



Société Marocaine de Médecine Maritime

الجمعية المغربية للطب البحري

Evaluation du stress professionnel chez les marins pêcheurs au Maroc

T. Ghailan, O. Laraqui, S. Laraqui, Y. El Aoudi, D. Tripodi, A. Caubet, C. Verger, C.H. Laraqui

Présenté par : Dr Ghailan Tarik
Médecin du travail, Médecin des gens de mer
Société Marocaine de Médecine Maritime

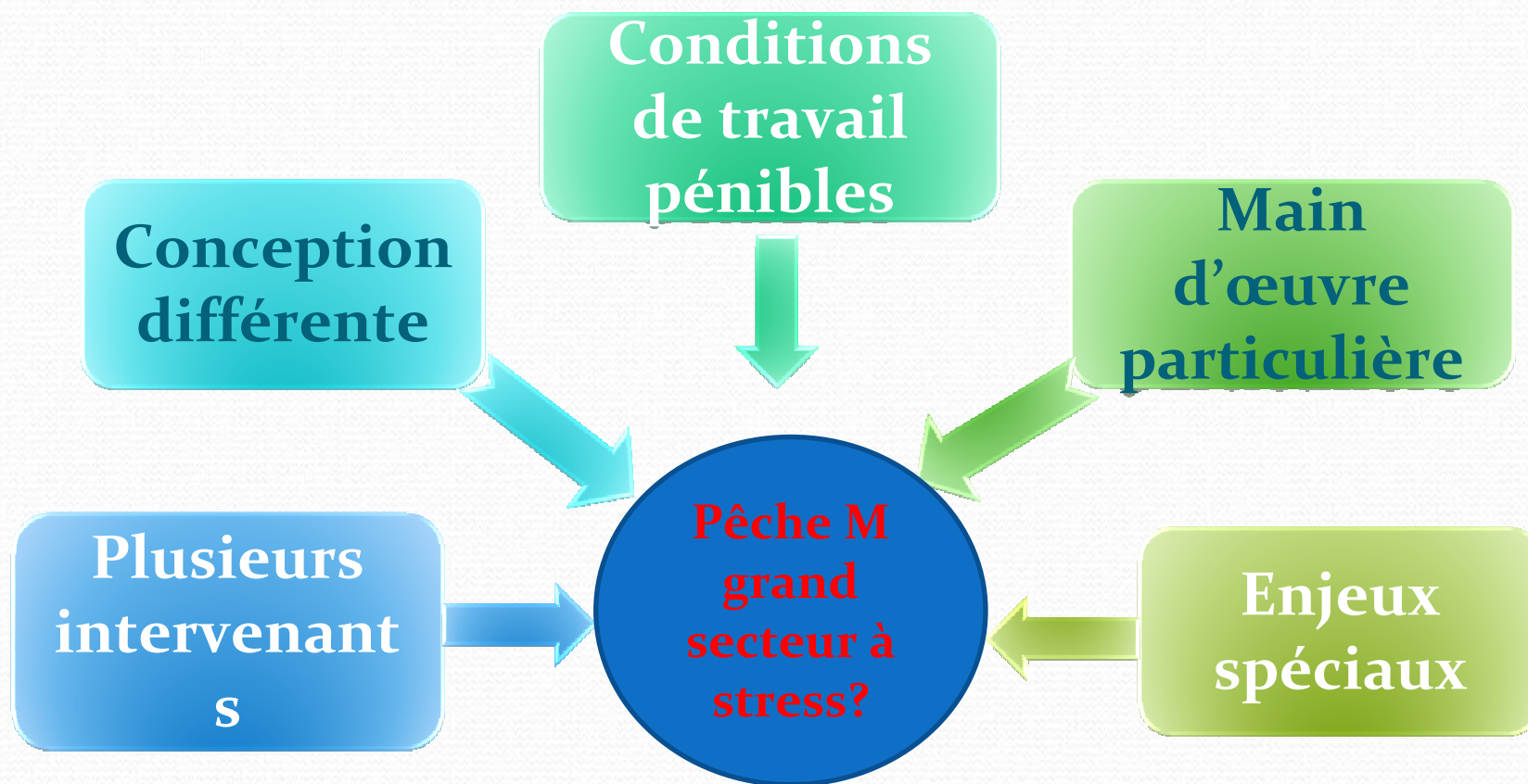
19^{èmes} Journées nationales des médecins des GDM, Le Havre, Mars 2019

INTRODUCTION



- Stress = Thème prioritaire de santé au travail.
- Risque majeur depuis une vingtaine d'années
 - Cox et al. 2000: 16.000 travailleurs de 15 pays européens, prévalence du stress: 57 %.
- Genèse du stress:
 - contraintes psychosociales et organisationnelles.
 - =➔ effets néfastes sur la santé physique et Ψ
- Etat de stress:
 - *Tache*: **exigences , exécution, caractéristiques**
 - *Individu*: **capacités d'adaptation**
 - Résultat: Σ réponses comportementales et physiologiques aux agressions ou stimulations
 - =➔ **Situations habituellement rencontrés dans le travail en mer**

Pêche :Secteur très particulier



Situation encore plus compliquée au Maroc



Objectifs

- Apprécier le niveau de stress chez les marins
Pêcheurs du secteur artisanal.
- Estimer l'association entre le stress et :
 - les caractéristiques sociodémographiques
et socioprofessionnelles
 - les stressseurs
 - les manifestations psychosomatiques.

POPULATION ET MÉTHODE



Population

- **Marins pêcheurs de 2 ports du nord du Maroc**
- **1038 sujets**
- **Ancienneté > 2 ans**



Méthode

- Questionnaire inspiré : INRS et Karasek
- 5 rubriques :
 - C. sociodémographiques
 - C. socioprofessionnelles
 - Dimensions du stress (selon Karasek)
 - Symptômes psychosomatiques de stress
 - Etat subjectif de stress : «depuis 6 mois, vous sentez-vous stressé ?»

Méthode

- Etude statistique:
- Analyse de la variance et test « t » de Student
- Chi 2 ± correction de Yates
- $p < 0,05$
- Logiciel: Epi info (version 7.2.2.6)

RESULTATS



- 
- 828 répondants
 - Taux de participation : 79,8 %

Caractéristiques sociodémographiques (1)

Caractéristiques sociodémographiques	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress 446 (53,9)	Absence d'un état subjectif du stress 382 (46,1)
Age			
< 40	478 (57,7)	218 (45,6)	260 (54,4)
≥ 40	350 (42,3)	228 (65,1)	122 (34,9)
Age moyen	36,7±8,7	40,8 ± 9,1	34,5 ± 8,3
SF			
Vit en couple	392 (47,3)	239 (61)	153 (39)
Vit seul	436 (52,7)	207 (47,5)	229 (52,5)
Personnes à charge	645 (77,9)	446 (69,1)	199 (30,9)
CC			
Thé-café	759 (91,7)	439 (98,4)	320 (83,8)
Tabagisme	567 (68,5)	371 (83,2)	196 (51,3)
Cannabisme	305 (36,8)	201 (45,1)	104 (27,2)
Alcool	293 (35,4)	187 (41,9)	106 (27,7)
Psychotropes	71 (8,6)	32 (7,2)	39 (10,2)
Antalgiques	177 (21,4)	139 (31,2)	38 (9,9)

Caractéristiques sociodémographiques (2)

Caractéristiques sociodémographiques	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress	Absence d'un état subjectif du stress
		446 (53,9)	382 (46,1)
IMC			
Maigreur	64 (7,7)	31 (7)	33 (8,6)
Normal	394 (47,5)	158 (35,4)	236 (61,8)
Surpoids	281 (34)	171 (38,3)	110 (28,8)
Obésité	115 (14)	86 (19,3)	29 (7,6)
Activités sportives ou de loisirs régulières	127 (15,3)	28 (6,3)	99 (25,9)
Maladies chroniques rapportées	279(33.7%)	181(40.5%)	98(25.7%)
Musculosquelettiques	228 (27.5%)	165 (37%)	63 (16.5%)
Neuropsychiatriques	218 (26.3%)	159 (35.7%)	59 (15.4%)
Respiratoires	154 (18.6%)	85 (19.1%)	69 (18.1%)
Digestives	152 (18.4%)	117 (26.2%)	35 (9.2%)
Métaboliques	129 (15.6%)	83 (18.6%)	46 (12%)
Cardiovasculaires	159 (19.2%)	123 (27.6%)	36 (9.4%)

Caractéristiques socioprofessionnelles

Caractéristiques socio-professionnelles	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress 446 (53,9)	Absence d'un état subjectif du stress 382 (46,1)
Niveau d'études			
Supérieures	26 (3,1)	15 (57,7)	11 (42,3)
Secondaires	209 (25,2)	116 (55,5)	93 (44,5)
Primaires	593 (71,7)	315 (53,2)	278 (46,8)
Ancienneté (ans)			
< 5	117 (14,1)	48 (41)	69 (59)
5 – 15	271 (32,7)	151 (55,7)	120 (44,3)
> 15	440 (53,2)	247 (56,1)	193 (43,9)
Ancienneté moyenne	14,8 ± 4,6	15,1 ± 4,8	13,6 ± 3,7
Durée quotidienne de travail			
≤ 8	185 (22,3)	86 (46,5)	99 (53,5)
9-10	643 (77,7)	360 (56)	283 (44)
> 10	11.2 ± 0.3	12.8 ± 0.9	10.5 ± 0.7

Caractéristiques socioprofessionnelles

Caractéristiques socioprofessionnelles	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress 446 (53,9)	Absence d'un état subjectif du stress 382 (46,1)
Choix de la profession			
Oui	482 (58.2)	193 (43,3)	289 (75,7)
Non	346 (41,8)	253(56,7)	93(24,3)
Accidents durant les 12 derniers mois	233 (28,1)	173 (38,8)	60 (15,7)
Activités professionnelles complémentaires	185 (22,3)	123 (27,6)	62 (16,2)

Association entre stresseurs professionnels et stress	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress	Absence d'un état subjectif du stress
		446 (53,9)	382 (46,1)
Demande psychologique			
Lourde charge de travail	727 (87,8)	428 (96)	299 (78,2)
Heures supplémentaires	631(76,2)	389 (87,2)	242 (63,3)
Pression de temps	548(66,2)	370 (83)	178 (46,5)
Latitude décisionnelle			
Satisfaction au travail	238 (28,7)	58 (13,2)	180 (47,1)
Ennui au travail	410 (49,4)	336 (75,3)	74 (19,3)
Souhait de changement de métier	459 (55,4)	330 (74)	129 (33,7)
Support social			
Attitude inamicale	477 (56,7)	274 (61,6)	203 (53,1)
Insécurité au travail	633 (76,4)	368 (82,5)	265 (69,3)
Injustice au travail	395 (47,6)	231 (51,7)	164 (43)

Association entre symptômes psychosomatiques et stress

Symptômes psychosomatiques	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress	Absence d'un état subjectif du stress	P
		446 (53,9)	382 (46,1)	
Troubles neuro-végétatifs	357 (43,1)	233 (52,2)	124 (32,5)	0,003
Palpitation	230 (27,7)	194 (43,5)	36 (9,4)	<0,001
Douleurs au niveau du cœur	189 (22,8)	227 (51)	38 (10)	-
Oppression thoracique	191 (23)	146 (32,7)	45 (11,8)	<0,001
Sueurs en l'absence d'effort physique	279 (33,7)	151 (33,8)	128 (33,5)	-
Sécheresse de la bouche, nausées et/ou troubles digestifs	199 (24)	140 (31,3)	59 (15,5)	<0,001
Douleurs abdominales	279 (32,8)	174 (39,2)	105 (27,5)	-
Douleurs et/ ou contraction musculaire	356 (42,8)	231 (51,8)	125 (32,7)	0,026
Tension nerveuse	495 (59,8)	351 (78,7)	144 (37,7)	
Sensation de malaise	494 (59,6)	349 (78,3)	145 (37,9)	
Tremblements des extrémités	156 (18,8)	119 (26,6)	37 (9,6)	
Maux de tête	492 (59,3)	338 (75,7)	154 (40,3)	

Association entre symptômes psychosomatiques et stress

Symptômes psychosomatiques	N = 828	Existence d'un état subjectif du stress	Absence d'un état subjectif du stress	P
		446 (53,9)	382 (46,1)	
Troubles de l'humeur	436 (52,7)	343 (76,9)	93 (24,3)	0,111
Anxiété	306 (36,9)	213 (47,7)	93 (24,3)	0,003
Irritabilité	434 (52,4)	339 (76)	95 (24,8)	0,02
Etat dépressif	228 (27,5)	189 (42,3)	39 (10,2)	<0,001
Troubles cognitifs	191 (23,1)	144 (32,3)	47 (12,3)	<0,001
Troubles de la concentration	174 (20,9)	143 (32,1)	31 (8,1)	<0,001
Troubles de la mémoire	178 (21,5)	130 (29,1)	48 (12,5)	
Troubles du sommeil	349 (42,1)	237 (53,1)	112 (29,3)	0,008
Difficultés d'endormissement	334 (40,3)	232 (52,1)	102 (26,7)	<0,001
Insomnie de milieu de nuit	299 (36)	183 (41,2)	116 (30,3)	0,001
Sensation de ne pas avoir dormi	256 (30,9)	180 (40,3)	76 (19,8)	<0,001

Suggestions pour diminuer le stress professionnel

- **96,6 % : améliorer les revenus**
- **92,7 % : prévoyance sociale**
- **89,8 % : assurance maladie**
- **91,8 % : sécurité à bord**
- **90,4 % : améliorer la qualité de vie**
- **82 % : activités de loisirs et sport**
- **78,5 % : campagnes d'information sur le stress**
- **68,1 % : campagnes de lutte contre les comportements addictifs**


DISCUSSION



Dimensions du stress

- La demande psychologique était importante et la latitude décisionnelle était insuffisante:
 - DP, en particulier **la lourde charge de travail** = une des principales causes de stress chez les pêcheurs : Johnson GD et al. *Stress and distress among Gulf of Mexico shrimp fisherman*. Human Organization, 1998: 57(4): 404-413
- L'effet est encore majoré par l'absence de:
 - choix de la profession
 - satisfaction au travail
 - possibilité de décision




- 
- Le soutien social était faible:
 - des taux élevés d'insatisfaction au travail et de sentiment d'injustice
 - Nourris par: sentiment d'isolement en mer et d'éloignement de la famille
 - La combinaison: faible latitude/forte demande dans une situation de travail = situation de « **job strain** » (selon Karazek)
 - Situation de tension au travail.
 - Cette situation de «job strain» + faible soutien social = « **isostrain** » :
 - une situation aux conséquences néfastes pour la santé et la sécurité des pêcheurs.

Le stress professionnel chez les pêcheurs:

- Naît d'une forte DP associée à une faible LD et à un SSS insuffisant.
- Aggravé par des conditions de travail pénibles et dangereuses, les conduites addictives et par des difficultés socio-éco.
- S'il n'est pas diagnostiqué et pris en charge précocement : somatisation des problèmes psychologiques et développement de véritables pathologies psychosomatiques et organiques.


RECOMMENDATIONS



- 
- Les actions prioritaires:
 - Amélioration des conditions SE / accès au soins.
 - Les conditions de travail:
 - Durées / aménagements / organisation de travail.
 - Règles de sécurité à bord.
 - Promotion des mesures hygiéno-diététiques et sanitaires:
 - addictions, alimentation, sommeil, sport, loisirs..
 - Campagnes d'information et de sensibilisation sur la prévention du stress professionnel.

CONCLUSION



- 
- Les pêcheurs sont soumis à un risque élevé de stress chronique avec ses conséquences sur la santé;
 - Des mesures de prévention collectives et individuelles permettront d'améliorer leur qualité de vie au travail et de limiter l'apparition de pathologies;
 - La surveillance médicale au travail des marins mérite plus d'attention et d'engagement de la part des employeurs et des décideurs;
 - Actions de sensibilisation sur les facteurs de risques et les manifestations psychosomatiques du stress sont d'une grande importance.

Merci pour votre attention

