

Dossier de presse

Agir ensemble contre le burnout



Sommaire :

Communiqué de presse	p. 3
La Carsat sensibilise les entreprises	p. 4
Le burnout, quelles définitions ?	p. 5
Quelles sont les causes du burnout	p. 6
Quelles conséquences	p. 7
Comment agir ?	p. 8
Constats et analyses	p. 8
La Carsat Midi-Pyrénées et ses instances	p.10

Communiqué de presse



Agir ensemble contre le burnout

La Carsat Midi-Pyrénées lance une campagne de sensibilisation sur le burnout. Cette campagne est le résultat d'une réflexion menée par une commission paritaire émanant des Comités Techniques Régionaux de la Carsat Midi-Pyrénées

L'épuisement professionnel ou burnout correspond à une réalité de santé au travail, en débat en France et en Europe.

Ces troubles psychosociaux se manifestent par un épuisement des ressources physiques, psychiques et émotionnelles résultant d'une accumulation continue et croissante de surmenages.

En forte croissance, ils sont aujourd'hui mieux diagnostiqués, ce qui génère plus d'arrêts de travail. Ils sont aussi mieux déclarés en accident du travail et maladie professionnelle.

Le burnout concerne tous les métiers & toutes les entreprises.

Il affecte en particulier les personnes engagées : salariés et dirigeants/entrepreneurs. Avec des conséquences multiples pour la santé et la vie sociale.

Comment agir ?

La campagne de sensibilisation sur le burnout vise à inciter les entreprises à :

réagir et agir face aux situations identifiées et potentielles d'épuisement professionnel - **Alerter**

construire une politique Santé au Travail et intégrer la prévention des risques psycho-sociaux en adaptant le travail à l'homme - **Prévenir**

développer la Culture de Prévention dans l'entreprise : ce qu'est le burnout, ses conséquences multiples, les points de vigilance et les solutions de prévention - **Informer**





La Carsat Midi-Pyrénées sensibilise les entreprises

Pour la première fois la branche Assurance Maladie – Risques professionnels de la Carsat Midi-Pyrénées lance une campagne de sensibilisation sur le sujet du burnout à l'attention de toutes les entreprises et de tous les métiers.

Cette sensibilisation s'adresse aux salariés, aux dirigeants, aux entrepreneurs (indépendants, artisans, TPE, PME, TGE, auto entrepreneurs).



La campagne de sensibilisation propose trois outils :

Un vidéo clip de 1'30 + lien réalisé sur ce sujet

<https://www.carsat-mp.fr/home/entreprises/actualites---entreprises/toutes%20les%20actualites/agir-ensemble-contre-le-burnout.html>

Un kit de communication à déployer dans l'entreprise (affiches et flyers)

Une adresse courriel spécifique pour répondre au questionnement des entreprises : prevention.burnout@carsat-mp.fr





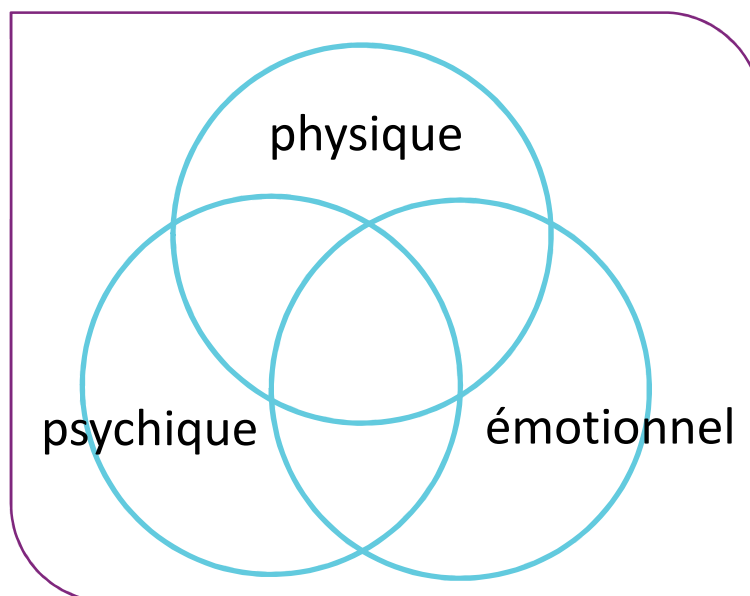
Le burnout, quelles définitions ?

Le burnout ou épuisement professionnel est un épuisement des ressources physiques, psychiques et émotionnelles résultant d'une accumulation continue et croissante de surmenages prolongés. (1)

Le syndrome d'épuisement professionnel est un ensemble de réactions à des situations de stress professionnel chronique.

Il est consécutif à la perception d'un écart trop important entre ses attentes, la représentation de son métier (portée par des valeurs et des règles) et la réalité du travail (exigences).

Cette situation épuise et vide « émotionnellement » et conduit à remettre en cause l'investissement au travail. (2)



- (1) Définition de la commission burnout
- (2) Définition de l'INRS



Quelles sont les causes du burnout ?

Il nous alerte sur le risque de dépassement du travailleur : ses capacités physiques, cognitives, affectives et sociales et son lien avec le travail pour se construire.

La principale cause : l'intensification du travail (exigences), avec un fort engagement, accentuée par une dépendance aux technologies de communication.

Les autres causes concomitantes :

- Les réponses aux exigences intellectuelles et émotionnelles au travail,
- La gestion du temps de travail (équilibre vie privée/vie professionnelle)
- Les changements (avoir sa place dans la nouvelle structure...)
- Les relations de travail (déficit du soutien et de reconnaissance)
- les conflits de valeurs (renoncement aux règles professionnelles, à la qualité).



Problème. **Stress**. Fatigue. Responsabilité. Difficile. Condition de travail.
Changement. Mauvais. Porter. Je ne peux plus. Douleur. Peur. Conséquences.
Pression. Partir. Reprise. Refus. Exposé. Toxique. Tomber. Sécurisé. Rythme. Perdre.
Mauvais. Interdit. Faute. Courir. Répétition. Supplémentaire. Objectifs. Résultats. Pression.
Dénigrement. Donner. Investir. Pied du mur. Promotion. **Harcèlement**. Règles. Insidieux ;
Trop. Normal. Harcèlement. Tension. Problème. Abimé. Santé. **Travail**. Porter.
Reconnaissance. Maladie. **Charge**. Pression. Rendement. Temps. Changement.
Port de charge. Compliqué. Isolement. Restructuration. Humiliation. Reconnaissance. Capacités.
Déception. Désinvestissement. Accumulation. Vexatoires. Blesser. **Mal**. Angoisse. Haine.
Difficultés. Négative. Incohérence. Fonctionnement. Organisation. Evolution. Effort. Répétitif.
Sentiment. Demande. Sans Suite. **Fatigue**. **Difficultés**. Supporter. Récupération. Trajet.
Manque. Ecart. Valeur. Réalité. Toxique. **Restructuration**. Entreprise. Réduction.
Augmentation. Relation. Harcèlement. Hiérarchie. Rachat. Mise au placard. Nouveau. Ecarté.
Isolement. Rythme. Dur. **POIDS**. Manque. Reconnaissance. Pénibilité. Nombre.
Reproche. Important. Bienveillance. Permanence. Perte. Confiance. Sape. Lourd. Restriction. Effectif.
Inadapté. **Pénible**. Beaucoup. **Humiliation**. Peur. Surmenage.

Mots des assurés « liens avec le travail » - enquête Carsat Midi-Pyrénées, service social et prévention, 2018



Des conséquences pour les salariés & les entrepreneurs/dirigeants

Pour l'entreprise :

Les situations avérées impactent toute l'entreprise : l'humain, le relationnel, le fonctionnement, l'organisation du travail, les finances, la qualité, les résultats.

Pour la santé :

- L'impact n'est pas seulement psychique mais peut aussi être physique (TMS, Maladies cardiovasculaires, pratiques addictives, morts subites).
- Le burnout peut générer plus d'une année d'arrêt de travail (400 jours en moyenne)

source : Santé travail : enjeux & actions affections psychiques janvier 2018



Pour l'individu (3) :

- Des inaptitudes, suivies d'une perte d'emploi, vécue comme un échec.
- Une perte d'autonomie, des pertes financières, des perturbations familiales ou encore de la vie sociale, un isolement et un impact possible sur la santé.
- Il s'agit le plus souvent d'un processus long à s'installer, évolutif et qui nécessite du temps pour se reconstruire. Le temps estimé peut aller jusqu'à 8 années de situation de souffrance.

(3) Enquête service social/prévention 2018, Carsat Midi-Pyrénées. Groupes de travail réalisés par le service social : entretien et questionnaire « tous arrêts » de plus de 90 jours (67). Echantillon non représentatif.



Comment agir ?

Prendre en compte au sein de l'entreprise cette réalité de travail, c'est :

Alerter :

Réagir et agir face aux situations avérées, identifiées (arrêts maladie, ATMP) ou potentielles (risques professionnels) d'épuisement professionnel.

Prévenir :

Pour construire une politique Santé au Travail dans l'entreprise pour les dirigeants et salariés: développer la prévention des risques psycho-sociaux & adapter le travail à l'homme, avec une vigilance au regard des changements et des modifications organisationnelles du poste de travail.

Informier :

Sur le burnout, ses conséquences multiples (psychiques, émotionnelles, cognitives et organiques) ; les points de vigilance et les solutions dans une organisation plus adaptée et mieux régulée (intensité et exigences au travail, changements et technologies) ; relations de travail (soutien) et conflits éthiques. Développer la Culture de Prévention.



API : ALERTE – PREVENIR - INFORMER

Le burnout, constats et analyses

Des données indiquent une évolution de ce syndrome (non reconnu comme pathologie). Ces chiffres descriptifs ne sont toutefois pas comparables, ni cumulables.

En Midi-Pyrénées :

le Centre de Consultation en Pathologies Professionnelles (CCPP) Midi-Pyrénées a effectué, en 2016, 850 consultations en lien avec des troubles psychiques dont le burnout (voir synthèse RNV3P 2016)



Le nombre de signalements concernant les arrêts de travail supérieurs à 90 jours - toutes pathologies confondues - montre une augmentation croissante de 5 à 6 % par an depuis 2015.

En 2017 : 28 120 cas soit 77 cas signalés journalièrement

Informations transmises au service social de la Carsat Midi-Pyrénées par les Caisses primaire de l'Assurance Maladie.

En France :

La prise en charge des affections psychiques liées au travail représente **230 M€ pour la branche AT/MP en 2016.**

source : Santé travail : enjeux & actions affections psychiques janvier 2018

En 2017, les arrêts de plus de six mois représentaient 44 % de la dépense arrêts maladie, alors même qu'ils ne constituaient que 7 % des arrêts.

Un salarié arrêté plus de 6 mois perd 50% de chance de retrouver un jour son travail, voire un travail.

Source : Mission sur les arrêts maladie livre ses dix premières propositions. - Liaisons Sociales, 30 octobre 2018

En Europe, un coût certain et non entendu :

Le coût des dépressions (sans les violences) liées au travail en Europe (Matrix, 2013) représente 617 milliards €/ an .

Ce chiffre comprend les coûts supportés par les employeurs à cause de l'absentéisme et du présentéisme (272 milliards d'EUR), de la perte de productivité (242 milliards d'EUR), le coût des soins de santé (63 milliards d'EUR) et des prestations sociales versées sous la forme d'allocations pour invalidité (39 milliards d'EUR).

Source : Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail, 2014



Midi-Pyrénées : 850 consultations en lien avec des troubles psychiques dont le burnout – 2016

France : La prise en charge des affections psychiques liées au travail aura représenté **230 M€ -2016**

Europe : Le coût des dépressions liées au travail en Europe représente 617 milliards €/ an

La branche Assurance Maladie – Risques professionnels



Acteur clé de la santé au travail, à l'écoute des employeurs et des salariés, l'Assurance Maladie – Risques professionnels a pour finalité de promouvoir un environnement de travail plus sûr et plus sain en réduisant les accidents du travail et les maladies professionnelles.

Egalement connue sous le nom de branche accidents du travail et maladies professionnelles (AT/MP), elle agit au service de 18,4 millions de salariés dans 2,2 millions d'entreprises.

Avec son réseau de caisses implantées sur tout le territoire (CPAM, Carsat, Cramif et CGSS), elle exerce trois missions interdépendantes :

- elle indemnise et accompagne toutes les victimes de maladies et d'accidents liés au travail,
- fixe les taux de cotisations des entreprises et œuvre sur le terrain pour prévenir les risques professionnels.
- Elle prend également à son compte les actions de prévention des travailleurs indépendants et gère le compte professionnel de prévention.

La Carsat Midi-Pyrénées

La Carsat Midi-Pyrénées exerce trois grandes missions de service public pour être aux côtés des assurés et des entreprises tout au long de la vie professionnelle et de la retraite

- Elle prépare et paie la retraite des salariés du régime général ;
- Elle aide les retraités dans leur choix de vie et accompagne les assurés en difficulté ;
- Elle prévient les risques professionnels et assure la santé et la sécurité au travail.



Chiffres clés 2017 de la branche Assurance Maladie Risques Professionnels de la Carsat Midi-Pyrénées

81 268 entreprises

798 625 salariés couverts pour les risques AT/MP

669 554 € engagés dans le cadre des contrats de prévention

3 451 953 € d'aides financières aux entreprises



Le conseil d'administration de la Carsat Midi-Pyrénées

Assemblée délibérante, le Conseil d'Administration fixe les orientations, vote les budgets, les Contrats Pluriannuels de Gestion, et participe à la définition de la politique de la Carsat Midi-Pyrénées.

Garants du paritarisme, ses membres représentent les assurés sociaux et les employeurs.

Des représentants de la Mutualité Française, de l'Union Régionale des Associations Familiales et des personnes qualifiées composent également le Conseil d'Administration.

La commission paritaire burnout

La Carsat Midi-Pyrénées s'appuie sur la commission régionale des AT-MP (CRAT-MP) et les comités techniques régionaux (CTR), instances paritaires, pour toutes les questions relevant du domaine des risques professionnels.

Pour renforcer l'efficacité de ses actions, elle développe et entretient des coopérations avec de nombreux acteurs locaux de la santé au travail.

C'est dans ce cadre que s'est formée « la commission burnout ». Elle se compose de représentants des dirigeants et des salariés (MEDEF, CFDT, CFE/CGC, CFTC).

Il s'agit d'un travail collaboratif mené sur le terrain. Le résultat de ce travail sert de point de départ à la campagne de sensibilisation.



Pour aller plus loin sur le sujet

Guide d'aide à la prévention : le syndrome d'épuisement professionnel ou burnout. Mieux comprendre pour mieux agir. Anact – Inrs – Ministère du travail.

Rapport « Calcul des coûts du stress et des risques psycho sociaux liés au travail » - Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail –

Sites :

<http://europa.eu>

www.travail-emploi.gouv.fr

www.anact.fr

www.inrs.fr

Plus d'informations sur notre site www.carsat-mp.fr

Retrouvez-nous sur



Contacts presse :

Monique ZINET : 05 62 14 85 34 monique.zinet@carsat-mp.fr

Sandrine KOENIG : 06 24 49 12 04 sandrine.koenig@carsat-mp.fr