



Organisation  
mondiale de la Santé



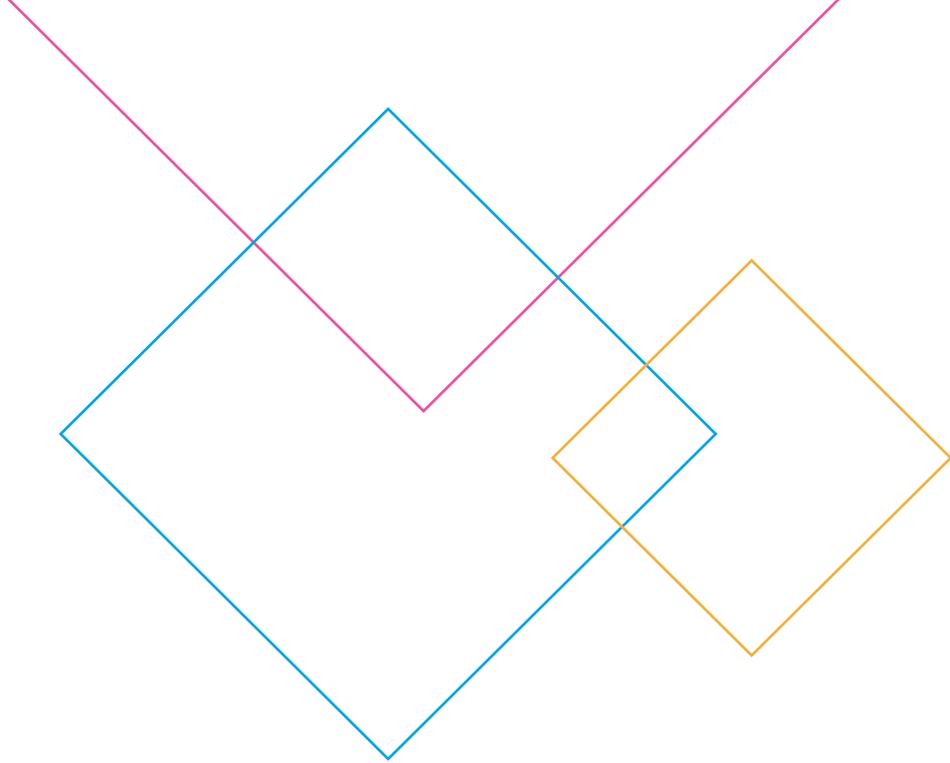
© Adobe Stock

# Lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail



**Résumé d'orientation**





# Lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail



## Résumé d'orientation

Lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail : résumé d'orientation [WHO guidelines on mental health at work: executive summary]

ISBN 978-92-4-005832-3 (version électronique)

ISBN 978-92-4-005833-0 (version imprimée)

© Organisation mondiale de la Santé 2022

Certains droits réservés. La présente œuvre est disponible sous la licence Creative Commons Attribution – Pas d'utilisation commerciale – Partage dans les mêmes conditions 3.0 IGO (CC BY-NC-SA 3.0 IGO ; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/deed.fr>).

Aux termes de cette licence, vous pouvez copier, distribuer et adapter l'œuvre à des fins non commerciales, pour autant que l'œuvre soit citée de manière appropriée, comme il est indiqué ci-dessous. Dans l'utilisation qui sera faite de l'œuvre, quelle qu'elle soit, il ne devra pas être suggéré que l'OMS approuve une organisation, des produits ou des services particuliers. L'utilisation du logo de l'OMS est interdite. Si vous adaptez cette œuvre, vous êtes tenu de diffuser toute nouvelle œuvre sous la même licence Creative Commons ou sous une licence équivalente. Si vous traduisez cette œuvre, il vous est demandé d'ajouter la clause de non-responsabilité suivante à la citation suggérée : « La présente traduction n'a pas été établie par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS). L'OMS ne saurait être tenue pour responsable du contenu ou de l'exactitude de la présente traduction. L'édition originale anglaise est l'édition authentique qui fait foi ».

Toute médiation relative à un différend survenu dans le cadre de la licence sera menée conformément au Règlement de médiation de l'Organisation mondiale de la propriété intellectuelle (<https://www.wipo.int/amc/fr/mediation/rules/index.html>).

**Citation suggérée.** Lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail : résumé d'orientation [WHO guidelines on mental health at work: executive summary]. Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2022. Licence : CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

**Catalogage à la source.** Disponible à l'adresse <https://apps.who.int/iris/?locale-attribute=fr&>.

**Ventes, droits et licences.** Pour acheter les publications de l'OMS, voir <http://apps.who.int/bookorders>. Pour soumettre une demande en vue d'un usage commercial ou une demande concernant les droits et licences, voir <https://www.who.int/fr/copyright>.

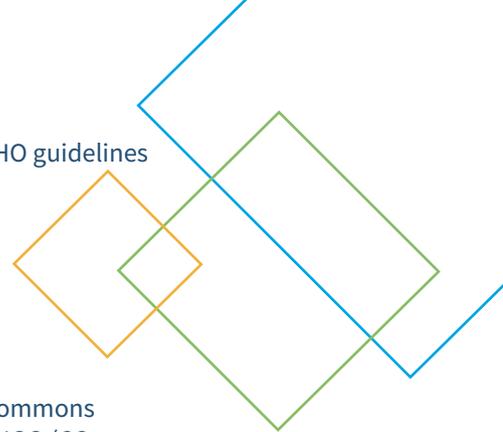
**Matériel attribué à des tiers.** Si vous souhaitez réutiliser du matériel figurant dans la présente œuvre qui est attribué à un tiers, tel que des tableaux, figures ou images, il vous appartient de déterminer si une permission doit être obtenue pour un tel usage et d'obtenir cette permission du titulaire du droit d'auteur. L'utilisateur s'expose seul au risque de plaintes résultant d'une infraction au droit d'auteur dont est titulaire un tiers sur un élément de la présente œuvre.

**Clause générale de non-responsabilité.** Les appellations employées dans la présente publication et la présentation des données qui y figurent n'impliquent de la part de l'OMS aucune prise de position quant au statut juridique des pays, territoires, villes ou zones, ou de leurs autorités, ni quant au tracé de leurs frontières ou limites. Les traits discontinus formés d'une succession de points ou de tirets sur les cartes représentent des frontières approximatives dont le tracé peut ne pas avoir fait l'objet d'un accord définitif.

La mention de firmes et de produits commerciaux ne signifie pas que ces firmes et ces produits commerciaux sont agréés ou recommandés par l'OMS, de préférence à d'autres de nature analogue. Sauf erreur ou omission, une majuscule initiale indique qu'il s'agit d'un nom déposé.

L'OMS a pris toutes les précautions raisonnables pour vérifier les informations contenues dans la présente publication. Toutefois, le matériel publié est diffusé sans aucune garantie, expresse ou implicite. La responsabilité de l'interprétation et de l'utilisation dudit matériel incombe au lecteur. En aucun cas, l'OMS ne saurait être tenue pour responsable des préjudices subis du fait de son utilisation.

**Conception graphique:** Kellie Hopley Design Ltd, and Ara Johannes.





# Résumé d'orientation

---

Pour une forte proportion de la population mondiale, la santé mentale et le travail sont étroitement liés. La santé mentale ne se limite pas à l'absence de problèmes de santé mentale. Il s'agit plutôt d'un état de bien-être mental qui permet à chacun de faire face au stress de la vie, de réaliser son potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à sa communauté. Les problèmes de santé mentale surviennent indépendamment de la question de savoir si le travail y a contribué de manière causale. Une mauvaise santé mentale a un effet négatif sur le bien-être et le fonctionnement d'une personne au plan cognitif, comportemental, émotionnel, social et relationnel, sur sa santé physique, ainsi que sur son identité personnelle et son bien-être par rapport au travail. La capacité d'une personne à travailler peut donc être compromise par une réduction de la productivité et des performances, une baisse de la capacité à travailler en toute sécurité ou des difficultés à conserver ou à obtenir un emploi. Le présentéisme (ou baisse de productivité, où se situent les coûts financiers les plus importants), l'absentéisme et la rotation du personnel touchent à la fois les travailleurs et les employeurs et, en retour, l'économie de la société. On estime qu'en permanence, ce sont 15 % des adultes en âge de travailler qui souffrent d'un trouble mental. L'ampleur du problème de santé publique que représentent les problèmes de santé mentale est plus importante que le volume des investissements pour y remédier. Il en est ainsi malgré les conventions internationales appelant à la protection de la santé physique et mentale des travailleurs au

moyen de politiques nationales en matière de sécurité et de santé au travail.

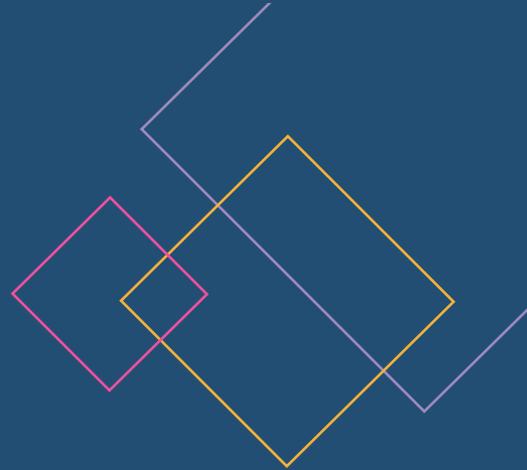
Dans ces lignes directrices, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) fournit des orientations de santé publique mondiale fondées sur des bases factuelles relatives aux interventions organisationnelles, à la formation du personnel d'encadrement et des travailleurs, et aux interventions individuelles visant à promouvoir une santé mentale positive et à prévenir les problèmes de santé mentale, ainsi que des recommandations sur le retour au travail après une absence liée à des problèmes de santé mentale et sur l'obtention d'un emploi pour les personnes vivant avec des troubles de santé mentale. En outre, les lignes directrices précisent le type d'interventions et si celles-ci peuvent être appliquées à l'ensemble du personnel ; par exemple sur un lieu de travail (universel), à des travailleurs susceptibles de développer des problèmes de santé mentale (sélectif) ou à des personnes en situation de détresse psychologique (indiqué), ou à des personnes souffrant déjà de problèmes de santé mentale. Grâce à ces nouvelles recommandations de l'OMS, les lignes directrices devraient faciliter les actions menées au niveau national et sur le lieu de travail en matière d'élaboration de politiques, de planification et de prestation de services dans les domaines de la santé mentale et de la santé au travail. Ces lignes directrices visent à améliorer la mise en œuvre d'interventions fondées sur des bases factuelles en faveur de la santé mentale au travail.

Ces lignes directrices ont été élaborées conformément au manuel de l'OMS intitulé : WHO handbook for guideline development et respectent les normes internationales relatives aux lignes directrices fondées sur des bases factuelles. En collaboration avec le groupe d'élaboration des lignes directrices (GDG), le Groupe directeur de l'OMS a mis au point des questions clés et a classé les résultats afin d'identifier ceux qui étaient essentiels pour l'élaboration des lignes directrices. Les conflits d'intérêts de tous les contributeurs individuels aux lignes directrices ont été déclarés, évalués et gérés conformément à la politique de l'OMS en matière de conformité, de gestion des risques et d'éthique (CRE).

Des examens systématiques des données probantes ont été utilisés pour élaborer le résumé des tableaux récapitulatifs, conformément à l'approche GRADE (classification de l'analyse, de l'élaboration et de l'évaluation des recommandations). Le GDG a élaboré des recommandations qui tenaient compte d'un éventail d'éléments, à savoir : le degré de certitude des données probantes ; le rapport entre les effets souhaitables et non souhaitables, les valeurs et les préférences des patients ; les exigences en matière de ressources et le rapport coût-efficacité ; l'équité en santé, l'égalité et la discrimination ; la faisabilité ; les droits humains et l'acceptabilité socioculturelle.



© Adobe Stock



## Recommandations concernant les interventions organisationnelles

- #1 Interventions organisationnelles universelles
- #2 Interventions organisationnelles à l'intention des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence
- #3 Interventions organisationnelles à l'intention des travailleurs souffrant de problèmes de santé mentale

## Recommandations concernant la formation du personnel d'encadrement

- #4 Formation du personnel d'encadrement en santé mentale
- #5 Formation du personnel d'encadrement pour soutenir les personnels de santé et les travailleurs humanitaires ou des services d'urgence

## Recommandations concernant la formation des travailleurs

- #6 Formation à l'intention des travailleurs sur la littératie en santé mentale et la sensibilisation à cette question
- #7 Formation à l'intention des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence sur la littératie en santé mentale et la sensibilisation à cette question

## Recommandations concernant les interventions individuelles

- #8 Interventions individuelles universelles
- #9 Interventions individuelles à l'intention des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence
- #10 Interventions individuelles s'adressant aux travailleurs souffrant de détresse psychologique

## Recommandations concernant le retour au travail après une absence associée à des problèmes de santé mentale

- #11 Retour au travail après une absence associée à des problèmes de santé mentale

## Recommandations concernant l'obtention d'un emploi à l'intention des personnes souffrant de problèmes de santé mentale

- #12 Obtention d'un emploi pour les personnes souffrant de problèmes de santé mentale

# Recommandations concernant les interventions organisationnelles

#1

## Interventions organisationnelles universelles

Des interventions organisationnelles portant sur les facteurs de risque psychosociaux, notamment les interventions utilisant des approches participatives, peuvent être envisagées pour les travailleurs afin de réduire la détresse psychologique et d'améliorer les résultats au travail.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible*

#2

## Interventions organisationnelles à l'intention des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence

Des interventions organisationnelles qui traitent des facteurs de risque psychosociaux, par exemple la réduction de la charge de travail et des changements d'horaire ou l'amélioration de la communication et du travail d'équipe, peuvent être envisagées pour les personnels de santé et les travailleurs humanitaires ou des services d'urgence afin de réduire la détresse psychologique et d'améliorer les résultats au travail.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible*

#3

## Interventions organisationnelles à l'intention des travailleurs souffrant de problèmes de santé mentale

Des aménagements raisonnables au travail devraient être mis en place pour les travailleurs souffrant de problèmes de santé mentale, y compris les personnes ayant des handicaps psychosociaux, conformément aux principes internationaux des droits de l'homme.

*Recommandation forte, degré de certitude des données probantes très faible*

# Recommandations concernant la formation du personnel d'encadrement

#4

## Formation du personnel d'encadrement en santé mentale

Le personnel d'encadrement devrait recevoir une formation visant à préserver la santé mentale des travailleurs afin d'améliorer les connaissances, les attitudes et les comportements de ce personnel en matière de santé mentale et d'améliorer les comportements des travailleurs en matière de recherche d'aide.trabajadores.

*Recommandation forte, degré de certitude des données probantes modéré*

#5

## Formation du personnel d'encadrement pour soutenir les personnels de santé et les travailleurs humanitaires ou des services d'urgence

Le personnel d'encadrement devrait recevoir une formation visant à préserver la santé mentale des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence afin d'améliorer les connaissances, les attitudes et les comportements de ce personnel en matière de santé mentale.

*Recommandation forte, degré de certitude des données probantes modéré*

## Recommandations concernant la formation des travailleurs

#6

### Formation à l'intention des travailleurs sur la littératie en santé mentale et la sensibilisation à cette question

Les travailleurs peuvent être formés à la littératie en santé mentale et à la sensibilisation à cette question afin d'améliorer leurs connaissances et leurs attitudes en matière de santé mentale sur le lieu de travail, y compris les attitudes qui conduisent à la stigmatisation.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible.*

#7

### Formation à l'intention des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence sur la littératie en santé mentale et la sensibilisation à cette question

Les personnels de santé et les travailleurs humanitaires ou des services d'urgence peuvent recevoir une formation sur la littératie en santé mentale et à la sensibilisation à cette question afin d'améliorer leurs connaissances et leurs attitudes en matière de santé mentale sur le lieu de travail, y compris les attitudes qui conduisent à la stigmatisation.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible*

## Recommandations concernant les interventions individuelles

#8

### Interventions individuelles universelles

**8A** Des interventions psychosociales universelles visant à renforcer les compétences des travailleurs en matière de gestion du stress ; telles que des interventions axées sur la pleine conscience ou des approches cognitivo-comportementales, peuvent être envisagées afin de promouvoir une santé mentale positive, de réduire la détresse psychologique et d'améliorer l'efficacité au travail.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes faible*

**8B** Des possibilités d'activité physique dans le cadre des loisirs ; comme l'entraînement à la résistance, la musculation, les exercices d'aérobic, la marche ou le yoga, peuvent être envisagées pour le personnel afin d'améliorer la santé mentale et l'aptitude professionnelle.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible*

#9

### Interventions individuelles à l'intention des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence

**9A** Des interventions psychosociales universelles visant à renforcer les compétences des travailleurs en matière de gestion du stress ; telles que des interventions fondées sur la pleine conscience ou des approches cognitivo-comportementales, peuvent être envisagées pour les personnels de santé et les travailleurs humanitaires ou des services d'urgence afin de promouvoir une santé mentale positive et de réduire la détresse psychologique.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes faible*

**9B** Des interventions psychosociales ; telles que la formation à la gestion du stress et à l'auto-prise en charge, ou la formation aux compétences en communication, peuvent être mises à la disposition des personnels de santé et des travailleurs humanitaires ou des services d'urgence qui traversent une détresse psychologique.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes faible*

#10

### Interventions individuelles s'adressant aux travailleurs souffrant de détresse psychologique

**10A** Pour le personnel souffrant de détresse psychologique, des interventions psychosociales telles que celles fondées sur la pleine conscience ou les approches cognitivo-comportementales, ou la formation à la résolution de problèmes, peuvent être envisagées afin de réduire ces symptômes et d'améliorer l'efficacité au travail.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible*

**10B** Pour le personnel souffrant de détresse psychologique, l'exercice physique, tel que l'aérobic ou la musculation, peut être envisagé afin de réduire ces symptômes.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes très faible*

## Recommandations concernant le retour au travail après une absence associée à des problèmes de santé mentale

#11

### Retour au travail après une absence associée à des problèmes de santé mentale

Pour les personnes dont l'absence est associée à des problèmes de santé mentale, on devrait envisager soit (a) des soins orientés vers le travail et des soins cliniques pour la santé mentale fondés sur des bases factuelles ou (b) uniquement des soins cliniques pour la santé mentale fondés sur des bases factuelles afin de réduire les symptômes en cas de problème de santé mentale et le nombre de jours d'absence.

*Recommandation soumise à conditions, degré de certitude des données probantes faible*

## Recommandations concernant l'obtention d'un emploi à l'intention des personnes souffrant de problèmes de santé mentale

#12

### Obtention d'un emploi pour les personnes souffrant de problèmes de santé mentale

Des stratégies axées sur le rétablissement et favorisant l'inclusion professionnelle et économique ; telles que l'emploi assisté (augmenté), devraient être mises à la disposition des personnes souffrant de graves problèmes de santé mentale, notamment celles souffrant de handicaps psychosociaux, afin qu'elles puissent obtenir et conserver un emploi.

*Recommandation forte, degré de certitude des données probantes faible*

## Programmes de dépistage

Dans la mesure où il est difficile de savoir si les avantages potentiels des programmes de dépistage l'emportent sur les inconvénients potentiels, le GDG n'a pas formulé de recommandation en faveur ou à l'encontre des programmes de dépistage pendant l'emploi.

© WHO / NOOR / Sebastian Listé







Department of Mental Health and Substance Use  
Organisation mondiale de la Santé  
20 Avenue Appia  
1211 Genève 27  
Suisse

<https://www.who.int/health-topics/mental-health>

