

EVALUATION DU STRESS PROFESSIONNEL CHEZ LES GENS DE MER AU NORD DU MAROC

Tarik Ghailan, Omar Laraoui, Nadia Manar, Salwa Laraoui, Frédéric Deschamps¹,
Chakib El Houssine Laraoui.

Présentée par : Dr Ghailan Tarik,
Médecin des gens de mer, président de la société marocaine de médecine maritime,
Tanger, Maroc

RESUME

Introduction: Le stress au travail est une thématique de plus en plus abordée en santé au travail et ne cesse d'englober les différents secteurs d'activité. Les marins pêcheurs, de part les difficultés et les particularités de leur travail appartiendraient à une population à haut risque de stress professionnel. L'objectif de cette étude est d'apprécier le niveau de stress chez les marins pêcheurs, évaluer les facteurs de risque et les manifestations psychosomatiques du stress et proposer des solutions en accord avec les résultats obtenus.

Méthodologie : il s'agit d'une étude épidémiologique, transversale et rétrospective menée auprès de 828 marins pêcheurs du nord du Maroc appartenant aux secteurs artisanal et côtier dont le questionnaire, inspiré de celui de l'INRS, comporte 50 items regroupés en cinq parties : données sociodémographiques et professionnelles, facteurs de protection ou de risque de stress en milieu de travail, indicateurs de stress et auto-perception du stress.

Résultats : L'auto-appréciation du stress était de 53,9 %. L'âge moyen était de 36,7ans. La prévalence du stress rapporté était plus prononcée chez les sujets qui avaient des personnes à charge (60,9% versus 30,1%) ainsi que chez ceux qui vivaient seuls (52,5% versus 47,5%). La consommation des produits addictifs était importante : 68,5% pour le tabac, 36,8% pour le cannabis, 35,4% pour l'alcool et 8,6% pour les psychotropes, la consommation desdits produits était significativement importante chez les sujets ayant déclarés être stressés. 33,7% des sujets se plaignaient d'une pathologie chronique (38,3% des sujets rapportant du stress versus 28,8% chez les non stressés). Au sein de notre population, la demande

psychologique était importante tandis que la latitude décisionnelle et le soutien social étaient faibles, les scores étaient toujours plus prononcés chez les sujets qui avaient rapportés la notion de stress que chez les non stressés. Les manifestations psychosomatiques du stress étaient importantes notamment chez les sujets affirmant être stressés. Les facteurs prédisposant au stress comprenaient les conditions de travail difficiles (durée du travail élevée, non respect du temps veille-sommeil et du temps travail-repos, repas non équilibrés, absence d'activité de sport ou de loisir) et les difficultés socioéconomiques.

Conclusion : Les gens de mer sont soumis à un risque élevé de stress chronique avec ses conséquences sur la santé. Des mesures de prévention collectives et individuelles tels que l'aménagement du travail, l'amélioration de l'hygiène générale et la lutte contre les addictions permettront d'améliorer la qualité de leur vie au travail. Cependant, les difficultés socioéconomiques et la précarité ne peuvent être résolues qu'au niveau des décideurs.

Mots clés : Gens de mer. Stress. Maroc