



RISQUES PSYCHO-SOCIAUX

STRESS POST-TRAUMATIQUE : l'hécatombe à craindre

SANTÉ TRAVAIL

De quoi parle-t-on ? Les personnes confrontées à un événement traumatique qui met en question leur perception du monde ou d'elles-mêmes, peuvent présenter des troubles physiologiques comme psychologiques qui persistent longtemps.

La notion de stress post traumatique est apparue dans un premier temps dans la psychiatrie militaire, au retour des soldats de la guerre, puis chez les victimes d'attentat, voire même d'accidents. Suite à l'attentat dans le RER à St-Michel à Paris en 1995, des Cellules d'Urgences Médico Psychologiques (CUMP) ont été créées afin de prévenir et traiter les syndromes de stress post traumatique chez les victimes.

Pour certaines personnes, la crise du COVID-19 a vraiment représenté une confrontation avec la mort, que ce soit la leur ou celle de leurs proches. Dans la mesure où vous êtes confronté à ça de façon brutale et inattendue, vous êtes susceptibles de souffrir de stress post-traumatique. Cela peut aussi être le cas si vous avez travaillé dans un environnement où vous étiez entouré de malades, ou encore si vous êtes dans un groupe à risque.

Cet état de stress post-traumatique, fait partie d'un ensemble de troubles comportementaux, troubles psychiques et relationnels, parfois associés à des troubles psychomoteurs.

Rappelons que les troubles les plus fréquents constatés sont :

- **Flashes à type de reviviscence**
- **Évitement, peur**
- **Insomnie, cauchemars**
- **Troubles de l'appétit**
- **Irritabilité ; violence, ou émoussement / insensibilité émotionnelle**
- **Isolement**
- **Culpabilité**

Toutes les personnes exposées ne développent pas le syndrome chronique appelé «État de Stress Post Traumatique» (ESPT), certaines n'éprouvent qu'une partie des symptômes associés à ce trouble.

Tous les personnels du sanitaire, social et médico-social, épuisés depuis déjà des années, mobilisent leurs dernières ressources parce que l'humain est ainsi fait.

Face à l'adversité, exposés au conflit éthique, à la peur d'être contaminé et de contaminer l'autre, au manque de matériels de protection, à des temps de travail inhumains, au sacrifice de leur vie privée, ils se mobilisent, oubliant leurs besoins vitaux.

Les conséquences sont dans un premier temps sur la santé, mais peuvent induire des comportements à risque sur le moyen et le long terme (addictions, comportement suicidaire...).

S'ensuivront des décompensations, des épuisements professionnels, des altérations graves et durables de la santé qui impacteront chacun personnellement et professionnellement. Pour exemple, certains professionnels pourront développer des symptômes phobiques d'évitement, qui les empêcheront de retourner sur leur lieu de travail.

Il faut donc prévenir, détecter et accompagner les personnels avec les instances dédiées CHSCT, CSE, CSSCT et le soutien de la Médecine du Travail et de la CUMP....tout ceci dans la durée.

Il est nécessaire que le syndicat inscrive à l'ordre du jour des CHSCT ou CSE ce point à traiter : prévention, détection, accompagnement, prise en charge, reconnaissance et retour à l'emploi...Ainsi que l'inscription du COVID-19 et de ses conséquences dans le DUERP.

→ Une fois encore nos mobilisations syndicales doivent être le catalyseur de ces actions et le garant de la santé physique, psychologique et sociale de tous les personnels .

📢 Nous revendiquons que ce syndrome soit reconnu MP/AT de manière systématique pour les personnels présentant un ESPT.