

RÉGION LIÉGEOISE - SANTÉ

Professionnaliser la prise en charge du burn out

Vanessa Matz dépose une proposition à la Chambre dans ce sens

La députée fédérale Vanessa Matz veut professionnaliser le dépistage et le traitement du burn out. Elle dépose une proposition de résolution à la Chambre. L'objectif ? Dégager des moyens supplémentaires dans un premier temps. Avant une reconnaissance du burn out en tant que maladie professionnelle ?

Le burn out : tout le monde en parle, beaucoup disent en souffrir, mais qu'en est-il réellement ? Une question sans réponse actuellement, tant le phénomène peine à être objectivé. « Les vrais burn out sont relativement rares, estime Isabelle Hansez, professeur de psychologie du travail à l'université de Liège où elle dirige l'unité de Valorisation des Ressources Humaines. Certains ont tendance à se déclarer en burn out alors que ce n'est pas le cas. »

Bien que voisin de la dépression, le burn out présente des différences majeures avec elle : « La dépression affecte toutes les sphères de la vie. Le burn out par contre, c'est un état d'esprit négatif par rapport au travail, continue-t-elle. Qui va se développer dans le temps, ça n'arrive pas brutalement. Et c'est un phénomène vraiment lié au travail. Il

découle directement d'une exposition à des conditions de travail de plus en plus difficiles à gérer. » Une situation dans laquelle nombre de travailleurs pourraient se connaître. Mais qu'il est encore possible d'affiner pour diagnostiquer un « vrai » burn out. « Il est caractérisé par quatre symptômes principaux : un épuisement physique et psychologique, une distanciation mentale, par exemple quand la personne devient cynique par rapport à son travail, une perte au niveau cognitif, avec des difficultés à mémoriser ou à résoudre des problèmes, et enfin une in-

stabilité émotionnelle, qui fait que ces personnes ont du mal à gérer la frustration. » Mais aujourd'hui, vu le flou qui entoure la notion de burn out, impossible de le quantifier précisément. Tout au plus sait-on que, selon les chiffres de l'Inami, « depuis 2015, le coût de l'incapacité de travail en Belgique dépasse celui du chômage, souligne Mme Hansez. Et que les deux causes principales de ces incapacités sont les troubles musculo-squelettiques et les troubles psychiques, dont fait partie le burn out, en augmentation constante. »

*«Le but, c'est un retour au travail plus rapide et plus définitif. Tout bénéfique pour le travailleur et l'Inami»
Vanessa Matz*

Une conférence gratuite à Sprimont mercredi

Isabelle Hansez sera à Sprimont ce mercredi, à l'initiative de la députée Vanessa Matz. Elle y donnera une conférence intitulée «Burn out: terme à la mode ou réalité socio-professionnelle?» Outre son titre de professeur de psychologie du travail à l'ULiège, Isabelle Hansez est également experte scientifique sur le burn out au sein de la commission «mala-

dies professionnelles 21^e siècle» pour le SPF Sécurité sociale, du Conseil supérieur de la Santé du SPF Santé publique et pour l'agence fédérale pour les risques professionnels. Cette conférence se tiendra au foyer culturel de Sprimont dès 20h. Entrée gratuite. Infos et réservations à secretariat@vanessamatz.be ou par téléphone au 0495/16.34.50. ●

Et c'est là que le bât blesse. « Le burn out n'est pas reconnu en tant que maladie professionnelle, constate Vanessa Matz, la députée fédérale (cdH) aqualienne. La ministre De Block l'a reconnu comme maladie liée au travail, mais elle n'a pas voulu ouvrir la boîte de Pandore, ce qu'on peut comprendre. »

MOYENS SUPPLÉMENTAIRES

La différence ? Des indemnités auxquelles pourraient alors prétendre de trop nombreuses personnes, sans certitude qu'elles souffrent bien de burn out. Mais des expériences-pilotes sont en cours, pour améliorer leur prise



Le burn out est en augmentation constante. © News

en charge, pour lesquelles la députée aqualienne souhaiterait maintenant une évaluation. « Et éventuellement une extension à tous les secteurs d'activité, précise-t-elle. Je ne demande pas, pour l'instant en tout cas, qu'on reconnaisse le burn out comme maladie professionnelle, parce que le débat est compliqué, notamment en termes de faisabilité financière. Il faut d'abord investir massivement dans la prévention et la détection des signes avant-coureurs. Mais pour cela, il faut former les professionnels de la santé et les certifier, que les patients puissent avoir de vraies personnes de référence. »

Dans la proposition de résolution qu'elle dépose à la Chambre, Vanessa Matz demande donc au gouvernement de dégager les moyens nécessaires à la professionnalisation de l'ensemble des acteurs amenés à intervenir, du médecin généraliste à la médecine du travail, mais également de doter les centres d'expertise de moyens supplémentaires. Avant une reconnaissance en tant que maladie professionnelle ? « Le but, c'est surtout un retour au travail plus rapide et plus définitif. C'est tout bénéfique pour le travailleur, mais aussi pour la sécurité sociale. » ●

GEOFFREY WOLFF