

Les maladies psychiques

Dr. L. PRIVET, association RAMAZZINI, avril 2022

Travail et usure mentale : un problème qui touche toute la société

L'impact des conditions de travail sur la santé mentale des salariés fait régulièrement la une de l'actualité notamment en raison des cas de suicides dans divers secteurs professionnels (France Télécom, la police, les soignants, les enseignants ...).

Il s'agit d'une solution extrême traduisant un profond désarroi de salariés soumis à une pression intense au travail associée à un manque de marge de manœuvre dans un contexte souvent de relations sociales dégradées résultant d'un management inadéquat voire toxique. La question de perte de sens du travail est récurrente.

Dépressions et syndromes anxiodépressifs

En fait la manifestation la plus fréquente de cette souffrance est la survenue d'un **syndrome dépressif** se traduisant notamment par une tristesse et un vécu pessimiste, une perte d'énergie, d'intérêt et de plaisir, un ralentissement psychomoteur avec la difficulté de se concentrer ...

S'associent souvent des phénomènes d'anxiété et l'on emploie alors le terme de syndrome anxiodépressif.

Cette pathologie entraîne le plus souvent lorsqu'elle devient conséquente, après une période souvent à bas bruit, une incapacité de travail qui peut durer longtemps et une prise en charge médicale (antidépresseurs, psychothérapie...).

La dépression est une maladie fréquente dans la population générale touchant de l'ordre de 10 % des individus et il convient de faire une analyse précise de la situation pour la rattacher au travail. Elle touche alors particulièrement les femmes dans toutes les catégories, mais d'abord les employées, et dans de nombreux secteurs : médico-social, transport de personnes, commerce de détail...

Il est possible de déclarer en maladie professionnelle ou en accident de travail...

Il n'existe pas de tableau de maladie professionnelle et une des possibilités est de faire une demande de maladie hors tableau avec la difficulté de justifier d'un taux d'IPP prévisible de 25 % pour que le dossier soit instruit.

Pour contourner cette difficulté, il est préférable de déclarer en accident du travail sous réserve d'identifier un événement déclencheur ayant provoqué la décompensation (goutte d'eau qui fait déborder le vase).

En 2020 plus de 1400 affections psychiques ont été reconnues en maladie professionnelle dans le cadre du système complémentaire, mais le nombre de cas reconnus en accident du travail est 10 fois plus important.

Quid du burnout ?

Un terme est devenu "à la mode", **le burnout**, mais en fait il s'agit le plus souvent d'un syndrome dépressif dont on ne veut pas évoquer le nom car il a mauvaise presse. On peut illustrer cette situation par cette boutade : si tu es dépressif à cause du travail, tu es un « loser », par contre si tu es atteint d'un burnout tu es un « winner ».

Il n'est pas souhaitable d'utiliser ce terme car il ne repose pas pour le moment sur des critères médicaux bien définis.

Qu'est-ce que le stress ?

On ne peut pas terminer ce chapitre sans évoquer **le stress**, qui fait souvent le lit de la dépression. Il n'est pas une maladie, mais un processus adaptatif d'ordre biologique qui se déclenche lorsque l'individu se sent inconsciemment à la limite de ses capacités pour affronter une situation jugée menaçante.

Il existe un lien fort entre les situations de stress chronique dans les entreprises et la survenue de dépressions. Dès lors dans un souci préventif, il est nécessaire de débusquer ces situations en interrogeant les salariés, soit par des enquêtes élaborées, soit par des entretiens semi directifs.

Dans ce domaine le questionnaire le plus célèbre est celui de KARAZEK qui en 29 questions analyse trois aspects : les exigences élevées au niveau du travail, la latitude décisionnelle du salarié et le soutien social ou non des collègues et de la hiérarchie.