Les acteurs de la santé et Le stress en milieu professionnel

Dr EYOUM Christian

Médecin-Psychiatre

Hôpital Laquintinie de DOUALA, ICPS

CISa 2018

PLAN

- N'être (naître)/ Devenir acteur de santé
- Le Job description officiel d'un acteur de santé
- La fiche de poste non officielle d'un acteur de santé
- Stress professionnel: Modèle de Karasek
- Quelques situations au Cameroun
- Savoir reconnaître le stress professionnel
- Quelques clés pour s'en sortir

N'être (naître) ou Devenir acteur de santé

- 161 élèves infirmiers venant en stage en psychiatrie en 2016-2017: Petit sondage
- 101 (62,7%) y sont parce qu'ils veulent ressembler ou encore ils souhaitent aider un membre de leur entourage
- L'idée de faire du bien à autrui revient chez 97% des élèves
- 41% y sont par défaut, puisqu'ayant essayé sans succès d'autres concours

N'être (naître) ou Devenir acteur de santé

- Souvent la « vocation » naît d'un passé lointain
- Le rôle de la systémique: Le nom qu'on porte, le vécu qu'on a…
- La délibération dans le choix

Le Job description officiel d'un acteur de santé

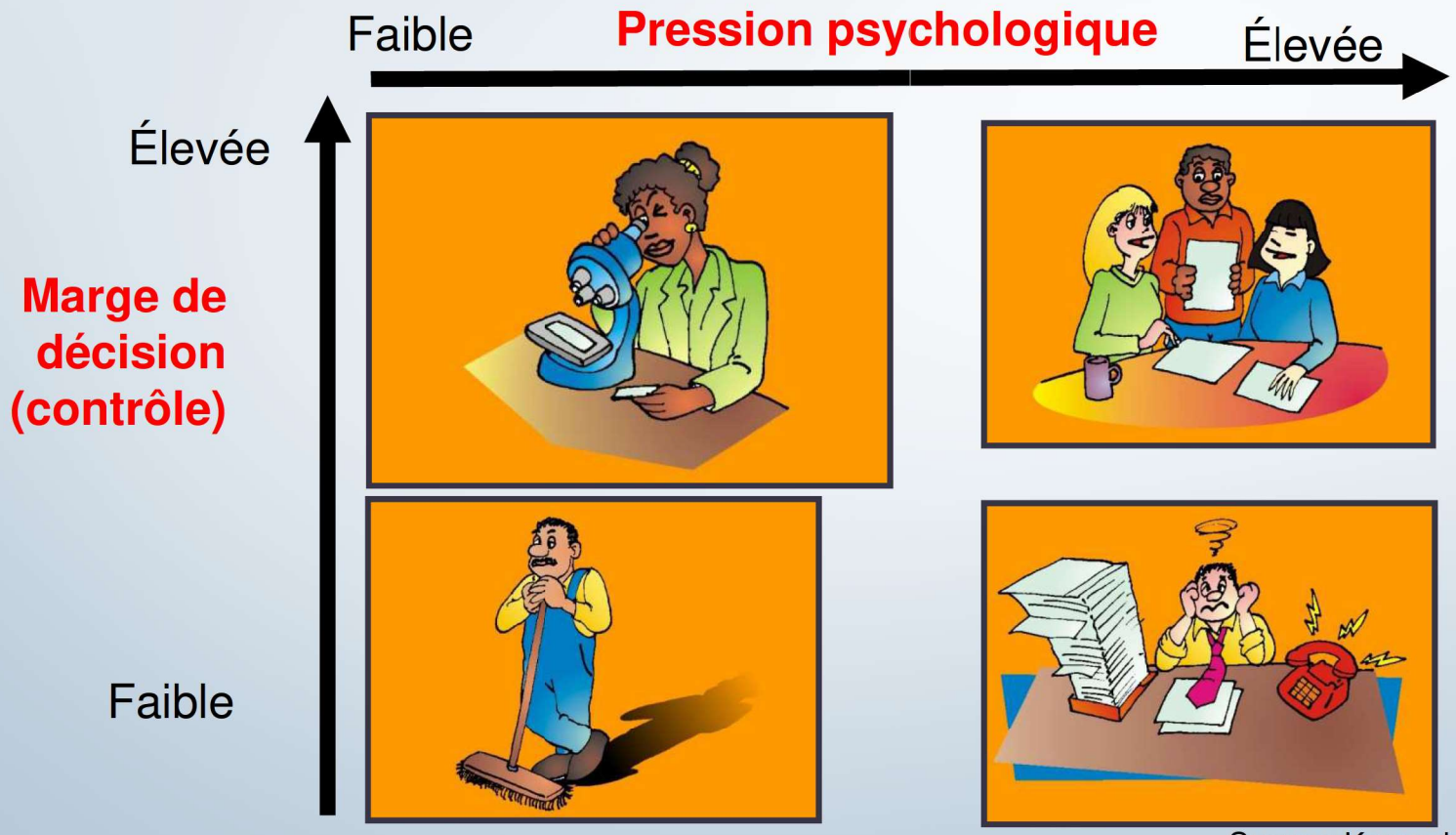
- Prendre soin de celui qui souffre
- La question du transfert et du contre-transfert
- Souvent, ne pas considérer la douleur pour un autre noble but
- Les questions chrono biologiques

Conséquence: Consommation des ressources émotionnelles

LA FICHE DE POSTE NON OFFICIELLE D'UN ACTEUR DE SANTÉ

- Répondre à l'attente familiale (finances, soins)
- Répondre aux préjugés de l'entourage
- Parents, fils, époux…

Stress Professionnel: Modèle de Karasek



Source: Karasek 1979

Quelques situations au Cameroun

Cas clinique

Dr N. est médecin généraliste dans un hôpital de Douala. Elle vient nous voir en pleurs, accompagnée de son époux après une altercation non seulement avec son patron…

Sa collègue partie en congé de maternité, elle ne quitte plus le service de pédiatrie que vers 19h tous les soirs. Son mari enseignant à Bafoussam n'est là que certains week-ends…

Notons ses céphalées occipitales, ses pertes d'appétit, son irritabilité, et surtout les nombreuses altercations dans son couple.

Elle dit avoir perdu l'envie d'aller travailler chaque matin depuis qu'elle a un nouveau directeur…

Reçu le :
11 juin 2017
Accepté le :
14 octobre 2017

Syndrome du *burnout* chez le personnel soignant paramédical au Cameroun : impact des activités physiques et sportives et des loisirs

Burnout syndrome among paramedical staff in Cameroon: Impact of physical activities and leisures

P.T. Moueleu Ngalagou[a], P.B. Assomo Ndemba[a], L.J. Owona Manga[a,b], Y. Bandga Ekanga[a], W.R. Guessogo[c], C.N. Ayina Ayina[a], S.H. Mandengue[a,*]

[a] *Unité de physiologie et médecine des activités physiques et sportives (UPM-APS), université de Douala, BP 7064, Bassa-Douala, Cameroun*
[b] *Département de santé publique, faculté de médecine et des sciences pharmaceutiques, université de Douala, Cameroun*
[c] *Institut national de la jeunesse et des sports, Yaoundé, Cameroun*

Disponible en ligne sur

ScienceDirect

www.sciencedirect.com

Moueleu et al.

- 302 personnels paramédicaux
- Le burn-out touche 51%
- Association avec l'ancienneté professionnelle (P=0,04), les charges administratives (P=0,03), les longues heures de travail quotidien (p=0,001).

L'activité physique et sportive n'a pas d'effet protecteur contrairement aux loisirs

Syndrome de burnout chez les médecins généralistes de la région de Douala (Cameroun) : les activités physiques peuvent-elles être un facteur protecteur ?

Burnout syndrome among generalist medical doctors of Douala region (Cameroon) : Can physical activities be a protective factor ?

S.-H. Mandengue[1], L.-J. Owona Manga[1,2], M.-Y. Lobè-Tanga[1], P.-B. Assomo-Ndemba[1], S. Nsongan-Bahebege[1], C. Bika-Lélé[1], F. Ngo Sack[3], A.-K. Njamnshi[4] et S.-L. Etoundi-Ngoa[5]

[1]Unité de Physiologie et Médecine de l'Exercice et du Sport, Université de Douala, Cameroun, [2]Département de Santé publique, Faculté de Médecine et des Sciences pharmaceutiques, Université de Douala, Cameroun, [3]Département des Sciences biologiques, Faculté de Médecine et des Sciences pharmaceutiques, Université de Douala, Cameroun, [4]Service de Neurologie, Hôpital Central de Yaoundé, Cameroun, [5]Département des Sciences biologiques, ENS, Université de Yaoundé I, Cameroun

Mandengue et al.

- 85 Médecins généralistes de la ville de Douala
- 77, soit 90,6 % déclarent n'avoir jamais entendu parler du burn-out
- 42,4% victimes de burn-out, dont 1,2% de niveau élevé.
- Burn-out associé à: Distance domicile-hôpital (p inf 0,05), nombre d'enfants à charge (P= 0,007), nombre d'hôpitaux de consultation (p= 0,003), au nombre de gardes par mois (p=0,01).

La nouvelle relation soignant-soigné comme objet stressant

- Le patient a accès à internet
- *Méfiance* des patients et des familles
- Forte demande de participer à la délibération-décision afin d'optimiser l'adhésion vs inexistence des équipes d'ETP
- Du besoin au désir

Reconnaître le Stress Professionnel

COGNITIVES

- Perturbation des processus psychiques
- Augmentation permanente du niveau de vigilance
- Rigidité psychique
- Attitudes paranoïaques
- Erreurs répétées
- Irritabilité

PHYSIQUES

- Fatigabilité à l'effort
- Céphalées notamment occipitales
- Nausées, Vertiges
- Frigidité, Impuissance

Quelques clés pour s'en sortir

- Avoir un plan d'action annuel, mensuel, hebdomadaire, journalier…
- Répartir les priorités: Couple, parentalité, enfance, travail, loisirs…
- Autocritique et remise en cause si nécessaire
- Contrôler et canaliser les sollicitations
- Contrôler et canaliser sa passion