

Evaluation des risques psychosociaux et du stress en consultation de médecine du travail

Auteurs : Dr Patrick PLAISANT, médecin du travail chez Horizon Santé Travail ; Dr Clément DURET, chef de service de pathologie professionnelle, Hôpital R Poincaré, Garches.



Contexte

Les risques psychosociaux (RPS) et le stress au travail constituent des enjeux majeurs de santé publique. Le rôle du médecin du travail dans leur détection et leur prévention est central. Pourtant, la consultation médicale souffre d'un manque d'outils concis et adaptés.

Un guide d'entretien structuré, comprenant deux questionnaires (RPS et stress) élaborés à partir de modèles validés et une matrice de scoring, a été développé. Il permet une évaluation rapide (5-10 minutes) pour faciliter le repérage de situations à risque. Une enquête de terrain a été menée afin d'évaluer l'usage et l'utilité clinique.



Résultats

L'enquête n'a pas permis de dégager de résultats statistiquement significatifs, mais des tendances fortes :

- ⇒ L'outil a été utilisé par les trois quarts des participants (76 %) comme guide d'entretien mais aussi comme échelle d'évaluation du risque (65 %), pour explorer le stress (73 %) et les facteurs de RPS (80 %).
- ⇒ La fréquence moyenne d'utilisation était de 2,8 utilisations mensuelles.
- ⇒ Le motif d'usage principal était un trouble mental perçu (dans 40 %) ou une situation de RPS (dans 67 %).
- ⇒ En consultation, 64 % s'en sont servis pour confirmer leur ressenti ou orienter (MDT/IDEST).
- ⇒ 94 % des consultants ont estimé que l'outil les avaient aidés pour l'évaluation des RPS et du stress en consultation.
- ⇒ La cohérence entre le score et l'évaluation clinique est jugée parfaitement cohérente par 100 % des consultants interrogés.
- ⇒ Le guide d'entretien a été considéré globalement utile (69%), facile et pratique (56%)
- ⇒ L'utilisation dans le cadre de la traçabilité reste limitée (37 %) l'ont intégré au DMST) et le suivi longitudinal est rare faute de recul.



Discussion & limites

L'outil apparaît pertinent pour structurer l'entretien, faciliter l'expression du salarié, évaluer les risques (RPS) et leur impact (stress) et soutenir la décision clinique. Les limites principales tiennent au temps de consultation, aux contraintes organisationnelles et à la coexistence d'un questionnaire intégré au logiciel métier.



Conclusion & perspectives

Ce guide d'entretien est un support prometteur pour l'évaluation des RPS et du stress en consultation. Son intégration dans les logiciels métiers, une version simplifiée et une diffusion élargie pourraient en renforcer l'utilisation. Une phase de validation scientifique est envisagée comme prochaine étape.



Matériel & méthode

Un prétest a été réalisé auprès de médecins du travail et d'infirmiers en santé au travail de notre SPSTI. Le guide a été utilisé en consultation pendant plusieurs mois. Un questionnaire d'utilisation recueillait : fréquence d'usage, motifs, intérêt et utilité perçus, et cohérence clinique. L'analyse est descriptive.

① Évaluation des contraintes professionnelles (RPS) et ressources

		1	2	3	4	5
Charge de travail	Comment estimez-vous votre charge de travail ?	Très peu élevée	Normale, variable	Peu élevée	Assez élevée	Très ou trop élevée
Exigences temporelles	Estimez-vous avoir assez de temps pour effectuer sereinement votre travail ?	Toujours	Souvent	Variable	Parfois	Rarement ou jamais
Maîtriser ses émotions	Dans votre travail, êtes-vous confronté à des situations (conflits, personnes en souffrance) vous obligeant à maîtriser vos émotions, à faire « bonne figure » ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Toujours
Marge de manœuvre, autonomie	Estimez-vous avoir assez de liberté pour décider de comment effectuer votre travail et résoudre les difficultés associées ?	Tout-à-fait	Plutôt oui	Plus ou moins	Pas vraiment	Pas du tout
Soutien par collègues/hierarchie	Estimez-vous avoir des bonnes relations avec et être soutenu par vos collègues et votre hiérarchie ?	Tout-à-fait	Plutôt oui	Plus ou moins	Pas vraiment	Pas du tout
Reconnaissance	Trouvez-vous que le travail que vous effectuez est reconnu à sa juste valeur par vos collègues, vos clients, votre hiérarchie, y compris financièrement ?	Tout-à-fait	Plutôt oui	Plus ou moins	Pas vraiment	Pas du tout
Qualité et utilité du travail	Trouvez-vous que vous avez les moyens d'effectuer un travail utile et de qualité ?	Tout-à-fait	Plutôt oui	Plus ou moins	Pas vraiment	Pas du tout
Situation économique entreprise	Avez-vous peur de perdre votre emploi dans les mois ou années à venir ?	Pas du tout	Pas vraiment	Peut-être	Plutôt oui	Tout-à-fait
Soutien familial/personnel	Vous sentez-vous soutenu par votre entourage personnel (couple, conjoint, famille, amis) ?	Tout-à-fait	Plutôt oui	Plus ou moins	Pas vraiment	Pas du tout
Situation économique personnelle	Comment qualifieriez-vous votre situation économique et financière personnelle ?	Très confortable	A l'aise sans soucis	Variable, ça dépend	Plutôt difficile	Très difficile
SCORE TOTAL =						

② Évaluation de la santé mentale, du stress et de son impact

		1	2	3	4	5
Satisfaction au travail	Quel est votre niveau de satisfaction globale à votre poste de travail, entre 0 (pas du tout content) et 10 (très satisfait) ?	9-10	7-8	4-6	2-3	0-1
Stress au travail	Trouvez-vous votre travail stressant pour vous, et si oui, à combien entre 0 (pas de stress) et 10 (stress extrême et intolérable) ?	0-1	2-3	4-6	7-8	9-10
Asthénie (fatigue, épuisement)	Vous sentez-vous fatigué(e), sans énergie, vidé(e) ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Syndrome anxieux	Vous sentez-vous tendu(e), soucieux(se), anxieux(se), nerveux(se) ou irritable ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Syndrome dépressif	Vous arrive-t-il de vous sentir triste, sans goût pour vos activités habituelles, ou d'avoir envie de pleurer ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Troubles de la concentration et/ou mémoire	Éprouvez-vous des difficultés à vous concentrer, à prendre des décisions, à vous souvenir d'événements, de personnes, de noms, d'objets ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Comportements addictifs	Prenez-vous régulièrement (ou plus fréquemment) des médicaments pour dormir ou pour se relaxer, de l'alcool, du tabac, des substances récréatives ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Troubles du sommeil	Avez-vous des difficultés à vous endormir, des réveils nocturnes, des cogitations, l'impression de ne pas dormir assez ou que le sommeil n'est pas réparateur ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Troubles musculosquelettiques	Avez-vous des douleurs ou des troubles articulaires ou musculaires, des douleurs dans le dos, la nuque ou les épaules, des maux de tête, des crampes ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
Troubles digestifs et/ou de poids	Avez-vous récemment ressenti des douleurs abdominales, des nausées, des troubles du transit (diarrhée, constipation), des variations importantes de poids ?	Rarement ou jamais	Pas souvent	Parfois	Souvent	Tout le temps
SCORE TOTAL =						

Matrice d'évaluation du risque d'altération de la santé

Le poster en PDF



Contact

Dr Patrick Plaisant
p.plaisant@horizonsantetravail.fr
01.41.16.89.00

Suivez-nous

