

[Actualités & Opinions](#)

POINT DE VUE

Comment soigner le burn out des internes ? Nos questions au Pr E Galam

Stéphanie Lavaud

[AUTEURS ET DÉCLARATIONS](#) | 17 décembre 2015

Medscape France : La pression sur les étudiants est-elle préjudiciable à l'empathie ?

Pr Eric Galam : Bien sûr ! Lorsqu'on n'a pas le temps, lorsqu'on doit travailler avec un retard chronique de sommeil, avec la peur au ventre ou au contraire le désintérêt pour les conséquences de ses décisions, lorsque le cynisme prend la place de la responsabilité, lorsqu'on pense que de toute façon, tout ça ne sert à rien, alors bien sûr, on s'éloigne de l'empathie. Comme le soulignait le [psychologue humaniste Carl Rogers](#), je ne peux être empathique que si je suis suffisamment moi-même, à ma place et si j'y trouve mon compte [7].

Medscape France : Comment aider les internes ?

“ Nos jeunes soignants sont infiniment précieux. Prenons-en soin. ”

Pr Eric Galam : **JF Christensen** disait qu'il fallait « sortir la médecine du fardeau de la perfection » [8]. Il faut aussi retrouver la reconnaissance et surtout le respect pour les soignants et ça n'a rien à voir avec la notabilité. Le respect que je donne aux autres est lié à celui que j'exige pour moi-même et c'est valable du soignant vers ses patients et des patients et de la collectivité vers leurs soignants. Enfin, justement parce que la pratique médicale nécessite d'être capable d'être disponible à toute heure du jour et de la nuit, de surmonter des difficultés sans fin, de prendre sur soi pour assumer des situations extrêmes comme ça a été le cas lors des attentats terroristes de novembre, il faudrait au moins respecter la loi en appliquant sans compromission le repos de sécurité. Il faut vraiment superviser les internes pour que leur autonomie et leur responsabilité soient

accompagnées et sécurisées. Il faut aussi intégrer à la formation la prise en compte de ses propres vulnérabilités et enfin éclairer le curriculum implicite et le faire évoluer vers une plus grande prise en compte de l'humanité des soignants. C'est une nécessité comme d'ailleurs les dispositifs de tutorat (tel le BIPE de Paris 6 [9]) ou de soins et d'alerte (comme le dispositif de Montpellier d'aide en cas d'erreur médicale) qui doivent être connus, accessibles et valorisés. Sans bien sûr oublier l'[Association Aide aux Professionnels de santé et Médecins Libéraux](#) (AAPML) qui offre une plateforme téléphonique disponible ([084 004 580](#)) 24h sur 24 et 7 jours sur 7.

Nos jeunes soignants (comme les seniors d'ailleurs) sont infiniment précieux. Prenons-en soin.

Medscape France : L'éditorialiste suggère de profonds changements dans l'enseignement de la médecine aux étudiants [2]. Qu'en pensez-vous ? Que faut-il changer ?

Pr Eric Galam : Se rappeler que les étudiants en médecine ne sont pas de la chair à canon mais avant tout des professionnels en formation. Il faut arrêter de confondre allégrement l'héroïsme médical qui sous-entend qu'on peut et on doit travailler sans limitation de temps et même si on est malade et l'exploitation d'une main d'œuvre captive et n'ayant pas les mêmes droits que les autres. Comme le disait très justement **J . Wallace**, dans une autre méta-analyse parue dans le *Lancet* en 2009, la santé des soignants est un indicateur de qualité qu'il ne faut pas oublier [10].

Medscape France : Comment agir en attendant ? Quel rôle peuvent jouer les associations comme l'AAPML ?

Pr Eric Galam : Plusieurs syndicats d'internes (ISNAR, SIHP) ont mis en place des ressources d'aide. L'AAPML, bien qu'orientée vers les soignants libéraux, ne récusé aucun appel d'où qu'il vienne et des contacts sont en cours pour l'étendre aux hôpitaux. La **Direction générale de l'organisation de la santé** (DGOS) a monté un groupe de travail pour étudier les moyens d'accompagner les internes. Enfin, dans le cadre de ma faculté Paris Diderot, et en partenariat avec Toulouse Ranguel, je viens de mettre en place le premier **DIU « SOIGNER LES SOIGNANTS »** [11]. Il s'agit de former des intervenants capables d'accompagner et de prendre en charge les soignants malades, en burnout, dépressifs, frappés d'addiction ou encore confrontés à des erreurs médicales. La première session a démarré à Bichat les 11 et 12 décembre et nous prenons d'ores et déjà les inscriptions pour 2016.

REFERENCES :

1. Mata DA, Ramos MA, Bansal N, et al. [Prevalence of Depression](#) and Depressive Symptoms Among Resident Physicians. *JAMA*. 2015;314(22):[2373-2383](#). doi:10.1001/jama.2015.15845.
2. Schwenk TL. [Resident Depression The Tip of a Graduate Medical Education Iceberg](#). *JAMA*. 2015;314(22):[2357-2358](#). doi:10.1001/jama.2015.15408.
3. Le Tourneur A, Komly V. [Burn out des internes en médecine générale](#) : état des lieux et perspectives en France métropolitaine, décembre 2011.
4. Thevenet M. [Analyse du burn out chez les internes de médecine générale](#) sur la base d'une étude comparative entre l'Île-de-France et le Languedoc-Roussillon. Thèse de Médecine 2011.
5. ISNI. [Nus sous leur blues](#) : le burn-out des internes en médecine,

6. Galam E, Komly V, Tourneur AL, Jund J. [Burnout among French GPs in training](#): a cross-sectional study. The British Journal of General Practice. 2013;63(608):e217-e224. doi:10.3399/bjgp13X664270.

7. Galam E. Carl Rogers : une approche centrée sur la personne ; *Médecine*, novembre 2014, DOI : 10.1684/med.2014.1157

8. Christensen JF, Levinson W, Dunn PM. [The heart of darkness](#): the impact of perceived mistakes on physicians. J Gen Intern Med 1992, Jul-Aug;7(4):424-31.

9. [Bureau Interface Professeurs Etudiants \(BIPE\)](#)

10. Wallace JE, Lemaire JB, Ghali WA. [Physician wellness](#): a missing quality indicator. Lancet 2009 Nov 14;374(9702):1714-21. doi: 10.1016/S0140-6736(09)61424-0.

11. [DIU « Soigner les soignants »](#) , Paris Diderot.

Liens

- [Les internes en médecine dépriment de plus en plus](#)
- [Plus de 50% des médecins américains en burnout !](#)
- [Faire médecine en Roumanie : déprime pour les étudiants français](#)
- [Réforme du temps de travail des internes : le grand bazar](#)
- [Burn out : mieux vaut prévenir que guérir, conseille Patrick Légeron](#)
- [Des groupes de parole de médecins pour lutter contre le burn-out](#)
- [Précarité et burnout des internes : les mesures de Marisol Touraine](#)