

**23<sup>e</sup> CONGRÈS  
NATIONAL**

**CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE**



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

**40**  
ANS  
de  
CNCGE

Centre  
des congrès  
de

*Lyon*

# Quelles stratégies de préventions sont efficaces pour lutter contre le burnout des médecins ?

## Une revue systématique de la littérature

Coraline Gabelle, Clara Pons, A Moreau  
Université Claude Bernard Lyon1 CUMG

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNCGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

## Pas de conflit d'intérêt

#CNCGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNCGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Introduction

#CNCGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

**Burnout = syndrome**

Modèle de Maslach

Stresseurs

Épuisement émotionnel

anxiété, absence d'émotion, fatigue, signes physiques

Dépersonnalisation

néguvisme, baisse de l'empathie, isolement social, cynisme

Réduction de l'accomplissement personnel

dévalorisation, sentiment d'inefficacité, désengagement

Echelle MBI

## Chez les médecins : Prévalence ++

### Facteurs de risque ?

- liés au travail ou aux études
- personnels
- organisationnels

### Prévention ?



### Conséquences ?

- Dépression
- Consommation de toxiques
- Accidents

### → Impact en santé publique ++

- Erreurs médicales
- Arrêts de travail
- Départs de poste
- Coûts

## Chez les médecins : Prévalence ++

### Facteurs de risque ?

- liés au travail ou aux études
- personnels
- organisationnels

### Conséquences ?

- Dépression
- Consommation de toxiques
- Accidents

→ Impact en santé publique ++

### Prévention ?

Aucune recommandation officielle



- Erreurs médicales
- Arrêts de travail
- Départs de poste
- Coûts

Quelles interventions étudiées sont efficaces?

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNCGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Méthode

#CNCGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

Création d'un protocole de recherche, enregistré sur Prospero en avril 2021

ECR ou essais cliniques comparatifs non randomisés

**Population étudiée :**  
médecins, internes,  
étudiants

**Interventions :** toutes les interventions de préventions du burnout

**Comparaison :** aucune intervention ou intervention non spécifique

**Critère de jugement :**  
échelle validée dont le MBI ou une de ses sous-unités

Medline, Web of science, PsycINFO, OpenGrey, Registres d'essais cliniques

Jusqu'au 1er septembre 2021

**Méthode PRISMA,  
2 investigatrices**



# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNCGE

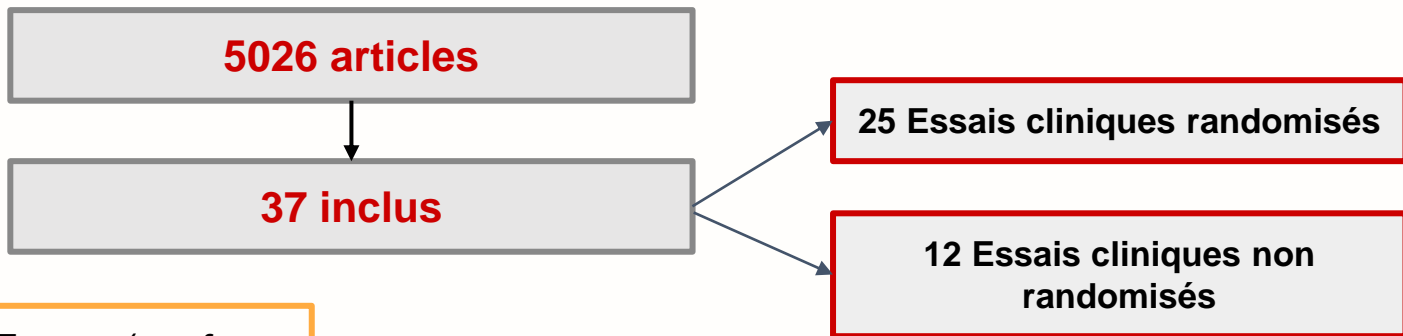
Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Résultats

#CNCGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)



Etats-Unis +++, Europe (**sauf France**)...

Internes > médecins > étudiants  
Spécialités autres que MG ++  
Libéral ?

Prévention secondaire > primaire

Effectifs limités

Absence de placebo

Echelle MBI ++ (ou sous-unité), dans les 3 mois



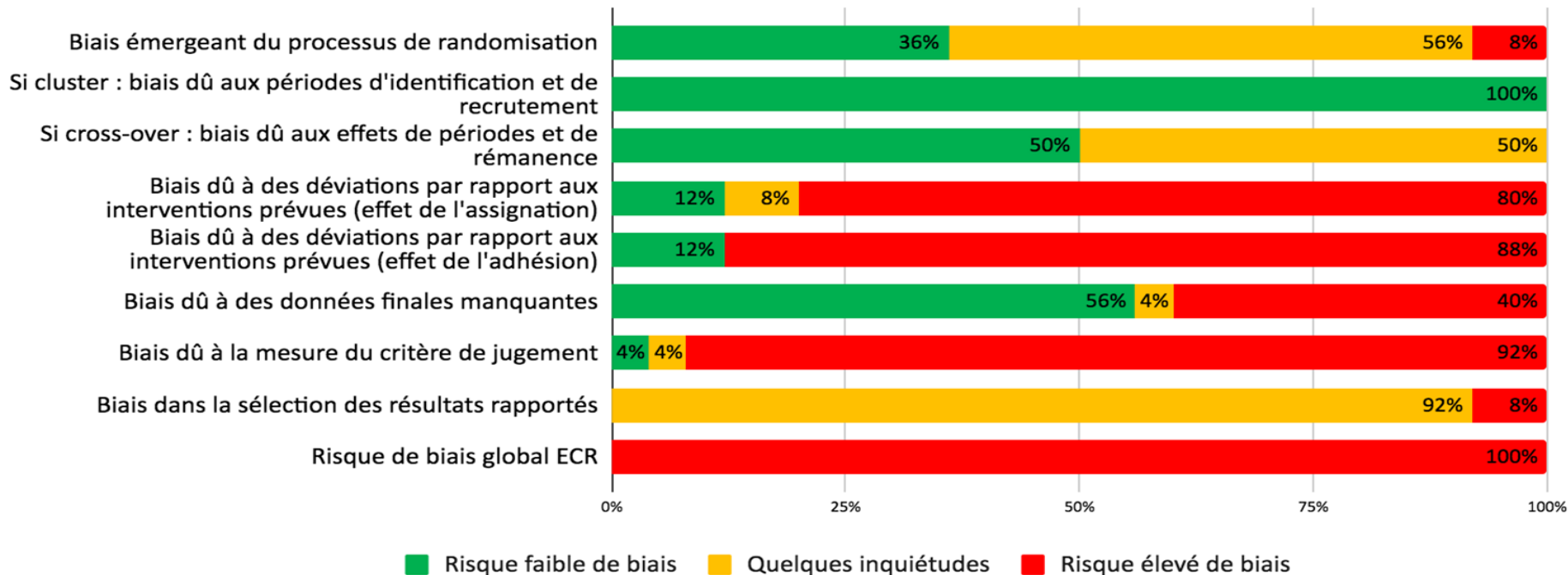
**Prévention laire**

**Modalités organisationnelles**

**Prévention secondaire**

<b>Stratégies de groupes</b>	Groupes d'échange sur les stratégies de réduction du stress, la communication, le bien-être, la résilience et la pleine conscience
	Groupes Balint
<b>Stratégies individuelles standardisées type formations</b>	Technologie de l'information et de la communication : interventions brèves sur le bien-être au travail ou le BO
	Formations à la gestion du stress et résilience par la psychothérapie
	Formations professionnalisantes
	Formations multidimensionnelles
<b>Stratégies individuelles de type guidance</b>	Accompagnement individuel et coaching
	Activité physique
<b>Stratégies individuelles de type médecine complémentaire</b>	Méditations
	Electro-acupuncture

## Analyse de biais des essais cliniques randomisés (RoB 2)



## 4 études montrant un impact significatif sur le burnout

Modalités organisationnelles

Gregory *et al* : ECNR chez des médecins de soins primaires

**Renforcement de l'équipe de soins par des assistants médicaux**

Lucas *et al* : ECR chez des médecins hospitaliers

**Diminution des durées de rotations postées**

Accompagnement  
personnalisé "coaching"

McGonagle *et al* : ECR chez des médecins généralistes

**Psychologie positive et développement personnel avec un coach**

Méditation




Ospina-Kammerer *et al* : ECNR chez des internes de médecine générale

**Méthode "ROM" (verbaliser le mot "ONE" durant l'expiration)**



**Prévention laire**

**Prévention secondaire**

Modalités organisationnelles 	
<b>Stratégies de groupes</b>	Groupes d'échange sur les stratégies de réduction du stress, la communication, le bien-être, la résilience et la pleine conscience
	Groupes Balint
<b>Stratégies individuelles standardisées type formations</b>	Technologie de l'information et de la communication : interventions brèves sur le bien-être au travail ou le BO
	Formations à la gestion du stress et résilience par la psychothérapie
	Formations professionnalisantes
	Formations multidimensionnelles
<b>Stratégies individuelles de type guidance</b>	Accompagnement individuel et coaching 
	Activité physique
<b>Stratégies individuelles de type médecine complémentaire</b>	Méditations 
	Electro-acupuncture

**Prévention laire**

**Modalités organisationnelles**



**Stratégies de groupes**

Groupes d'échange sur les stratégies de réduction du stress, la communication, le bien-être, la résilience et la pleine conscience



Groupes Balint

**Stratégies individuelles standardisées type formations**

Technologie de l'information et de la communication : interventions brèves sur le bien-être au travail ou le



Formations à la gestion du stress et résilience par la psychothérapie

Formations professionnalisantes



Formations multidimensionnelles



**Stratégies individuelles de type guidance**

Accompagnement individuel et coaching














Activité physique

**Stratégies individuelles de type médecine complémentaire**

Méditations



Electro-acupuncture

Prévention laire	Modalités organisationnelles 	
	Stratégies de groupes	Groupes d'échange sur les stratégies de réduction du stress, la communication, le bien-être, la résilience et la pleine conscience 
		Groupes Balint 
Prévention secondaire	Stratégies individuelles standardisées type formations	Technologie de l'information et de la communication : interventions brèves sur le bien-être au travail ou le 
		Formations à la gestion du stress et résilience par la psychothérapie 
		Formations professionnalisantes 
		Formations multidimensionnelles 
	Stratégies individuelles de type guidance	Accompagnement individuel et coaching 
		Activité physique 
	Stratégies individuelles de type médecine complémentaire	Méditations 
		Electro-acupuncture 



# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNCGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Discussion

#CNCGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

## Prévention laire

## Modalités organisationnelles

Stratégies de groupes

Groupes d'échange sur les stratégies de réduction

le bien-être, la résilience et la

Stratégies individuelles standard

Technol

sur le bien-être au travail ou le

## Prévention secondaire

Strat individuelles type g

Accompagnement individuel et coaching

Stratégies individuelles de type médecine complémentaire

Méditations

Electro-acupuncture

Niveau de preuve : très faible (selon la méthode Grade de la Cochrane)



## Validité interne

- Fluctuation des mesures et  
anal
- Lien
- et b
- Absence de placebo

Études de meilleures  
qualité  
Intérêt de critères

## Validité externe

- Échantillons de faibles effectifs  
çais
- Mesures à courts termes

Études de plus grande  
amplitude  
Mesure à plus long terme

Absence de preuve  $\neq$   
Absence d'efficacité

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Conclusion

#CNGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

## Implications pour la pratique

Mise en évidence de pistes prometteuses

Modalités organisationnelles

Prévention secondaire

Variation des durées de poste

Assistants médicaux

Coaching personnalisé

Méthode ROM

Médecins hospitaliers

Médecins de soins primaires

Internes de médecine générale

## Implications pour la recherche

**Suivi à long terme**  
**MBI variable continue**  
**Analyse en intention de traiter**  
**Critères de jugement secondaires**



**Modalités  
organisationnelles**



**Stratégies  
individuelles**



**ECR MULTICENTRIQUE DE  
GRANDE AMPLITUDE**  
→ vers un essai français ?

**Prévention ciblée et  
multimodale**

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
de  
CNCGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Merci pour votre attention

#CNCGE2023

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

**23<sup>e</sup> CONGRÈS  
NATIONAL**

**CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE**



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40  
ANS  
de  
CNGE

Centre  
des congrès  
de

Lyon

# Quelles stratégies de préventions sont efficaces pour lutter contre le burnout des médecins ?

## Une revue systématique de la littérature

Présentation du travail de thèse des  
Docteurs Coraline Gabelle et Clara Pons  
Soutenue le 1er décembre 2022