

Du suicide au stress post traumatique !

On a beaucoup parlé depuis plusieurs mois des cas de suicide survenus dans des entreprises privées ou publiques. Origine professionnelle ou non ? Augmentation de la vulnérabilité dans une période économiquement très difficile ? Accumulations de difficultés au fil du temps ? Il y a souvent plusieurs facteurs qui s'associent. Il n'empêche que celui sur lequel il est certainement le plus facile d'agir est le travail. Il convient en outre de préciser que si l'activité professionnelle n'est pas la cause de tous les suicides même si ceux-ci surviennent sur le lieu de travail, elle peut parfois représenter le catalyseur permettant l'explosion d'un psychisme confronté à trop de souffrance. Agir sur les composantes (management, organisation du travail, relations humaines...) qui peuvent aider à aller mieux dans le cadre professionnel est donc essentiel. Et l'intérêt sera double puisque les bénéfices concerneront aussi bien le monde de l'entreprise que la sphère sociétale.

Il y a un autre aspect dont on ne parle pas encore beaucoup et qui doit inciter à agir, ce sont les conséquences psychologiques pour la famille et les collègues de travail. Avoir un membre de sa famille qui se suicide ou assister au suicide d'un de ses collaborateurs est un traumatisme très violent potentiellement responsable d'un choc et donc d'un stress post traumatique.

Or, le stress post traumatique a des conséquences médicales significatives : troubles de la mémoire, de l'attention, angoisse, irritabilité, dépression et insomnie... Un lien entre stress post traumatique et addictions a même été établi. Parmi les hypothèses retenues pour expliquer le lien, une étude du National Institute on Drug Abuse, explique que les zones du cerveau concernées par le syndrome de stress post traumatique et par les addictions sont identiques. Un autre lien a été établi entre stress post traumatique et asthme. D'après le Professeur Renee Goodwin, de l'Université Columbia, à New York les victimes de stress post traumatique présenteraient un risque d'asthme multiplié par 2,3 ! Ces conséquences majeures justifient les propos de Wang Jianping, chef de l'hôpital Jiande n° 3 dans le Zhejiang, «*Le Syndrome de Stress Post Traumatique peut être aussi néfaste que le cancer ou le sida*»...

Quant aux conséquences économiques, elles sont tout aussi alarmantes. A l'occasion de la «*Conférence sur les impacts du stress post-traumatique*», le 16 février 2007, à Montréal, il a été reconnu, qu'au niveau du seul Québec, le coût des traitements associés simplement au stress post traumatique se situe aux environs de 17 millions de \$.

Jusqu'à il y a peu, le diagnostic de stress post traumatique était essentiellement clinique, les explorations complémentaires s'avérant normales. De nombreux cas de stress post traumatiques étaient donc ignorés. En outre, il était difficile aux personnes qui en étaient victimes de prouver que les troubles qu'elles ressentaient étaient liés à l'événement traumatisant. Or, de récents travaux de recherche ont permis de mettre au point de nouveaux moyens d'investigation du cerveau capables de visualiser les zones atteintes en cas de stress post traumatiques. Le Docteur Jasmeet Pannu Hayes, de l'Université de Boston, qui participe à ces recherches est très clair : «*Il y a quelque chose de différent dans le cerveau* ».

Lorsque le stress débouche sur un suicide, les effets vont donc bien au-delà du drame de la personne concernée. Les conséquences sur la famille et sur l'entourage sont on ne peut plus sérieuses dans la mesure où elles peuvent aller jusqu'à provoquer un stress post traumatique. Une raison de plus pour

agir à la base par des actions de prévention portant notamment sur l'optimisation du management, de l'organisation du travail et des relations humaines.

Docteur Philippe Rodet