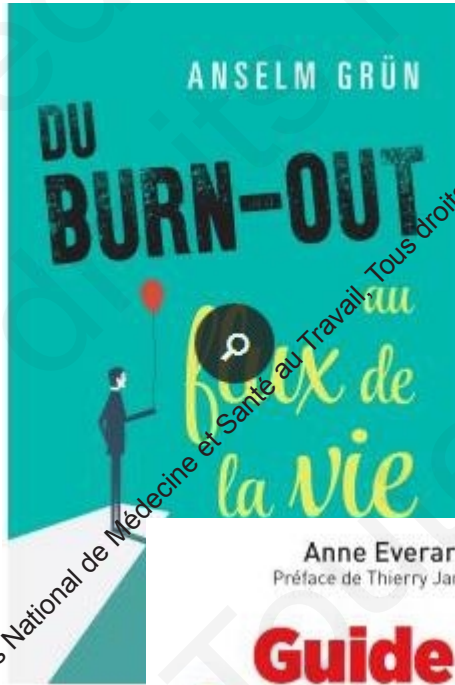
BURN OUT

LE SYNDROME
D'ÉPUISEMENT
PROFESSIONNEL

LES ARÈNES



Si vous avez le sentiment d'être vidé, « consumé » de l'intérieur, si vous vous dévalorisez et que vous avez tendance à devenir cynique envers votre travail, la vie et les autres, alors vous êtes peut-être menacé par le syndrome du burn-out. Comme 10 % des personnes qui travaillent. Il y a vingt ans, une scientifique, Christina Maslach, a identifié cette forme particulière de stress professionnel. Elle explique ici comment le travail peut épuiser nos ressources vitales. Certaines professions sont plus exposées (médecins, enseignants) et certains individus y sont plus sujets. Ce livre propose des solutions pour se préserver et pour agir. C'est autant l'individu que l'environnement professionnel, qu'il faut soigner. La charge de travail est loin d'être la seule cause du burn-out : le manque d'autonomie, de reconnaissance, le sentiment d'injustice et le décalage entre ses valeurs personnelles et celles de l'entreprise sont des facteurs tout aussi importants, voire plus. Traduit de l'anglais (états-unis) par Véronique Gourdon Fermer



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

Un concept discuté voire contesté depuis quelques années

- **2 courants**

- **Burnout problème majeur en santé mentale**

- **Burnout n'est pas une entité : c'est l'arbre qui cache la forêt**

Document DGT-INRS- 2015

« Selon la conceptualisation de Christina Maslach, le burnout n'est pas une nouvelle catégorie de maladie psychiatrique mais **une spirale dangereuse** susceptible de conduire au basculement dans la maladie – dépression ou maladie somatique – et à la désinsertion sur le plan professionnel, social et familial. »

Un processus ou un état ?

➤ **Les multiples définitions ne tranchent pas la question:**

➤ **Un processus évoluant vers une psychopathologie ?**

➤ **Un état ? : on est en burnout ou pas**

DGT-INRS- 2015

*« Le burnout ne fait actuellement pas l'objet d'un **diagnostic officiel** dans les classifications médicales de référence [...]. Ainsi il ressort de ces classifications médicales que le burnout ne se caractérise pas par un « diagnostic clinique » unique et précis, faisant état à la fois de symptômes et de causes bien établis. »*

>Etat ?

DGT-INRS- 2015

« En revanche, **il** est défini comme un syndrome – le syndrome d'épuisement professionnel – qui regroupe un ensemble de signes cliniques et de symptômes qui **apparaissent progressivement** chez l'individu, **sans pour autant se référer à un élément causal** dans sa définition. »

- Burnout serait un syndrome indiquant un processus pouvant conduire à une pathologie notamment dépressive
- Sans se référer à un élément causal dans sa définition...

DGT-INRS- 2015

« Même si des **caractéristiques communes existent quant à leurs symptômes**, le burnout se différencie de la dépression au sens où il s'exprime **en premier lieu dans la sphère professionnelle**. Ce qui n'est pas le cas pour une dépression qui s'étend à tous les aspects de la vie et nécessite un traitement plus global. Le diagnostic de dépression décrit un « état » de l'individu alors que le burnout permet de décrire un « processus » de dégradation du rapport subjectif au travail. »

- **Ce n'est pas une maladie, mais ce qui différencie le burnout de la dépression est l'origine professionnelle ?**
- **spécifiquement lié aux contraintes pro? Imputable de facto au travail ? -> pathognomonique**

En consultation

- **Pour la patient , un diagnostic**
- **« je suis en burnout ! » (état)**
 - **arrêt maladie**
 - **traitement**
 - **bref... un diagnostic**

 - **Parfois un autodiagnostic ...**

Critères de la dépression - DSM

Les 9 critères diagnostiques de la dépression sont :

- **Critères spécifiques**
 - Humeur dépressive
 - Pertes d'intérêt ou de plaisir pour les activités
 - Sentiment de dévalorisation ou de culpabilité excessive ou inappropriée
 - Idées suicidaires récurrentes
- **Critères non spécifiques**
 - Troubles du sommeil (insomnie ou hypersomnie)
 - Agitation ou ralentissement psychomoteur
 - Troubles de l'appétit (augmenté ou diminué avec perte ou gain de poids)
 - Difficulté de concentration
 - Fatigue ou perte d'énergie

Pour affirmer le diagnostic de dépression, la présence d'au moins 5 critères est nécessaire dont au moins 2 dans les critères spécifiques

Trouble de l'adaptation - DSM

- Développement de **symptômes émotionnels et comportementaux**, en réaction à un ou plusieurs **facteur(s) de stress identifiable(s)**, survenant au cours des **trois mois** suivant la **survenue de celui-ci (ceux-ci)**.
- Ces **symptômes ou comportements** sont **cliniquement significatifs**, comme en témoignent :
 - **soit une souffrance marquée, plus importante qu'il n'était attendu en réaction à ce facteur de stress**
 - **soit une altération significative du fonctionnement social ou professionnel (ou scolaire)**.
- La **perturbation liée au stress** ne répond pas **aux critères d'un autre trouble mental** et n'est pas simplement l'**exacerbation d'un trouble mental préexistant**.
- Les **symptômes** ne représentent pas un **deuil normal**.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

- **Une fois que le facteur de stress (ou ses conséquences) a disparu, les symptômes ne persistent pas au-delà de 6 mois.**
- **Le trouble de l'adaptation est dit aigu si la perturbation persiste moins que 6 mois. Il est dit chronique si elle persiste 6 mois ou plus.**
- **Le diagnostic est accompagné des spécificateurs suivants :**
 - **Avec humeur dépressive**
 - **Avec anxiété**
 - **Avec à la fois anxiété et humeur dépressive**
 - **Avec perturbation des conduites**
 - **Avec perturbations à la fois des émotions (dépression, anxiété) et des conduites**

Les symptômes du registre émotionnel peuvent être :

- **reliés à une humeur dépressive : des pleurs, des sentiments de désespoir, etc.**
- **reliés à l'anxiété**

Académie de médecine - 2016

« burnout renvoie à une réalité mal définie, d'un état de détresse psychologique à un état pathologique de syndrome d'inadaptation à un facteur stressant chronique »

Son usage extensif conduit à confondre détresse et pathologie émotionnelle

Acad. Med. : Une absence de spécificité

- « Sur le plan clinique, cela s'inscrit à la fois dans les troubles dépressifs, à la fois dans les troubles de l'adaptation »
- « La démarche pour définir l'entité burnout est née d'un instrument de mesure et non l'inverse »
- Le consensus sur les 3 dimensions est loin d'être unanime, notamment l'accomplissement personnel

Acad. Med. : Aspect biologique

- **Axe Hypothalamo-hypophyso-adrénocorticotrope**
- Augmentation cortisol
- Mais l'axe HHA impliqué aussi dans la dépression et le SSTP
-
- « S'apparente en partie à la dépression, en partie au SSPT, voire correspondre à un état subclinique de l'une ou l'autre »

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partiellement est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partiellement est formellement interdite.

Acad. Med. : Aspect biologique

- **Brain Derived Neurotrophic Factor – Vascular Endothelial Growth Factor**
- Baisse du BDNF au réveil dans le burnout
- Augmentation VEGF
- Mais aussi dans le syndrome dépressif et SSPT
- Burnout mal défini au plan biologique

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

Acad. Med. : Questionnaires

- **Aucun outil diagnostique**
- **Interprétation des résultats épidémiologiques impossible**

➤ *MBI, CBI ... attention à la notion de « questionnaire validé »*

Acad. Med. : Nombreuses recommandations

Nécessité d'établir des critères cliniques, mécanismes physio et psychopathologiques et en conséquence les modalités de prévention et prise en charge thérapeutique

Dans la littérature

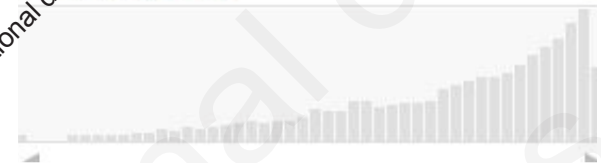
2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

Etudes épidémiologiques

- **Augmentation constante**
- **Peu de recherche fondamentale sur le concept même**
- **Essentiellement**
 - **Épidémiologie par corps de métier**
 - **Basées principalement sur le MBI**
 - **Facteurs d'expositions associés**

Results by year



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

Le MBI

- **Une place majeure dans la popularisation du concept**
- **Nécessite de se pencher sur l'outils**

MBI: concept pluridimensionnel

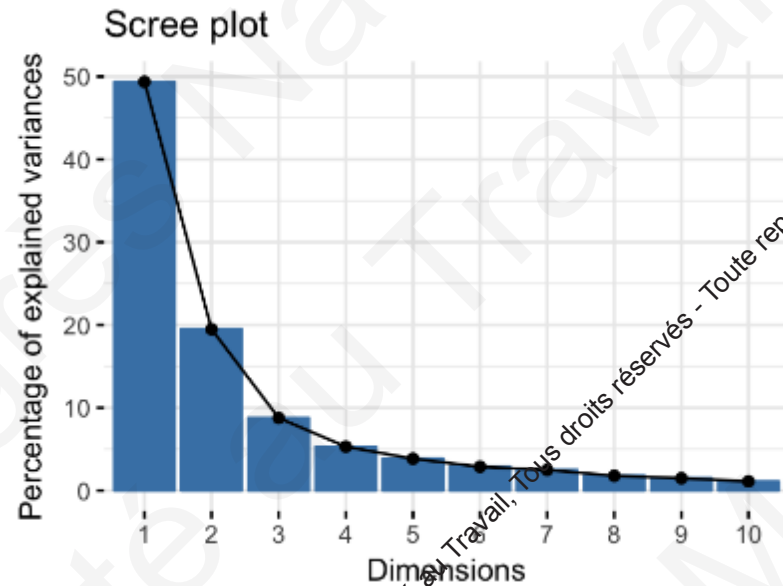
- **Postule 3 « dimensions » du burnout, d'importance égale (non pondérés)**
- **3 dimensions**
 - **Epuisement Emotionnel**
 - **Dépersonnalisation**
 - **Accomplissement Personnel**

Questions MBI

01 - Je me sens émotionnellement vidé(e) par mon travail
02 - Je me sens à bout à la fin de ma journée de travail
03 - Je me sens fatigué(e) lorsque je me lève le matin et que j'ai à affronter une autre journée de travail
04 - Je peux comprendre facilement ce que mes patients/clients/élèves ressentent
05 - Je sens que je m'occupe de certains patients/clients/élèves de façon impersonnelle, comme s'ils étaient des objets
06 - Travailler avec des gens tout au long de la journée me demande beaucoup d'effort
07 - Je m'occupe très efficacement des problèmes de mes patients/clients/élèves
08 - Je sens que je craque à cause de mon travail
09 - J'ai l'impression, à travers mon travail, d'avoir une influence positive sur les gens
10 - Je suis devenu(e) plus insensible aux gens depuis que j'ai ce travail
11 - Je crains que ce travail ne m'endurcisse émotionnellement
12 - Je me sens plein(e) d'énergie
13 - Je me sens frustré(e) par mon travail
14 - Je sens que je travaille « trop dur » dans mon travail
15 - Je ne me soucie pas vraiment de ce qui arrive à certains de mes patients/clients/élèves
16 - Travailler en contact direct avec les gens me stresse trop
17 - J'arrive facilement à créer une atmosphère détendue avec mes patients/clients/élèves
18 - Je me sens ragaillard(e) lorsque dans mon travail j'ai été proche de patients/clients/élèves
19 - J'ai accompli beaucoup de choses qui en valent la peine dans ce travail
20 - Je me sens au bout du rouleau
21 - Dans mon travail, je traite les problèmes émotionnels très calmement
22 - J'ai l'impression que mes patients/clients/élèves me rendent responsable de certains de leurs problèmes

Notion de « dimensions »

- **Sur un ensemble de questions :**
- **Variations « commune » des réponses**
- **-> sélectionne les questions qui vont ensemble**



2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

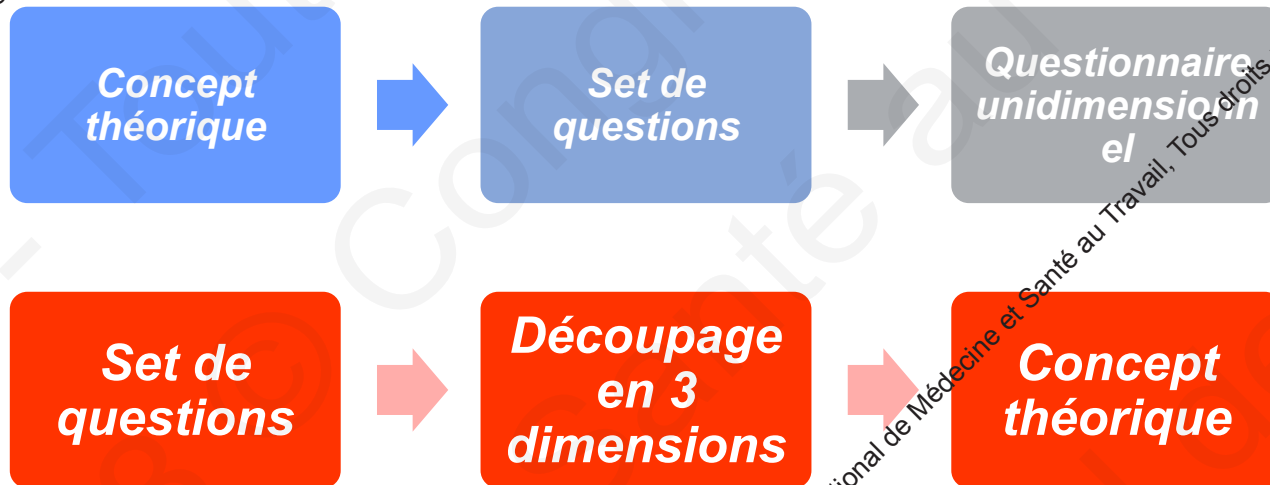
2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

items	Dimensions (factor loading)
1	1
2	2
3	1
4	1
5	1
6	2
7	1

- **Items 1, 3, 4, 5, 7 varient ensemble**
- **-> ils représentent 1 « concept », 1 dimension**

MBI: construction

- **Les 3 dimensions classiques sont issues de l'analyse factorielle d'un set de questions (schaufeli 1998)**



MBI: construction

➤ *« Le burnout est ce que le MBI mesure [...] le MBI a été développé par induction via l'analyse factorielle d'un jeu d'items sélectionnés plutôt arbitrairement. Que se serait-il passé si d'autres items avaient été inclus? En toute probabilité, d'autres dimensions seraient apparues »*

➤ **Schaufeli et Enzmann 1998**

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partiellement autorisée est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partiellement autorisée est formellement interdite.

MBI: valeurs seuils

- **Les seuils correspondent aux tertiles d'une population de 1104 infirmières et médecins (Maslach 1986)**



MBI: « pluridimensionnalité » ?

- **Selon les auteurs, seule 1 ou 3 dimensions sont prises en compte (Shanafelt 2002)**
- **Question du poids respectif de chaque dimension**
- **Dans une même étude (zanatta 2015)**
 - **1 critère (dimension) -> 50% de prévalence**
 - **3 critères -> 3,5^{0/}**



MBI: « pluridimensionnalité » ?

➤ Copenhague Burnout Inventory

- Explore la « dimension centrale » :
l'épuisement émotionnel et physique dans
différente sphères

- (personnel, travail, relation d'aide au travail)

➤ Modifie le concept ?

➤ Part d'un concept différent ?

MBI

- **Une forme de surenchère au taux de prévalence**
- **Un concept construit sur un questionnaire discuté, au moins dans son utilisation**

Perception du terme « burnout »

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

Stigmatisation

- L'étiquetage « burnout » semble être perçu comme moins stigmatisant que l'étiquetage « dépression » (Bianchi 2016)
- Peu stigmatisant car socialement perçu comme détaché de la psychiatrie (Schaufeli 2009)
- Le burnout pourrait devoir son succès à un effet légitimateur et normalisateur de plaintes jusqu'alors réprimées chez des individus en souffrance au travail (bianchi)

Lecture chronologique

- **Concept issu de la psychologie né dans les années 70**
- **Rapidement évolué vers une « définition » issu d'un outil de mesure**
- **Rapidement associé au travail**
- **Forte popularisation**
 - **Dans le débat publique et politique**
 - **Dans la société**
 - **Dans les publications scientifiques en dépit de la fragilité du concept**
 - **Supplante la dépression lié au travail**

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partiellement est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partiellement est formellement interdite.

- **Concept issu de la psychologie**
- **Développe dans le débat publique**
- **N'a pas rencontré la médecine**

Un concept flou

- **Conséquence d'un stress chronique ?**
- **Forme particulière de stress professionnel ? (cf ouvrage Maslach)**
- **N'est pas une maladie mais se différencie de la dépression par l'aspect purement professionnel ? (DGT)**
- **Spécifique aux expositions professionnelles ?**
 - **Il n'y a vraisemblablement pas de différence avec les stresseurs non pro (aidant familial)**

Un concept flou

- **Des dimensions d'un syndrome issues d'un outils,**
 - **Dont la construction, la pluridimensionnalité et l'utilisation sont discutées**
- **Recoupant des symptômes de dépressions et troubles de l'adaptation.**

Pourquoi une telle popularité ?

- **Tant chez les patients, la société, que dans les études épidémiologiques**
- **Accélération du phénomène de santé ?**
- **Porteur de la dénonciation d'une perception de dégradation des conditions de travail ?**
- **Permet le déplacement de la médecine vers la société ?**

Pourquoi une telle popularité ?

- Pose la question du contexte socio culturel de son émergence.
- Friberg (2009) pose la question de savoir si la notion de burnout ne s'est pas retrouvée répondre à une demande sociale plutôt qu'un besoin scientifique
- Appuyé par une légitimisation du concept par un test (« une mesure » « scientifique ») faisant autorité.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

2018 © Congrès National de Médecine et Santé au Travail, Tous droits réservés - Toute reproduction même partielle est formellement interdite.

- **Porte son imputabilité professionnelle**
 - **Victime de ses conditions de travail**
- **Notion moins stigmatisante que la dépression**
 - **Libère la parole de la personne**

- **Concept qui s'est développé dans la sphère non médicale (psychologie – société)**
 - **Syndrome s'approchant de troubles caractérisés par la médecine**
- **Ne peut-on pas y voir une forme de dépression clinique ou subclinique réactionnelle à une exposition prolongée à du stress perçu ?**

Académie de médecine

Nécessité d'établir des critères cliniques,
mécanismes physio et psychopathologiques
et en conséquence les modalités de
prévention et prise en charge thérapeutique

Au final

- **Le burnout reflète bien une réalité,**
- **Mais de fortes:**
 - **Imprécisions**
 - **confusions**
 - **manques de données**
- **Nécessitant des travaux scientifiques visant en premier lieu à caractériser le syndrome**

Le Burn-out:

- A. Est une maladie psychique bien définie
- B. N'a fait l'objet d'un avis de l'académie de médecine que très récemment
- C. Se différencie de la dépression d'un point de vue biologique
- D. Se différencie de la dépression par son origine strictement professionnelle
- E. Se rapproche de la dépression sous certains aspects

Le questionnaire de Malsach (MBI) :

- A. Permet de diagnostiquer le burnout
- B. Comporte 3 dimensions
- C. Les valeurs seuils sont des seuils déterminés cliniquement
- D. Des valeurs élevées sur les 3 dimensions sont nécessaires au diagnostic
- E. Permet d'évaluer la prévalence du burnout dans une population

Quels critères appartiennent aux critères de syndrome dépressif ?

- A. Sentiment de dévalorisation ou de culpabilité
- B. Fatigue
- C. Perte d'intérêt pour les activités
- D. Idées suicidaires récurrentes
- E. Hypersomnie

Les troubles de l'adaptation sont :

- A. Un diagnostic décrit dans la DSM
- B. Une incapacité d'un salarié à s'adapter à de nouvelles tâches
- C. Des troubles réactionnels à un ou plusieurs stress
- D. Parfois associés à une humeur dépressive
- E. Des troubles sans rapport avec le burnout

Le terme 'burnout' est attribué à

- A. Selye dans les années 50
- B. Freudenberger dans les années 70-80
- C. Maslach dans les années 80
- D. John Snow au XIX siècle
- E. Karasek dans les années 70

Merci de votre attention

➤ **C'est le temps des échanges**

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

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