

Burn-out et idées suicidaires vont souvent de pair

Les médecins du travail recueillent dans la confidentialité de leur cabinet de plus en plus de paroles de salariés en souffrance. Le service de santé au travail de la région nantaise tente de faire face.

Repères

Le Covid, un détonateur

On n'en a pas fini d'en parler, du coronavirus. Au bureau, à l'usine, au supermarché, à l'hôpital, il a mis en évidence comme jamais la souffrance des salariés. Le service de santé au travail de la région nantaise (1), SSTRN, qu'on appelait autrefois la médecine du travail, a dû s'adapter et innover pour faire face.

« Le Covid a été un catalyseur. Cela nous a obligés à agir. Depuis une vingtaine d'années déjà, les changements d'organisation du travail incessants bousculent les salariés. Mais le Covid a créé un gros bouleversement qui n'a pas pu être anticipé », souligne Françoise Ducrot, médecin du travail et directrice des partenariats.

L'épidémie, selon ces professionnels, a joué le rôle de révélateur tout en amplifiant parfois les maux. « Une salariée que je suivais depuis plusieurs années, surmenée au travail, a plongé avec le Covid, témoigne Axelle Decoster, médecin du travail et référente sur la thématique des risques psychosociaux (RPS). Elle n'avait plus les ressources suffisantes pour gérer ce stress chronique. Après un long arrêt de travail, elle a été déclarée inapte. Elle n'a pas pu reprendre le travail dans cette entreprise. » Un exemple parmi d'autres.

Jusqu'au suicide

Les cas des salariés en souffrance sont beaucoup plus lourds qu'il y a dix, quinze ou vingt ans, relève Axelle



Les salariés en souffrance au travail s'interrogent souvent sur le sens de leur activité.

PHOTO : GETTY IMAGES/STOCKPHOTO

Decoster. Les idées suicidaires frappent fréquemment les personnes en épuisement professionnel. « En général, les gens ne vont pas le dire spontanément, ils ont honte, ils peuvent culpabiliser d'avoir ces pensées-là vis-à-vis de leur entourage. » À ce moment-là, il y a urgence.

Selon, Françoise Ducrot, « Il faut immédiatement faire baisser cette

pression émotionnelle qui gonfle et qui laisse à penser que le suicide est la seule solution. »

Quand il y a un suicide dans une entreprise, « la santé d'une bonne vingtaine de personnes est affectée avec, pour certains, un risque de passage à l'acte ».

Le travail pas bon pour la santé ?

Non, évidemment, comme le dit Frédéric Le Bihan, psychologue du travail, co-référent sur les risques psychosociaux : « Le travail n'est pas que souffrance. C'est un environnement contraignant, mais aussi un lieu plein de ressources, avec un collectif, un management et des collègues qui peuvent être sympas,

une autonomie de travail. On y trouve un équilibre et une satisfaction. Mais parfois, les contraintes débordent. Si on ne trouve plus son équilibre, il y a danger. »

Au fil des consultations, il y a un élément qui revient désormais sans cesse comme un mauvais refrain : celui du sens au travail, le sentiment de ne pas avoir bien fait ou tout fait. « C'est impossible pour un salarié de finir ainsi sa journée. Sur le long cours, ce n'est pas tenable », explique Françoise Ducrot, qui pense notamment aux aides à domicile, pressées par le temps, aux aides soignantes en sous-effectif la nuit à l'hôpital...

Des risques en hausse

Le SSTRN dit ne pas disposer de statistiques, mais des études épidémiologiques en attestent. « Il y a une augmentation importante des troubles psychosociaux, relève Frédéric Le Bihan. En France, le nombre de demandes de reconnaissance en maladie professionnelle liée à des affections psychiques est passé de 118, en 2010 à 3 260, en 2021. »

Ce sont évidemment des chiffres très en deçà du nombre de cas réels. Mais cela donne une tendance et conforte le ressenti des médecins du travail. En moyenne pour un burn-out, c'est dix-huit mois d'arrêt de travail.

Marylise COURAUD.

(1) Les adhérents de l'association sont les employeurs qui ont la responsabilité et l'obligation d'adhérer à un service de prévention et de santé au travail et d'en supporter le coût. SSTRN (377 professionnels) suit près de 300 000 salariés dans quatorze centres de la région nantaise, Ancenis, Pornic. 25 000 employeurs sont adhérents.

L'image du jour

Des passionnés repatent un ancien bus du réseau Tan



PHOTO : ARCHIVES OUEST-FRANCE

C'était jour de sortie, pour les adhérents de l'association Omnibus Nantes, samedi. « Nous avons acquis, le 10 novembre, un Mercedes O 530 Citaro (photo), explique Valentin Auder, secrétaire de la structure. C'est le premier Citaro mis en service sur le réseau Tan, fin 2003. »

Durant plusieurs semaines, les bénévoles d'Omnibus Nantes ont travaillé à la remise en état et en conformité du véhicule. « Nous voulions proposer une sortie parcours d'histoire, autour de sa ligne d'origine, la

ligne 99 qui reliait Le Pellerin à Pirmit », indique-t-il.

À 14 h, le bus s'est donc élancé avec, à son bord, des bénévoles, mais aussi d'anciens salariés de l'entreprise Voyages Brounais, le transporteur. « Ce bus, même s'il paraît récent, est le premier à avoir été accessible aux personnes à mobilité réduite, raconte Valentin Auder. Il fait partie des quinze véhicules que nous conservons pour partager notre passion, mais aussi faire connaître ce patrimoine. »

En baisse

Burton à Beaulieu, c'est fini : « Je suis dans la peine »



PHOTO : OUEST-FRANCE

Elle a ouvert la porte du magasin une dernière fois, samedi matin. N'a même pas eu le temps de déjeuner. Cette vendeuse du magasin Burton, situé dans le centre commercial Beaulieu, à Nantes, en avait gros sur la patate, samedi après-midi. « Je suis dans la peine que le magasin ferme », soupire-t-elle, Trente-trois ans, nous confie-t-elle, qu'elle travaille pour l'enseigne.

Le groupe Burton, qui connaît de grosses difficultés financières, a annoncé vendredi la fermeture ou la

cession de 62 de ses magasins sur 109. Et le licenciement de 221 salariés sur 441. Cette vendeuse du magasin Beaulieu ne le sera pas. Elle rejoindra celui du centre Atlantis.

Cette issue, elle s'y attendait. Elles ont été jusqu'à douze vendeuses ici, à Beaulieu. Elles n'étaient plus que deux. Samedi après-midi, les clients n'avaient manifestement guère d'yeux pour elles, mais pour les quelques pulls, manteaux et pantalons qu'il restait sur les étagères et portants...

Entre 2 et 3 milliards

du stress au travail en France, le coût des soins et la perte de richesse pour cause d'absentéisme, de cessation d'activité et de décès prématuré, selon la Caisse primaire d'assurance maladie

C'est le coût social



Axelle Decoster et Françoise Ducrot sont médecins du travail et Frédéric Le Bihan est psychologue à l'association SSTRN.

PHOTO : OUEST-FRANCE

La boîte à outils de la médecine du travail

Le Covid a brutalement affecté le monde du travail, le désorganisant sans que personne n'ait pu anticiper. Les médecins du travail se sont donc retrouvés aux avant-postes de ce bouleversement. Et le service de santé au travail de la région nantaise, le SSTRN, a dû faire face. Cela n'a pas été toujours simple, les équipes ont décidé à la fois de soutenir les salariés en peine et de former tous les médecins du travail et les autres professionnels de l'association.

L'une des responsables, Françoise Ducrot, se souvient que « le niveau de stress était tellement important, qu'on a proposé des entretiens individuels avec des psychologues, ce qui ne se faisait pas jusque-là ». Ce dispositif expérimental est devenu pérenne.

L'équipe a bossé tous azimuts : lancer un groupe de travail sur les risques psychosociaux, élaborer des outils pour repérer les situations de souffrance lors des consultations,

pour détecter dans les entreprises les risques, imaginer des grilles d'entretien pour poser les bonnes questions. Autant d'outils qui sont aujourd'hui déployés dans l'ensemble des sites de la région.

La prévention du suicide est aussi devenue une priorité : « On a pris ça à bras-le-corps en 2021. On a déjà formé soixante-treize professionnels de santé au repérage de la crise suicidaire, quinze autres le seront bientôt. » Et c'est l'ensemble du personnel qui sera sensibilisé à cette question, y compris la secrétaire, qui reçoit le salarié en premier lieu.

S'attaquer à la racine

Si le SSTRN a vocation à soigner les maux, il ambitionne aussi de s'attaquer aux raisons de ces souffrances.

Turnover, absences nombreuses, visites répétées à la médecine du travail... Autant de signaux qui alertent ces professionnels, susceptibles d'intervenir dans les entreprises.

« Souvent, on s'aperçoit qu'il y a un décalage entre le travail prescrit par l'employeur et la réalité. On propose des pistes, des améliorations dans l'organisation, note Françoise Ducrot. Souvent, les salariés ont des solutions, des idées. »

L'association propose tout un tas d'ateliers ou d'actions collectives. Sur le burn-out ou le harcèlement sexuel, c'est une demande des entreprises. Ceux sur les RPS, risques psychosociaux, sont pris d'assaut.

Aujourd'hui, il n'est pas rare qu'un employeur inquiet pour l'un de ses salariés appelle le SSTRN. Un conseil ? Celui de Frédéric Le Bihan : ouvrir dans les boîtes des temps de discussion pour échanger sur ce qui bloque, ce qui rend le travail difficile. « Pas de baguette magique mais un bon moyen de prévenir ».

M. C.

20% D'ÉCONOMIES

DU 1^{ER} AU 31 MARS 2023

SUR LES PLUS GRANDES MARQUES DE PNEUS

Forfaits vidange véhicules de tourisme

à partir de **79€***

HUILE MOTEUR

Chateaubriant	02 40 28 23 55	Rouans	02 40 64 29 29
Montoir de Bretagne	02 51 10 54 55	Saint Herblain	02 28 03 17 48
Nantes	02 40 52 57 57		
Les Sorinières	02 40 80 87 09		
Pornic	02 40 82 62 80		