

Billet d'hiver

Voici une fiche récapitulant la nature des risques psycho-sociaux, avec leurs manifestations et leurs conséquences, parce qu'une personne avertie sera mieux prémunie !

Références : les symptômes, les facteurs de risque, les conséquences

Rappel de la définition des RPS : « Ce qui fait qu'un risque pour la santé au travail est psychosocial, ce n'est pas sa manifestation, mais son **origine** : les risques psychosociaux seront définis comme les **risques pour la santé mentale, physique et sociale, engendrés par les conditions d'emploi** et les **facteurs organisationnels et relationnels** susceptibles d'interagir avec le fonctionnement mental. » (Rapport Gollac)

Les symptômes :

Symptômes de stress physiques, émotionnels et comportementaux
<ul style="list-style-type: none">• Douleurs (musculaires ou articulaires, maux de tête)• Sentiments de mal-être ou de souffrance• Crises de nerfs ou de larmes sur le lieu de travail• Troubles du sommeil• Symptômes digestifs (coliques, gastralgies)• Malaises sur le lieu de travail• Consommation de médicaments psychoactifs• Conduites addictives• Idées mortifères• Etc.

Les conséquences :

Pathologies diagnostiquées pouvant être en lien avec les risques psychosociaux
<ul style="list-style-type: none">• Hypertension• Coronaropathies• Diabète• Troubles lipidiques• Troubles musculosquelettiques• Pathologie mentale• Dépression• Burn-out• Infections à répétition• Dermatoses• État de stress post-traumatique• Etc.

Les facteurs de risque : ils sont au nombre de six, et peuvent évidemment se conjuguer entre eux

- Intensité et temps de travail : quantité et complexité, difficultés de conciliation entre vie professionnelle et personnelle, pression temporelle (risque de *burn-out*)
- Exigences émotionnelles : exposition au public avec contact avec la précarité, la détresse, risque de violence verbale ou physique
- Autonomie et marges de manœuvre ou monotonie des tâches (risque de *borrow out*)
- Rapports sociaux et reconnaissance au travail : qualité des relations (coopération ou concurrence, sentiment d'(in)utilité, soutien social présent ou non
- Conflit de valeurs : qualité perçue comme empêchée, service public possible ou non, (risque de *brown out*)
- Insécurité socio-économique : réorganisations, évolution du cadre de travail, vécu des changements, pouvant être ressentis de manière sévère ou non