

Les journées de 12 heures favorisent le burn-out

Selon une étude américaine, cette organisation du temps de travail infirmier, de plus en plus répandue aux États-Unis, fatigue les soignantes et provoque l'insatisfaction des patients.

Travailler trois jours, et disposer de son temps libre pour les quatre jours restants. Prisées par de nombreuses infirmières, les journées de 12 heures sont devenues la règle dans les hôpitaux américains.

Pourtant, selon une étude menée par des chercheurs de la Pennsylvania school of nursing (1), publiée ce mois-ci dans la revue Health Affairs, ces longues journées favoriseraient le burn-out des infirmières et l'insatisfaction des patients. D'autant plus si « elles s'accompagnent d'heures supplémentaires, de changements d'équipes de jour ou de nuit et de gardes », précise Amy Witkoski Stimpfel, auteure de l'étude.

70 % des infirmières américaines concernées

L'étude a été menée auprès de 22 275 infirmières, exerçant dans les services de médecine, de chirurgie et de soins intensifs de 577 hôpitaux, situés en Californie, en Floride, en Pennsylvanie et dans le New Jersey. Des états qui concentrent 25 % de la population américaine et 20 % des hospitalisations annuelles. 65 % des infirmières ciblées par l'étude travaillent 12 ou 13 heures par jour (79,6 % dans les unités de soins intensifs), tandis que 26 % travaillent 8 à 9 heures ; 4 % font des journées de 10 à 11 heures et 5 % dépassent les 13 heures d'affilée.

Si 80 % des soignantes se disent satisfaites de l'organisation du temps du travail dans leur établissement, la part d'infirmières se déclarant proche du burn-out et affirmant vouloir démissionner augmente proportionnellement avec la longueur des plages horaires : celles qui travaillent plus 10 heures consécutives ont, ainsi, un risque 2,5 fois plus élevé de connaître le burn-out et l'insatisfaction au travail que celles qui travaillent 8 à 9 heures. Un constat qui va à l'encontre de l'idée selon laquelle la journée de 12 heures serait un moyen de fidéliser le personnel soignant, note Amy Witkoski Stimpfel. « Les infirmières sous-estiment l'impact des longues journées de travail, car l'idée de travailler trois jours au lieu de cinq est tentante », avance la chercheuse.

Fixer des limites

Les patients aussi semblent pâtir de cette organisation du temps de travail. L'étude montre que plus les journées des infirmières sont longues, plus ces derniers se plaignent : les soignantes ne communiquent pas assez, ne prennent pas suffisamment en charge leur douleur, viennent rarement quand on les appelle...

En conclusion de leur étude, les chercheurs recommandent ainsi de « surveiller » le temps de travail des infirmières américaines, suggérant aux hôpitaux de limiter les heures de travail à 12 par tranche de 24 et à 60 par semaine. En effet, alors que les médecins ne peuvent travailler plus de 80 heures hebdomadaires aux États-Unis, il n'existe aucune limite légale pour les soignantes. Si plusieurs États, comme le Maryland ou la Californie, ont restreint le nombre d'heures supplémentaires imposées, les heures supplémentaires « volontaires » - certaines infirmières se sentent forcées d'accepter, rapportent les chercheurs - et les seconds emplois, fréquents outre-Atlantique, restent problématiques. « Le management infirmier devrait aussi encourager une culture de travail respectant les jours de repos et les horaires des infirmières, encourageant leur départ dès la fin de leur service et leur donnant le droit de refuser de faire des heures supplémentaires non payées », insiste Amy Witkoski Stimpfel.

Aveline Marques

(1) Health Affairs, 31, no.11 (2012):2501-2509. « The longer the shifts for hospital nurses, the higher the levels of burnout and patient dissatisfaction ». Par Amy Witkoski Stimpfel, Douglas M. Sloane et Linda H. Aiken.