



PRENDRE SOIN DE CEUX QUI DIRIGENT : UNE OFFRE PRÉVENTIVE DÉDIÉE

Brice ATIOULOU

Psychologue du travail – EnSanté! –
Montpellier

Dr Cyril BERNARDET

Directeur médical – EnSanté! –
Montpellier

Dr Aurora COPPOTELLI

Médecin du travail – EnSanté! –
Montpellier

Lydie FRANCOIS-HEUDE

Psychologue du travail – EnSanté! –
Montpellier

Introduction / Objectifs :

Les dirigeants d'entreprise, notamment les non-salariés, restent souvent en marge des dispositifs classiques de médecine du travail, bien que leur santé ait un impact direct sur la performance et la pérennité de leur organisation. Surcharge mentale, isolement décisionnel, horaires extensifs, stress chronique, troubles musculosquelettiques et sédentarité figurent parmi les risques majeurs auxquels ils sont exposés. La réforme de la Santé au travail (loi d'août 2021 et décret d'avril 2022), en posant un cadre juridique clair, a offert une opportunité inédite : intégrer les dirigeants au sein des bénéficiaires d'un suivi médical préventif structuré et adapté.

En 2024, EnSanté, Service de Prévention et de Santé au Travail Interentreprises (SPSTI), a initié un programme « **Santé du dirigeant** », visant à proposer un bilan global, confidentiel et en-

tièrement gratuit aux dirigeants adhérents non-salariés. Ce bilan ne se limite pas à un examen médical classique : il se veut un temps de réflexion sur la santé globale, la prévention et la performance durable du dirigeant.

Méthodologie :

Un groupe de travail pluridisciplinaire (médecins du travail, psychologues, assistantes médicales) a élaboré un protocole complet autour d'une consultation de 60 à 90 minutes. Réalisée en un premier temps par le médecin du travail, celle-ci inclut :

- ▶ Un **entretien clinique et psychosocial approfondi** portant sur les antécédents médicaux, les habitudes de vie, les facteurs de risque cardiovasculaire, ainsi que l'évaluation du stress et de la charge mentale.
- ▶ Des **explorations complémentaires** rapides et fiables telles que :
 - un bilan sanguin capillaire (lipides, glycémie) avec résultats immédiats, permettant d'évaluer le profil métabolique et les risques cardiovasculaires ;
 - analyseur de monoxyde de carbone et exploration fonctionnelle respiratoire ;
 - balance impédancemétrie ;
 - audiométrie ;
 - test visuel.
- ▶ Un **volet santé publique** : vérification vaccinale (avec rappel si nécessaire), remise de kits de dépistage du cancer colorectal pour les personnes éligibles, sensibilisation à l'activité physique et aux conduites addictives.
- ▶ La **prescription d'une ordonnance de prévention** : ce document récapitule les examens réalisés et propose des orientations ainsi que des recommandations personnalisées portant sur l'hygiène de vie, les dépistages à envisager et le suivi médical adapté.
- ▶ La **restitution des résultats** : remis à la fin de la consultation, ce document a été conçu pour être visuellement clair et intuitif, afin de garantir une compréhension rapide et efficace des informations. Il inclut des données relatives à plusieurs indicateurs de santé, notamment :
 - le niveau de sédentarité ;
 - l'analyse corporelle ;
 - le taux de monoxyde de carbone expiré et le tabagisme ;
 - la tension artérielle ;
 - le score de risque d'événements cardiovasculaires, établi selon les critères de la Société Européenne de Cardiologie (ESC).

Puis, selon les besoins ou la demande, un **entretien avec un psychologue du travail** peut être proposé. Cet entretien peut se tenir immédiatement ou être différé, en fonction du souhait du dirigeant, afin de fournir un accompagnement personnalisé face à des situations pouvant affecter la santé mentale.

Les consultations se tiennent sur plusieurs sites, avec des créneaux élargis (vendredi et soirées), afin d'assurer une couverture géographique optimale et de lever les freins liés aux contraintes professionnelles. Un système de pré-inscription en ligne, complété par un rappel SMS automatique, facilite également l'organisation. Pour garantir une confidentialité maximale, un médecin différent de celui en charge des salariés assure les visites. Le protocole a été spécifiquement conçu pour optimiser ce temps précieux que les dirigeants choisissent de consacrer à leur santé, souvent mise de côté en raison de leurs responsabilités professionnelles.

Résultats obtenus :

Le programme a été lancé en juillet 2024. Dès la première journée de communication, plus de 60 demandes ont été enregistrées. L'analyse des données collectées les six premières semaines de l'offre est la suivante :

- ▶ 108 inscriptions via le site internet ;
- ▶ 63 rendez-vous programmés, dont 43 bilans réalisés (23,2 % d'absentéisme) ;
- ▶ 54,5 % des bilans sanguins capillaires ont révélé des anomalies ;
- ▶ 26 orientations vers un psychologue du travail et 4 vers des psychologues externes ;
- ▶ 2 cas d'épuisement professionnel détectés ;
- ▶ 14 prescriptions d'examen complémentaires externes ;
- ▶ 15 orientations vers un médecin traitant et 6 vers un spécialiste (ORL, cardiologie) ;
- ▶ 10 rappels vaccinaux effectués et 3 tests de dépistage colorectal remis.

La majorité des dirigeants ont salué la qualité des échanges et la pertinence des conseils délivrés. Les entretiens ont permis de dépister plusieurs pathologies méconnues (hypertension, dyslipidémies, diabète débutant, troubles musculosquelettiques ou respiratoires) et de sensibiliser à des enjeux de santé majeurs comme la sédentarité ou le tabagisme.

Discussion des résultats :

Cette initiative illustre la vulnérabilité des dirigeants face aux risques psychosociaux et somatiques, ainsi que l'intérêt d'un suivi préventif ciblé. Le dépistage précoce de pathologies et la mise en place de mesures simples (hygiène de vie, suivi médical adapté) représentent un enjeu majeur pour une population souvent négligée.

Cependant, des défis persistent tels que l'absentéisme, qui reste élevé (31 % sur les derniers mois), soulignant ainsi la difficulté des dirigeants à consacrer du temps à leur propre santé.

A la suite de l'expérience de terrain, plusieurs ajustements ont été apportés afin de renforcer l'efficacité du dispositif :

- ▶ Le psychologue du travail n'est plus présent de manière systématique sur site à l'occasion des consultations, mais une orientation rapide est proposée lorsqu'un besoin est identifié. Cette évolution permet d'optimiser la durée de la première consultation, tout en garantissant un accès rapide et facilité à un suivi psychologique.
- ▶ Une orientation vers le service social est désormais possible pour offrir un accompagnement complémentaire adapté à la situation individuelle du dirigeant.

Conclusion :

La santé des dirigeants est un levier essentiel pour la performance durable des entreprises. Ce bilan préventif complet, alliant explorations médicales immédiates et recommandations personnalisées, démontre qu'une prise en charge précoce et proactive des risques est possible. Ces constats ont conduit à la pérennisation du dispositif au sein de notre Service, au-delà du cadre expérimental initial. Désormais, cette action de prévention est intégrée à l'offre socle d'EnSanté et accessible gratuitement à tous les dirigeants d'entreprise adhérents.



Pour contacter l'auteur de cette communication : cyril.bernardet@ensante.fr