

# le stress :

il y a largement de quoi  
en faire **une maladie**

Surcharge de travail

Vie professionnelle et vie privée

Dépression

Perte d'autonomie

Ulcère

Harcèlement moral

Hypertension artérielle

Agressivité de la clientèle

Maladie coronarienne

Concurrence

Spasmophilie

Découragement

Prise de poids

Ras le bol

Asthme

**CFE  
CGC**

Le + syndical



# Positionnement de la CFE-CGC



**La CFE-CGC est la seule confédération syndicale à s'être dotée des moyens nécessaires pour lutter contre le stress dans l'univers professionnel.**

**Depuis 2000, l'action de la CFE-CGC amène de plus en plus à faire reconnaître le caractère professionnel de cette maladie. Au niveau européen, ses représentants sont à l'origine d'une prise de conscience salutaire, en particulier dans les négociations intersectorielles de Bruxelles.**

**Pour la mise en place d'une prévention de la maladie**  
**L'action de la CFE-CGC vise à structurer l'étude scientifique du stress pour en obtenir sa reconnaissance juridique.**



# Le stress, qu'est-ce que c'est ?



## Les idées reçues

- Le stress n'est que la réaction à la pression du travail **FAUX**
- Le stress fait partie du jeu. Il n'y a pas de quoi en faire une maladie **FAUX**
- Le stress provient de l'environnement familial **FAUX**
- Être victime du stress est une preuve de faiblesse ou d'incompétence. **FAUX**
- Le stress est individuel **FAUX**

**Le stress est une véritable pathologie professionnelle.**

**Il a donc des origines, des symptômes et des traitements appropriés.**

**Il échappe à tout phénomène conjoncturel et procède totalement d'un état d'esprit.**

**Ce n'est pas parce qu'il y a plusieurs significations au stress selon le contexte et les personnes, qu'on ne peut définir médicalement le stress.**

**L'état de stress correspond au moment où la faculté d'adaptation du salarié n'est plus fonctionnelle, créant symptômes et maladies.**

# Le baromètre stress :

**Le baromètre stress commandité par la CFE-CGC a trois objectifs essentiels :**

- suivre au plus près les conséquences de ce mal sur l'encadrement,
- sensibiliser l'opinion et les pouvoirs publics sur le sujet,
- intervenir de manière proactive dans le débat public.

## Les pôles d'analyse

### 1) Les facteurs de stress dans l'environnement professionnel

En cinq ans, les baromètres stress de la CFE-CGC révèlent des facteurs récurrents à cette maladie professionnelle :

- l'insuffisance de temps par rapport à la charge de travail,
- la difficulté à concilier vie professionnelle et vie privée,
- la perte d'autonomie liée aux nouveaux outils de gestion,
- le harcèlement moral,
- l'agressivité de la clientèle,
- la concurrence entre collègues,
- le risque de perte financière,
- la perte de sens,
- la non-reconnaissance,
- la contrainte éthique,
- la contrainte émotionnelle.



### 2) les effets du stress sur le comportement

- le découragement,
- l'envie de quitter son emploi.

### 3) Les effets du stress sur la santé

L'effet le plus pervers du stress est de jouer sur les faiblesses naturelles des personnes affectées avec les conséquences suivantes :

- dépression,
- ulcère,
- hypertension artérielle,
- affection coronarienne,
- tremblements,
- transpirations excessives,
- spasmophilie,
- prise de poids,
- dérèglements de cholestérolémie ou de glycémie,
- asthme,
- etc ...

