

# ➤ LE QUIZZ

**Distinguez le vrai du faux.  
Testez votre connaissance du sujet à travers ce questionnaire.**

1 • Près de 1 personne sur 10 souffrira d'une maladie mentale au cours de sa vie.

**Vrai**

**Faux**

2 • La maladie mentale et la déficience intellectuelle sont intimement liées.

**Vrai**

**Faux**

3 • La majorité des personnes en souffrance psychique ne consultent pas.

**Vrai**

**Faux**

4 • On ne peut rien faire pour une personne en souffrance psychique.

**Vrai**

**Faux**

5 • Les troubles du sommeil ont des conséquences sur la santé mentale.

**Vrai**

**Faux**

6 • Le burn-out est une maladie professionnelle.

**Vrai**  **Faux**

7 • Le travail n'est pas bon pour les personnes souffrant de troubles psychiques.

**Vrai**

**Faux**

8 • La souffrance au travail ne touche que certaines professions, plus particulièrement dans les grandes entreprises.

**Vrai**

**Faux**

9 • Le stress peut être un facteur de nombreux arrêts de travail.

**Vrai**

**Faux**

10 • Les problèmes de santé mentale c'est personnel, cela ne concerne pas l'entreprise ou l'employeur.

**Vrai**

**Faux**

Consultez, au verso, les réponses aux questions.

# ➤ RÉPONSES AU QUIZZ SANTÉ MENTALE 2017

**1 • FAUX** - Il s'agit plutôt d'une personne sur cinq. Un français sur cinq souffre, a souffert ou souffrira de maladies mentales. 1 % de la population française souffre de schizophrénie, 1 % de troubles bipolaires. 19 % des français de 15 à 75 ans ont vécu ou vivront une dépression au cours de leur vie. D'autres personnes peuvent souffrir de troubles anxieux, de troubles obsessionnels compulsifs (TOC), d'addictions, de troubles de la personnalité ou du comportement alimentaire.

**2 • FAUX** - La maladie mentale et la déficience intellectuelle sont deux états complètement différents qu'il ne faut pas confondre. La déficience intellectuelle se caractérise par un quotient intellectuel (QI) inférieur à la normale, alors que la personne souffrant d'une maladie mentale peut avoir un QI normal comme un QI supérieur ou inférieur à la normale.

**3 • VRAI** - Seuls 25 % des personnes consultant un médecin généraliste ont des problèmes de santé mentale. En France, les généralistes sont les premiers prescripteurs d'anxiolytiques et antidépresseurs. Ils sont les premiers interlocuteurs choisis par la population générale pour entendre un problème de santé mentale.

**4 • FAUX** - Les proches d'une personne en souffrance psychique jouent un rôle de premier plan dans le rétablissement de celle-ci. Le soutien d'un proche, d'un ami ou d'un collègue peut faire toute la différence.

**5 • VRAI** - Les troubles du sommeil peuvent causer des troubles de l'humeur et des troubles anxieux. 32 % des français déclarent souffrir de troubles du sommeil. Il est possible de trouver aide et conseil auprès des médecins généralistes, des centres du sommeil, ou encore auprès des services de médecine du travail car cela peut être un symptôme de souffrance au travail.

**6 • VRAI** - Le décret du 7 juin 2016 renforce l'expertise médicale et facilite la reconnaissance des maladies professionnelles, notamment les affections psychiatriques. Ce décret permet l'application de l'article 27 de la loi du 17 août 2015 (loi Rebsamen) qui concerne la reconnaissance de certaines pathologies psychiques comme maladies professionnelles. Toutes les affections psychiques sont concernées et notamment le syndrome d'épuisement professionnel appelé communément «burn-out». (Source: service-public.fr)

**7 • FAUX** - Le travail est un vecteur de lien social, de reconnaissance et donne une place, un rôle dans la société. Il permet à tout un chacun, souffrant de maladie ou non, de montrer ses capacités, de les maintenir et est donc garant d'une bonne santé mentale. Le taux d'emploi des personnes atteintes d'un trouble mental pour un pays moyen de l'OCDE (35 pays) est compris entre 55 et 70 %, soit 10 à 15 points de pourcentage de moins que celui des personnes en bonne santé. Beaucoup d'autres personnes atteintes de troubles mentaux veulent travailler mais ne trouvent pas d'emploi. Leur probabilité d'être au chômage est généralement deux fois plus élevée que chez celles qui n'ont pas de troubles mentaux. (Source : note de synthèse OCDE février 2016)

**8 • FAUX** - Le burn out touche l'ensemble des professions, par exemple 50% de professionnels de santé interrogés dans le cadre d'une étude réalisée par le centre national des professions de santé sont ou ont été concernés par le burn out. (Source : Article HOSPIMEDIA décembre 2015)

**9 • VRAI** - Le stress compterait à lui seul pour plus de 50 % de l'absentéisme dans les entreprises au niveau européen (selon l'OSHA). En France, entre 1 et 1,4 % des actifs seraient affectés par une maladie liée au stress (étude INRS 2002).

**10 • FAUX** - Le milieu du travail doit être sensibilisé aux questions de santé mentale car de nombreuses personnes sont concernées. En France, les troubles psychiatriques sont la 1<sup>re</sup> cause d'invalidité et la 2<sup>e</sup> cause d'arrêt de travail. (Source: assurance maladie 2014). La prévention des risques psycho-sociaux et du mal-être au travail fait l'objet d'un plan ministériel (source : plan santé au travail 2010-2014)