

CŒUR ET TRAVAIL

CONSÉQUENCES CARDIAQUES DU STRESS AU TRAVAIL

LIEU

ESPACE TRINITÉ : 3, rue de la Trinité– Paris 9^{ème}

Métros : Trinité (ligne 12) – Opéra (lignes 3 et 8) Chaussée d'Antin (lignes 7 et 9)

Bus : 26, 32, 43, 68 et 81 – Parking : Rue Jean-Baptiste Pigalle – Paris 9^{ème}

DATES ET HORAIRES

Jeudi 12 et vendredi 13 juin 2025

9 h00 à 12 h30 et 14 h00 à 17 h30 (soit quatorze heures pour les deux jours) Déjeuners pris en commun

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Médecins, infirmier(ère)s, assistant(e)s, IPRP - Aucun pré-requis

OBJECTIF

Le stress psychosocial (SPS) est le troisième facteur de risque cardiovasculaire après l'hypercholestérolémie et le tabagisme. Le stress au travail touche plus d'un salarié sur deux. Le salarié peut être affecté dans son travail par les multiples aspects du SPS qu'il s'agisse de stress aigu ou chronique et son risque d'épuisement professionnel. Les conditions de travail peuvent également être source d'anxiété, de dépression, voire de syndrome de stress post-traumatique. L'accident cardiaque est un bouleversement dans la vie d'un salarié. Le retour au travail est souvent perturbé par la survenue de troubles psychosociaux liés à la fois à l'adaptation à la maladie et à la reprise du travail elle-même. La prévention psychosociale avant et après l'infarctus du myocarde est certainement un des principaux enjeux de santé auxquels sont confrontés dès à présent le médecin du travail et le cardiologue. L'objectif de cette formation est que les intervenants en médecine du travail, mais aussi les cardiologues et les médecins généralistes soient familiarisés avec les différents aspects du SPS, avec les mécanismes qui relient le SPS à la maladie coronaire, avec les possibilités de détection et de prise en charge aussi bien au niveau individuel qu'au niveau de l'entreprise.

PROGRAMME

1. **Premier jour - matin**
 - a. Accueil et présentation de la formation. Tour de table et souhaits des participants
 - b. Rappel sur les mécanismes cérébraux et physiologiques du stress
 - c. Répercussions cardiaques du SPS
2. **Premier jour - après-midi**
 - a. Stress et travail
 - b. Stress au travail et cardiologie
 - c. Retour au travail après un accident cardiaque
3. **Deuxième jour - matin**
 - a. Évaluation du SPS
 - b. Les méthodes de prise en charge individuelle et au sein de l'entreprise
 - c. Théorie, cas cliniques, atelier pratique
4. **Deuxième jour - après-midi**
 - a. Les méthodes de prise en charge individuelle et au sein de l'entreprise (suite)
 - b. Discussion
 - c. Atelier cohérence cardiaque

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Évaluation initiale par QCM. Remise d'un diaporama en version électronique. Exposés théoriques à l'aide de diaporamas PPT. Discussions interactives. Ateliers pratiques sur les méthodes de prise en charge (exemple cohérence cardiaque). Discussion pratique sur des situations de SPS ayant posé problème aux participants.

SANCTION DE LA FORMATION

Réalisation d'un pré et post-test par QCM. Bilan de fin de formation avec l'intervenant. Evaluation de la formation à la fois sur la forme et le contenu.

INTERVENANTS

Dr Jean-Pierre HOUPE, cardiologue

Président fondateur de l'association MEDITAS-CARDIO - THIONVILLE

Expert APM (Association pour le Progrès du Management) – PARIS

Formateur Centre Pierre Janet. Faculté de Psychologie de METZ

Avec la participation de **Monsieur Franck DURAND** pour l'animation de l'atelier « Cohérence Cardiaque »

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE

Dr Jean-Pierre HOUPE