



Dépression, épuisement professionnel, mal-être : quelle réalité au sein de notre profession ?

Une étude de l'Ordre national des infirmiers – avril 2018

Contexte :

Aujourd'hui, que ce soit dans la presse, sur les réseaux sociaux mais aussi, et surtout, dans l'exercice quotidien, un certain malaise s'exprime au sein de la profession infirmière, une profession nombreuse (plusieurs centaines de milliers de membres) mais peu encline à s'exprimer publiquement (pas de mouvements sociaux catégoriels, peu de relais politiques et médiatiques). Ces dernières années, des suicides chez des infirmiers ont été déplorés et, dans certains, cas le lien avec l'exercice professionnel a été avéré.

Dans leur exercice professionnel, l'éthique du soin et de leur métier des infirmiers se trouve parfois malmenée : proximité avec la mort, évolution des typologies de malades, violences et agressivité subies, rigueur budgétaire à l'hôpital public notamment, manque de perspectives d'évolution, etc. Nombre d'infirmiers peuvent en souffrir personnellement, ce qui peut conduire à l'épuisement professionnel, à l'envie de renoncer à poursuivre l'exercice de cette profession.

Des études ont démontré cette réalité mais elles étaient souvent limitées à des effectifs réduits ou à certaines catégories d'exercice et d'établissement. Compte tenu de l'importante montée en charge de l'épuisement professionnel et de son expression qui se libère, l'Ordre national des infirmiers qui présente la particularité de rassembler les infirmiers et infirmières de tous modes d'exercice, y compris les infirmiers spécialisés et les infirmiers cadres de santé, a souhaité effectuer une enquête auprès des membres inscrits au tableau dont l'adresse électronique de contact est disponible (212000 adresses mails).

Méthode :

L'enquête a été conduite du vendredi 30 mars au samedi 7 avril 2018. **18653 infirmiers** ont répondu au questionnaire auto-administré qui comprenait 25 questions aux réponses obligatoires.

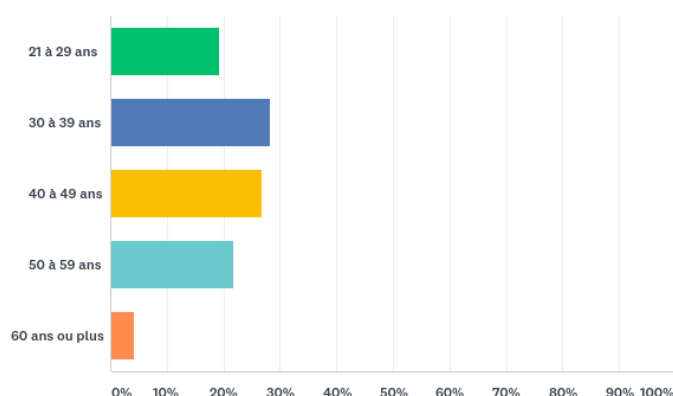
- Par sexe

Ces répondants se répartissent entre 85,96% de femmes et 14,04% d'hommes, ce qui est conforme à la répartition au sein de la profession infirmière.

- Par âge

La répartition selon l'âge est assez homogène et représentative de la population active des infirmiers.

Q2 Répartition des répondants par tranche d'âges



- Par région

La distribution des répondants par région s'approche de la part des infirmiers dans les régions françaises avec cependant une sous-représentation de l'Île de France et une surreprésentation des grandes régions du sud de la France (Occitanie, Nouvelle Aquitaine et PACA)

Régions	Enquête ONI	ADELI 2016
Auvergne-Rhône-Alpes	12,59%	12,71%
Bourgogne- Franche-Comté	4,37%	4,39%
Bretagne	4,76%	5,26%
Centre - Val de Loire	3,02%	3,29%
Corse	0,71%	0,54%
Grand Est	8,97%	8,79%
Hauts-de-France	7,12%	8,86%
Île-de-France	10,25%	16,03%

Normandie	4,16%	4,84%
Nouvelle Aquitaine	11,23%	9,33%
Occitanie	12,89%	9,80%
Pays de la Loire	4,02%	4,63%
Provence-Alpes-Côte d'Azur	11,46%	8,84%
DOM	4,44%	2,68%

- *Par mode d'exercice*

La répartition selon les modes d'exercice est la suivante :

- Exercice salarié : 57,74%
- Exercice libéral : 39,18%
- Mixte (salarié + libéral) : 3,07%

Les infirmiers exerçant à titre libéral sont donc surreprésentés.

- *Par lieu d'exercice*

Quel est votre lieu d'exercice ?

Cabinet libéral	40,29%
Hôpital public	26,27%
Établissement de santé privé à but lucratif	10,69%
EHPAD	8,29%
Établissement de santé privé à but non lucratif	7,37%
Maison de santé pluridisciplinaire	2,00%
Autre établissement médico-social	1,74%
Service de santé au travail	1,72%
HAD	1,38%
Centre de santé ou centre de soins infirmiers	1,29%
SSIAD	1,28%
Établissement d'enseignement (école, collège, lycée)	0,92%
Entreprise	0,89%
IFSI	0,85%
Laboratoire de biologie médicale	0,61%
Organisme de formation continue	0,25%
Autre	5,42%

Enfin, les répondants sont à leur très grande majorité des infirmiers diplômés d'Etat. 12,19% déclarent cependant une spécialité (1,84% IADE, 2,76% IBODE, 2,49% puériculteurs et 5,09% cadres de santé)

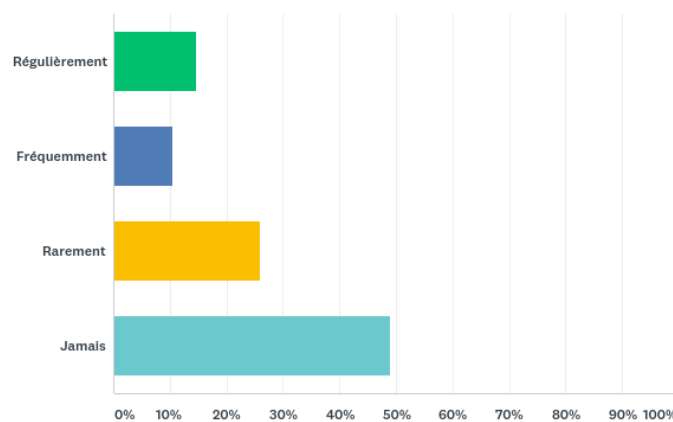
Résultats :

- *La contrainte du temps de travail, son amplitude, son rythme irrégulier :*

14% des répondants déclarent travailler 6 voire 7 jours par semaine (26% chez les libéraux et exercice mixte).

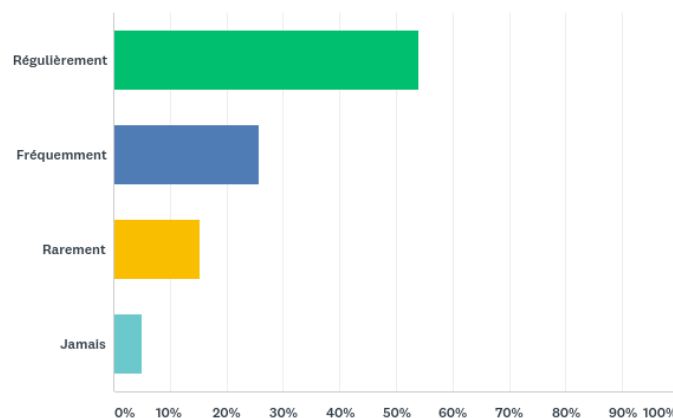
Surtout, 25,12% déclarent travailler régulièrement ou fréquemment 7 jours ou plus consécutifs. Mais c'est le cas de 51,26% des infirmiers libéraux ou en exercice mixte.

Q12 Vous arrive-t-il de travailler 7 jours ou plus consécutifs ?



Près de 60% (58, 08%) déclarent régulièrement ou fréquemment travailler 12 heures ou plus par jour, cela tous modes d'exercice confondus, ce qui montre que cela est une amplitude horaire très répandue chez les infirmiers. C'est le cas chez 79,63% des libéraux ou en exercice mixte.

Q13 Vous arrive-t-il de travailler 12 heures ou plus par jour ?



Le travail de nuit concerne 23,03% des répondants dont 10,92% déclarent travailler en alternance de nuit et de jour. Chez les salariés, 34,46% sont concernés par le travail de nuit dont 17,22% en alternance nuit et jour.

Seulement 11,82% déclarent ne jamais travailler le week-end. Chez les libéraux et en exercice mixte ce n'est plus que 0,56% qui déclarent ne jamais travailler le week-end.

- **La charge de travail au cœur du problème**

A la question de savoir ce qui est le plus facteur de mal-être dans l'exercice professionnel, la charge de travail ressort très nettement comme étant le plus important facteur. Pour **79,4%** des répondants il est un facteur important ou très important.

Voici les réponses apportées à la question visant à hiérarchiser les facteurs de mal-être :

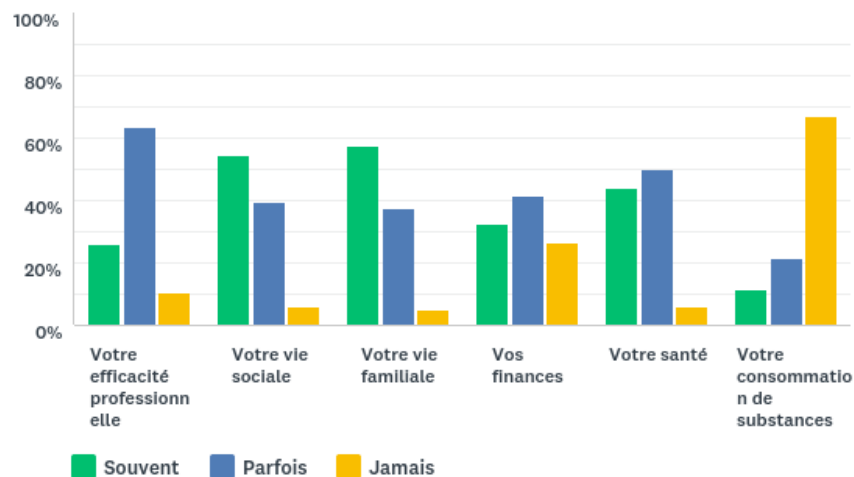
	TRÈS IMPORTANT	IMPORTANT	MOYEN	PEU IMPORTANT	PAS IMPORTANT DU TOUT	SANS OPINION	TOTAL	MOYENNE PONDÉRÉE
La charge de travail	49,74% 9 244	29,71% 5 521	13,59% 2 525	4,49% 834	1,93% 358	0,54% 101	18 583	4,22
Les violences et l'agressivité ambiante	27,96% 5 191	29,50% 5 476	21,38% 3 968	11,41% 2 118	6,40% 1 188	3,35% 622	18 563	3,63
La relation avec la hiérarchie	24,27% 4 440	22,11% 4 046	14,87% 2 720	10,16% 1 858	11,41% 2 088	17,18% 3 144	18 296	3,45
Les aspects financiers	21,89% 4 052	29,22% 5 409	22,50% 4 165	12,33% 2 282	8,91% 1 649	5,17% 957	18 514	3,45
La relation avec les collègues ou autres professionnels de santé	21,43% 3 986	26,04% 4 843	23,13% 4 303	17,29% 3 217	10,96% 2 038	1,15% 214	18 601	3,30
Les choix éthiques et déontologiques	20,15% 3 739	28,66% 5 317	25,30% 4 693	13,14% 2 437	8,01% 1 486	4,75% 881	18 553	3,42
La relation avec les patients/les usagers	18,37% 3 410	26,71% 4 959	25,97% 4 821	16,66% 3 093	11,12% 2 064	1,18% 219	18 566	3,25
La relation avec les médecins	16,88% 3 134	27,62% 5 128	27,29% 5 067	17,44% 3 238	9,42% 1 750	1,35% 251	18 568	3,25
La relation avec les organismes de sécurité sociale	12,99% 2 410	13,85% 2 569	16,22% 3 008	17,38% 3 224	21,58% 4 002	17,97% 3 333	18 546	2,75
La complexité technique des actes	3,34% 620	10,30% 1 911	22,24% 4 125	30,54% 5 663	29,78% 5 523	3,79% 703	18 545	2,24

Cette hiérarchisation est particulièrement édifiante pour mettre en évidence les facteurs de mal-être au sein de la profession infirmière. Après la charge de travail, ce sont les violences et l'agressivité qui affectent le plus les infirmiers (57,46% jugeant important voire très important ce facteur), puis les aspects financiers mais suivis de près par les choix éthiques et déontologiques (48,81% jugeant ce facteur important voir très important dans la raison du mal-être ressenti).

Chez les libéraux et en exercice mixte, si la charge de travail arrive en tête des facteurs de mal-être, la hiérarchie est un peu différente : les aspects financiers passent devant les violences et l'agressivité et les relations avec les organismes de sécurité sociale se placent quasiment au même niveau que les violences.

- ***Les symptômes de l'épuisement professionnel très visibles***

Q22 Votre travail (rythme, conditions) a-t-il des répercussions sur...



Il y a d'abord les répercussions du travail, son rythme (ou son arhythmie...) et ses conditions qui affectent souvent la vie sociale, la vie familiale, la santé. Parfois aussi l'efficacité professionnelle et les finances. Il ne ressort pas en revanche une répercussion marquée sur la consommation de substances.

Mais aux questions, classiques dans toute évaluation du syndrome de burn-out, les répondants apportent hélas les éléments permettant de qualifier l'évidente présence d'un fort épuisement professionnel chez les infirmiers quel que soit le mode d'exercice.

43,23% des répondants déclarent très souvent se sentir à bout au terme de la journée de travail et une quasiment identique proportion (42,44%) déclarent se sentir fatiguée le matin avant d'avoir à affronter une autre journée de travail.

37,01% déclarent se sentir très souvent émotionnellement vidés par leur travail et 45,83% quelques fois ce qui signifie que 82,84% ressentent parfois voir souvent ce vide.

Donnée inquiétante par ailleurs, 21,64% des répondants envisagent de cesser leur activité d'infirmière très souvent. 17,17% chez les jeunes de 21 à 29 ans notamment !

La dépersonnalisation ne touche très souvent que près de 11% des cas et l'idée suicidaire moins de 2% très souvent mais tout de même 7,20% parfois.

	TRÈS SOUVENT	QUELQUES FOIS	RAREMENT	JAMAIS	TOTAL	MOYENNE PONDÉRÉE
Je me sens à bout à la fin de ma journée de travail	43,23% 8 051	41,53% 7 734	12,58% 2 343	2,65% 494	18 622	1,75
Je me sens fatigué(e) lorsque je me lève le matin et que j'ai à affronter une autre journée de travail	42,44% 7 904	40,26% 7 498	13,90% 2 589	3,41% 635	18 626	1,78
Je me sens émotionnellement vidé(e) par mon travail	37,01% 6 892	45,83% 8 534	13,48% 2 510	3,68% 686	18 622	1,84
J'envisage de cesser définitivement mon métier d'infirmier(e)	21,64% 4 025	31,41% 5 842	20,11% 3 741	26,83% 4 991	18 599	2,52
Je sens que je craque à cause de mon travail	18,31% 3 405	39,50% 7 347	27,18% 5 056	15,02% 2 793	18 601	2,39
Je sens que je m'occupe de certains patients/personnes/élèves de façon impersonnelle comme s'ils étaient des objets	10,92% 2 032	30,80% 5 730	32,09% 5 969	26,19% 4 872	18 603	2,74
A cause de mon travail j'ai des idées suicidaires	1,81% 337	7,20% 1 339	10,85% 2 018	80,14% 14 908	18 602	3,69

Sur les 18653 répondants, 11777 ont répondu ressentir « très souvent » au moins un des symptômes d'épuisement professionnel cités dans cette question, ce qui représente 63% des infirmiers.

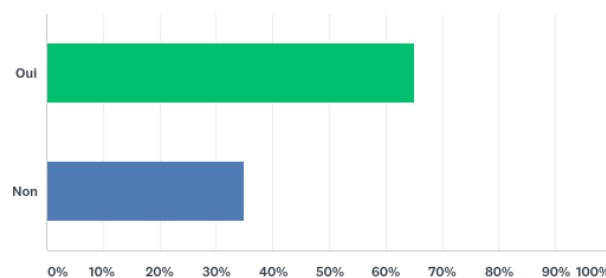
Ces constats sont véritablement inquiétants d'autant que les conséquences sur la santé ne sont pas neutres.

- ***Avec des conséquences inquiétantes sur la santé***

Près de 25% des répondants déclarent avoir déjà consulté un psychiatre ou un psychologue en lien avec le travail.

20% sont fumeurs réguliers voire très réguliers, en revanche les consommations d'autres substances sont faibles. Mais 65,13% des infirmiers ont renoncé dans les deux dernières années à s'absenter pour maladie alors même que leur état de santé le justifiait.

Q19 Au cours des deux dernières années, avez-vous renoncé à vous arrêter pour raison médicale alors que votre état de santé le justifiait ?



- ***Un besoin de s'exprimer et d'être entendu***

32% des répondants se sont dits prêts à utiliser le service d'une plateforme téléphonique d'écoute si un tel service était proposé.

Q25 Si l'Ordre des infirmiers mettait en place une plateforme d'écoute téléphonique anonyme assurée par des psychologues cliniciens 24/24 et 7j/7, pourriez-vous y avoir recours ?

