

STRESS PROFESSIONNEL

Le généraliste en première ligne

En juin dernier, une expertise collective de l'Inserm pointait les risques liés au stress chez les travailleurs indépendants.

Quelques jours plus tard, l'Inserm organisait une conférence sur ce thème au Congrès de médecine générale de Nice. L'occasion de faire le point sur la place toute particulière qu'occupe le généraliste dans la prise en charge de ce syndrome.



EN CHIFFRES

LES MÉDECINS INDÉPENDANTS ET LES AUTRES

- En moyenne, ils sont plus âgés de **6 ans**,
- Avec **12 %** d'arrêts de travail en moins,
- **1,5** année d'espérance de vie en plus, à 35 ans,
- et **15** heures de travail hebdomadaire de plus.

Le stress professionnel est l'un des grands maux de notre époque et de nos sociétés industrialisées, et les travailleurs indépendants n'échappent pas à la règle. Au vu des conséquences possibles sur la santé (maladies cardiovasculaires, anxiété, dépression, *burn out*, troubles musculosquelettiques...), ce syndrome nécessite une prise en charge adaptée.

Mais, dans la mosaïque des professions libérales, le médecin généraliste tient une place à part. En effet, il occupe à la fois le rôle du dépisteur de stress chez ses patients mais peut en être lui-même victime. « *Le contact avec le public, le temps et les contraintes des rythmes de travail, ou encore les exigences émotionnelles et le devoir*

de façonner ses émotions et celles du patient sont autant de facteurs qui peuvent créer des situations à risque », a souligné, lors de la conférence In-

serm, Valérie Pezet-Langevin (☛), psychologue sociale et experte en assistance conseil sur les risques psychosociaux. Il existe deux combinaisons particulièrement délétères, communes par ailleurs à toute profession : de fortes exigences en termes de rentabilité, la marge de manœuvre étant très mince pour les professionnels de santé, et un manque de reconnaissance au vu des efforts fournis.

Ainsi, gérer les facteurs de stress dans son cabinet n'est pas évident, il n'existe pas de recette toute prête. Néanmoins, contrairement à de nombreux travailleurs indépendants, les médecins ont la chance de bénéficier d'une bonne structuration du corps de métier, avec l'existence de réseaux d'entraide, qui peuvent soutenir le généraliste dans sa pratique quotidienne. Un atout qu'il convient de renforcer et d'étendre aux autres professions libérales.

Enfin, un second point a fait consensus en conclusion de la conférence Inserm à Nice : la médecine du travail, une spécialité de plus en plus désavouée, doit retrouver ses titres de noblesse, la prise en charge du stress professionnel étant son cœur de métier. ■ **Gaël Esteve**

☛ Valérie Pezet-Langevin : Institut national de recherche et de sécurité (INRS)

☛ *Stress au travail et santé - situation chez les indépendants*. Inserm, collection Expertise collective, juin 2011. Disponible sur www.inserm.fr Diffusion Lavoisier

Prochaines conférences

L'Inserm organise deux ateliers aux 10^e Journées nationales de médecine générale au CNIT à Paris - La Défense, le vendredi 7 octobre 2011 de 14h15 à 15h45. Le premier tentera de répondre à la question : quels impacts peuvent avoir les polluants environnementaux sur la santé et la fertilité ? Le second débattrà de l'utilisation du très controversé baclofène dans le traitement de l'alcoolodépendance.



Renseignements et inscriptions : www.jnmg.org