

Abstract Congrès CNGE 2023 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

Contexte : Le burnout est un enjeu de santé publique touchant particulièrement les médecins. Pourtant, il n'existe aucune recommandation officielle sur sa prévention dans cette population. Les résultats des dernières revues systématiques sont hétérogènes et contradictoires. Nous avons donc réalisé une revue systématique de la littérature sur les interventions de prévention du burnout testées sur les médecins et étudiants en médecine.

Méthode : Les recherches ont été effectuées selon la méthode PRISMA jusqu'au 01/09/21 sur quatre bases de données, avec un protocole enregistré sur PROSPERO. Étaient sélectionnés les essais cliniques comparatifs évaluant une intervention de prévention avec une évaluation du burnout par une échelle validée. La reproductibilité a été assurée par un processus de sélection réalisé de façon indépendante par deux investigatrices. Les biais étaient analysés par la RoB 2 ou la ROBINS I.

Résultats : Sur 5026 articles, 37 études furent incluses, évaluant des modalités interventionnelles, des stratégies de groupes ou encore individuelles de type formations, guidance ou médecine complémentaire. Le critère de jugement était majoritairement évalué par l'échelle du Maslach Burnout Inventory. Toutes avaient de faibles effectifs et ont été classées à risque de biais élevé. Le niveau de preuve global selon la méthode GRADE était très faible. Parmi les 14 études jugées les moins biaisées, quatre montraient un impact significatif sur la diminution du burnout. Deux portaient sur des modalités organisationnelles (renforcement de l'équipe par des assistants médicaux, modification des durées de rotations de médecins en services hospitaliers), une sur un accompagnement personnalisé de type coaching, et une sur la technique de méditation "ROM". Les autres types d'interventions comme les stratégies de groupes (comme les groupes d'échange), les méthodes classiques de méditations ou les stratégies individuelles standardisées de type formations n'étaient pas concluantes.

Discussion : Les résultats des études étaient limités par des facteurs de confusion, une hétérogénéité sur les critères de jugement, un manque d'évaluation à long terme et un manque de puissance. Nos résultats suggèrent d'orienter la prévention vers des interventions personnalisées, et d'encourager les modalités organisationnelles. Ils soulignent l'intérêt de réaliser des essais cliniques randomisés multicentriques de meilleure qualité évaluant ces diverses interventions isolément ou en synergie.