



### MEDICALEMENT VOTRE



Le stress en question

Depuis une vingtaine d'années, le stress est devenu un des nouveaux risques professionnels majeurs. Pourtant, il est encore faiblement pris en compte par les employeurs qui renvoient souvent le problème hors du champ du travail, en l'attribuant à une éventuelle fragilité individuelle.

#### QU'EST CE QUE LE STRESS ?

**Le stress est une réponse de l'organisme** aux agressions physiologiques et psychologiques ainsi qu'aux émotions nécessitant une adaptation.

**Le stress aigu** répond aux contraintes liées aux métiers et n'est pas forcément néfaste, selon son intensité.

**Le stress chronique**, lui, est dangereux, car il maintient l'organisme en surnrégime et s'inscrit dans la durée.

#### D'abord une souffrance pour le travailleur ...

**Le stress professionnel chronique** peut avoir des répercussions plus ou moins graves et réversibles sur la santé mentale et physique des salariés. Ex. : troubles du sommeil, de l'appétit, maux de tête, sensation d'oppression, troubles musculo-squelettiques (TMS), état dépressif, maladies gastro-intestinales, coronariennes ou cardiaques, dépendance (alcool, tabac, médicaments, drogues)...

Dans le cas d'un surmenage excessif, on parle de « *burn out* ». Il s'agit d'un épuisement émotionnel, conséquence d'un stress prolongé. Le stress peut être aussi à l'origine d'absentéisme, d'incapacité de travail, d'un départ précoce à la retraite, d'une démission, dans les cas extrêmes d'un *Haroshi* (mort par surmenage au Japon).

#### Mais aussi un coût pour l'entreprise ...

Coût de l'absentéisme\* dû au stress en France = 370 millions d'euros.

\* hors coût de la désorganisation (baisse de la productivité, de la qualité, démotivation, conflits).

#### ... Et des répercussions financières pour la Sécurité sociale

Coût du stress\* : 830 à 1656 millions d'euros = 10 à 20 % des dépenses AT-MP de la Sécurité Sociale.

\* soins, absentéisme, décès prématurés pour les maladies cardiovasculaires, la dépression et les TMS.

#### Des facteurs multiples

- décalage entre les exigences de travail et le temps imparti, les compétences requises, les moyens fournis,
- relations de travail inexistantes ou conflictuelles,
- rôles et responsabilités imprécis,
- manque de reconnaissance du travail effectué,
- bruit, chaleur, sur-occupation des locaux.



**Romanens**

### C.H.E.R.C.H.E.Z. L'ERREUR



**R.E.P.O.N.S.E.** : le mécanicien a oublié d'allumer les feux de détresse.



### ALLIÉRIE: SANITIE:



Malfaçon : rappel de jouets DORA l'exploratrice

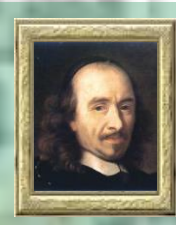
- ⇒ coffret « Partons à l'aventure » réf. 1097LF à 1877LF
- ⇒ coffret « Le camping car » réf. G3830

Contactez Mattel au 08.05.80.02.48 pour l'échange.

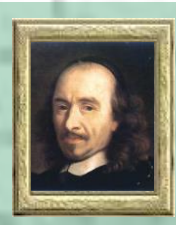
#### Attention : dentifrice toxique

Une substance très toxique, le diéthylène glycol (solvant, antigel...) a été découverte dans un dentifrice fabriqué en Chine et commercialisé en France sous la marque « *Toothpaste new 4U* » ou « *TERPAN* ».

**Redon**



### PAROLE DE SAGE



« A raconter ses maux, souvent on les soulage. »

Pierre Corneille

**Vignes**



### POLLUTION



Impact sur la santé

Près de 30 000 décès anticipés sont attribuables à la pollution atmosphérique.

7 à 20% des cancers seraient imputables à des éléments environnementaux dont les produits chimiques.

14 ministres européens de l'Environnement ont accepté que l'on effectue la recherche de produits chimiques d'origine industrielle dans leur sang.

55 substances potentiellement toxiques sur 103 ont été ainsi détectées. Parmi les 37 produits chimiques découverts dans le sang du ministre français figurait le DDT (insecticide), alors que cette substance est en principe interdite dans notre pays depuis au moins trente ans.

La culture de l'environnement ne doit pas se limiter à de l'information, elle doit aussi se traduire par des actes ...

... et nous devons tous être acteurs.

**Bru**



### TRUCS & ASTUCES



Certains bijoux, notamment s'ils sont à base d'alliage contenant du nickel, peuvent provoquer des rougeurs ou des irritations.

Comme pour ceux en argent, une couche de vernis protégera votre peau de toute allergie.

**Cherrier**