Date: 01.12.2022

planète santé

Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année

Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 1/7

# SANTÉ AU TRAVAIL : SENSIBILISER ET PRÉVENIR

Avoir un emploi ne sert pas uniquement à payer les factures, c'est aussi un moyen de se sentir bien. Mais parfois, le travail peut causer des problèmes tant physiques que psychiques. Comment les éviter et que faire lorsqu'on en souffre ? Éléments de réponse.

TEXTE YSEULT THÉRAULAZ

GETTYIMAGES/ALVAREZ

Date: 01.12.2022

planète santé

Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année

Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 2/7

Elle est révolue l'époque où les personnes travaillaient dans un seul but : nourrir leur famille et payer les factures. Aujourd'hui, le travail doit aussi être source de satisfaction personnelle. « Avec le temps, les attentes des travailleurs ont évolué, tout comme celles des employeurs. Les premiers sont plus facilement insatisfaits de leurs conditions de travail alors que les seconds ont tendance à pousser toujours plus vers la performance immédiate », explique le Dr Sébastien Eich, spécialiste en médecine du travail à la SUVA (la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accident qui couvre également les maladies professionnelles des personnes actives).

## UNE STRATÉGIE À ÉTABLIR

Cela peut induire de la souffrance chez les employés, tant physique que mentale. « Il est primordial que les entreprises aient une véritable stratégie de santé au travail avec un plan d'action et un suivi afin de garantir des conditions optimales à leurs employés, continue le spécialiste. La responsabilité d'une santé au travail durable est partagée entre l'employeur et l'employé. L'entreprise doit mettre en place une culture de prévention avec des mesures nécessaires pour protéger ses salariés. Et ces derniers doivent les appliquer en prenant par exemple le repos nécessaire pour être efficients au travail ou en portant le casque de sécurité pour se protéger sur un chantier. » À titre d'exemple, les sacs de 50 kg de ciment sont interdits au profit de ceux de 25 kg, mais cette mesure ne sert à rien si – pour gagner du temps – l'ouvrier en prend deux à la fois !

« À l'exception des grandes entreprises, la plupart, n'y étant pas obligées par la loi, ne disposent pas d'un service interne de santé au travail. L'obligation de faire appel à des spécialistes en sécurité au travail est prévue par une directive fédérale[1] en fonction notamment de l'existence de certains dangers et de conditions particulières ainsi que du nombre de collaborateurs », explique la Dre Mariângela de Moraes Pires, médecin inspectrice du travail du canton de Genève. Et de poursuivre : « Quand une situation arrive à l'inspectorat, les problèmes sont souvent complexes et l'impact sur la santé des employés déjà avéré. Une meilleure connaissance des dangers, des risques pour la santé au travail et des mesures de protection est essentielle. La sensibilisation à ce sujet doit commencer déjà dans les écoles professionnelles. Le monde du travail ne cesse d'évoluer et certaines entreprises pensent, à tort, que les risques professionnels inhérents à leurs activités sont tous connus. Elles minimisent alors les problèmes. On l'a vu avec les changements climatiques et les nouveaux dangers liés aux grandes chaleurs, tout comme il y en a qui émergent avec de nouvelles technologies ou les nouvelles formes d'organisation du travail. » La pandémie de Covid en est aussi un exemple. Avant elle, les risques infectieux ne concernaient que certaines professions, en particulier le personnel de la santé et du social, alors qu'à cause du coronavirus, il s'est étendu à toute personne travaillant en contact avec le public. Sans compter les nouveaux risques psychosociaux associés au télétravail, entre autres.

## COLLABORATION ESSENTIELLE

Mauvaise anticipation des problèmes de santé potentiels, mais aussi perception erronée du travail des spécialistes font partie des écueils à surmonter. « Il y a une méconnaissance du rôle du médecin de santé au travail, déplore la Dre Peggy Krief, médecin adjointe au Département de santé, travail et environnement d'Unisanté à Lausanne. Dans certaines entreprises, l'employeur ne collabore pas avec des spécialistes dans ce domaine de crainte de voir la rentabilité diminuée. C'est un mauvais calcul, car les mesures préventives existantes permettent d'éviter les maladies et l'absentéisme. Il ne faut pas oublier qu'un quart des motifs de consultation chez un médecin de premier recours est lié au travail ! »

Si certains problèmes physiques sont relativement faciles à attribuer à un métier, à l'instar des douleurs lombaires des personnes soulevant de lourdes charges, d'autres soucis de santé sont plus vicieux et le lien avec l'activité professionnelle n'est pas toujours évident. C'est le cas des risques psychosociaux et des maladies liées à l'emploi, à ne pas confondre avec les maladies professionnelles répertoriées par la loi sur l'assurance accident. « On parle beaucoup de souffrance au travail, mais on manque de données objectives, déplore la Dre Krief. En Suisse, il n'existe pas de chaire de santé au travail au sein de la santé publique. Les centres universitaires spécialisés sont trop rares. Ils pourraient pourtant rendre visible l'impact des conditions de travail délétères sur la santé et mener des recherches pragmatiques. Cela pourrait permettre aux décideurs politiques de s'y appuyer pour actualiser le système de santé au travail et ainsi répondre aux besoins du terrain. Même les maladies professionnelles sont largement sous-estimées par manque de connaissance des médecins, des employeurs et des travailleurs, et également par une pénurie

ARGUS DATA INSIGHTS® WISSEN ZUM ERFOLG
ARGUS DATA INSIGHTS® Schweiz AG | Rüdigerstrasse 15, case postale, 8027 Zurich
T +41 44 388 82 00 | E mail@argusdatainsights.ch | www.argusdatainsights.ch

Date: 01.12.2022

planète santé

Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année

Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 3/7

de spécialistes de la santé au travail. »

## LA SANTÉ COMME OBJECTIF DE MANAGEMENT

La recherche sur le terrain est un levier possible pour faire évoluer les mentalités. La formation des médecins en est un autre, tout comme des actions de prévention et de sensibilisation. Le Dr Eich insiste : « La protection de la santé des collaborateurs doit être un objectif du management. Il serait souhaitable que les cadres reçoivent une formation de base en santé et sécurité au travail. Il ne faut pas oublier que la principale ressource d'une entreprise, c'est le capital humain. À quoi cela sert-il d'installer une table de ping-pong dans la cafétéria si le travail est mal organisé et que les employés sont constamment sous pression ? La santé au travail ne doit pas être un argument marketing, mais devrait faire partie de la culture d'entreprise, tout comme la prévention des accidents et maladies professionnels. »

Certaines grandes entreprises ont un département interne qui gère ces questions et font appel à des médecins du travail (pour évaluer et prévenir les maladies professionnelles et soutenir le retour au travail adapté), à des hygiénistes (pour répertorier les polluants et mettre en place des mesures pour éviter l'exposition) ou encore à des ergonomes (pour adapter les postes et garantir le bien-être des salariés).

Enfin, les autorités compétentes (SUVA, Secrétariat d'État à l'économie, inspectorats cantonaux) doivent remplir leur mission de contrôle afin de s'assurer que tout est mis en œuvre pour préserver la santé des collaborateurs. En 2021, plus de 26 000 entreprises ont reçu des visites de ces autorités. « Si ce chiffre peut paraître faible au regard du nombre total d'entreprises, il est important de rappeler que, au-delà de sa mission de contrôle, l'inspectorat joue également un rôle important de conseil, d'information et de sensibilisation auprès des entreprises, des salariés ainsi que des professionnels de la santé et sécurité au travail, rappelle Mariângela de Moraes Pires. Dans le canton de Genève, un projet pilote[2] est en cours pour favoriser l'accès des employeurs, des employés, mais aussi des travailleurs indépendants, à des prestations en santé au travail. » ●

1 www.ekas.admin.ch/index-fr.php?frameset=27

2 https://www.ge.ch/faire-appel-consultation-interdisciplinaire-sante-au-travail-cist

3 Selon le Job Stress index de 2022 qui mesure le rapport entre les contraintes professionnelles et le moyen d'y remédier en Suisse, auprès de la population active.

4 Statistique des accidents LAA 2021.

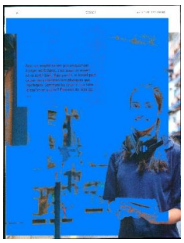
ARGUS DATA INSIGHTS® WISSEN ZUM ERFOLG
ARGUS DATA INSIGHTS® Schweiz AG | Rüdigerstrasse 15, case postale, 8027 Zurich
T +41 44 388 82 00 | E mail@argusdatainsights.ch | www.argusdatainsights.ch

Date: 01.12.2022

planète santé

Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année



Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 4/7

## RISQUES ET FACTEURS PROTECTEURS

Parmi les maladies professionnelles les plus courantes répertoriées par la SUVA, il y a tout ce qui touche l'ouïe. Les problèmes de peau sont également très fréquents et les atteintes au système pulmonaire arrivent également en haut de la liste. À noter que plusieurs types de cancers, comme ceux de la vessie (pour les personnes qui travaillent dans l'industrie des colorants) ou de la sphère ORL (pour les menuisiers, par exemple, qui inhalent de la poussière de bois), sont enregistrés chaque année. « Moins de 150 cas de nouveaux cancers professionnels sont annoncés chaque année à la SUVA, explique la Dre Peggy Krief, médecin adjointe au Département de santé, travail et environnement d'Unisanté à Lausanne. Cependant, on estime qu'il y en a au moins 2000 chaque année. »

Quant aux troubles musculosquelettiques, ils peuvent toucher une grande partie des personnes actives. La meilleure façon d'éviter ces douleurs est de les prévenir. Aménager le poste de travail pour qu'il soit adapté à chaque collaborateur et connaître l'état de santé de ce dernier afin de s'assurer qu'il puisse remplir le cahier des charges sans se blesser font partie des facteurs protecteurs qui peuvent faire la différence.

Enfin, les risques psychosociaux touchent également tous les corps de métier. Ils peuvent être liés à une mauvaise organisation du travail avec comme conséquence un burnout, une dépression, des insomnies, entre autres. Ils sont également fréquents lors d'une atteinte à l'intégralité corporelle : harcèlement sexuel, mobbing, intimidation. Les conséquences sont parfois lourdes tant pour l'employé (développement de maladies cardiovasculaires, problèmes d'addiction, etc.) que pour l'employeur (absentéisme, coûts de la prise en charge, perte de rentabilité). La Dre Krief rappelle : « Un travailleur qui se sent bien sera davantage motivé que celui qui a le sentiment de n'être qu'un numéro et d'être traité comme du bétail. » Et la Dre Praz-Christinaz, co-présidente du Groupement des médecins du travail vaudois, de poursuivre : « C'est évidemment plus facile de proposer l'achat de tampons auriculaires pour améliorer le confort des personnes qui travaillent dans le bruit que de suggérer des changements d'organisation, voire de dirigeants, lorsque le climat de travail s'est détérioré ! »

Dans le cas d'un accident ou d'une maladie physique, le certificat d'incapacité de travail permet au collaborateur de prendre le temps nécessaire pour recouvrer ses aptitudes habituelles. « Le but est toujours de permettre un retour en poste dans de bonnes conditions, continue la spécialiste. Lorsque le problème est d'ordre psychosocial, il est impératif d'éloigner le salarié du climat délétère et d'évaluer ensuite s'il peut retourner au travail, s'il y a la possibilité qu'il reste dans l'entreprise mais dans un autre poste, ou s'il est préférable qu'il la quitte. »

ARGUS DATA INSIGHTS® WISSEN ZUM ERFOLG
ARGUS DATA INSIGHTS® Schweiz AG | Rüdigerstrasse 15, case postale, 8027 Zurich
T +41 44 388 82 00 | E mail@argusdatainsights.ch | www.argusdatainsights.ch

Date: 01.12.2022

planète santé

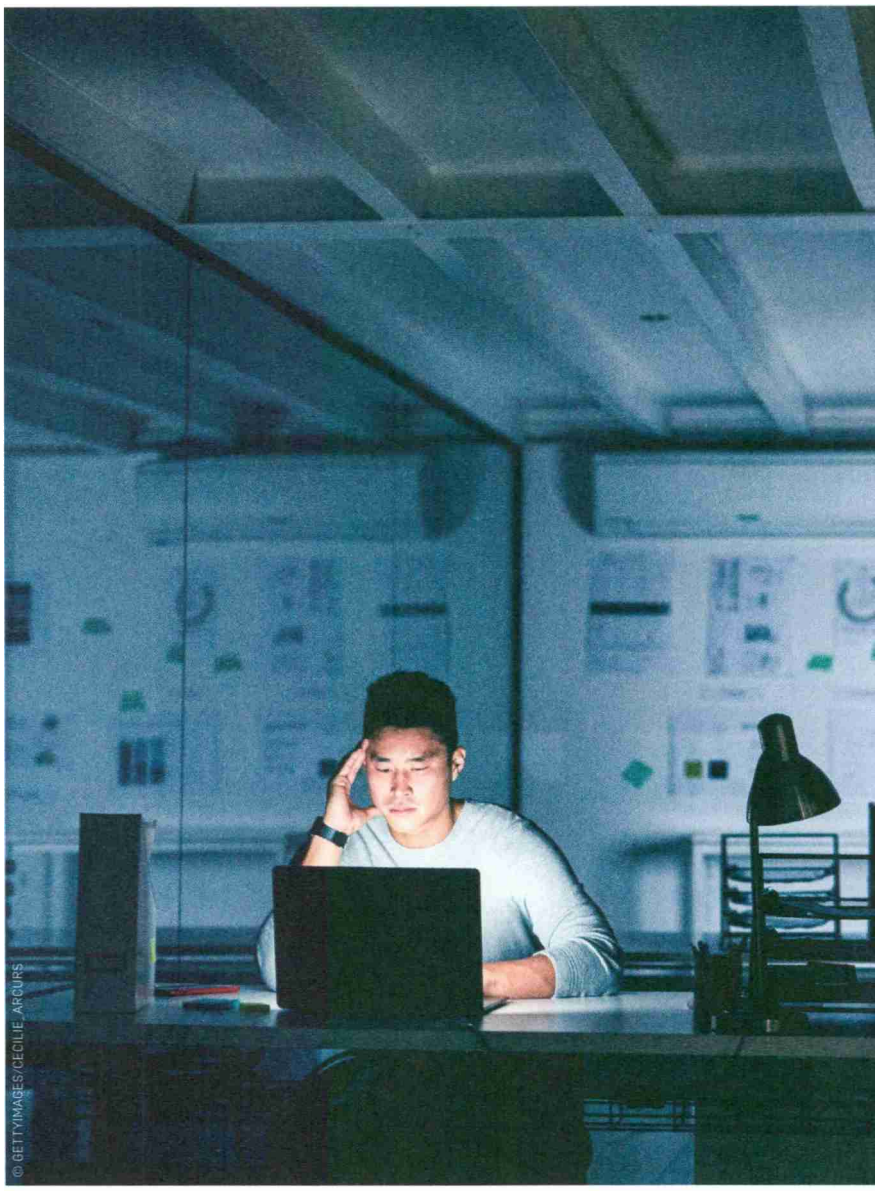
Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année

Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 5/7



© GETTYIMAGES/CECILIE_ARCURS

## EN CHIFFRES

### 30 %

Plus de 30 % des personnes actives se sentent épuisées émotionnellement.

### 14,9 %

Le stress engendre une perte de productivité évaluée à 14,9 % du temps de travail, dont 5,3 % est perdu à cause de l'absentéisme et 9,6 % à cause du présentéisme, à savoir des employés qui se rendent au travail coûte que coûte, parfois inutilement ou du moins avec des horaires exagérés.

### 270 000

Plus de 270 000 accidents professionnels sont reconnus chaque année en Suisse par la Suva (la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accident qui couvre également les maladies professionnelles des personnes actives) et 3000 cas de maladies professionnelles sont acceptés par cette même instance.

### 1,5 à 2 MILLIARDS

Les maladies et les accidents professionnels coûtent 1,5 à 2 milliards de francs chaque année en frais médicaux. Ce montant est multiplié par 2, voire par 5, pour ce qui est des frais que les entreprises doivent couvrir à cause d'une perte de productivité, de l'engagement de personnel de substitution, entre autres.

Date: 01.12.2022

planète santé

Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année

Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 6/7

# ET SUR LE TERRAIN, ÇA SE PASSE COMMENT ?

Dans certains domaines d'activité, la pénibilité du travail n'est plus à démontrer. La période Covid a mis en évidence le rôle crucial des soignants. Aux Hôpitaux universitaires de Genève, le service interne de santé au travail gère pas moins de 14 000 collaborateurs. La responsable du service, Catherine Chenaud Boyer, a pris ses fonctions en 2021, tout comme Alain Raybaud, médecin du travail. Il explique : « Nous sommes en train de réorganiser le service. Parmi nos objectifs, nous avons celui de mettre en place un système de détection précoce des problèmes de santé au travail pour favoriser le maintien en emploi et éviter les arrêts. La prévention est la clef. Avec l'aide des ressources humaines, nous organisons des formations sur les risques psychosociaux, le travail de nuit et la meilleure façon de garder une bonne hygiène de vie, entre autres. Si un soignant, qui commence à ressentir une douleur à l'épaule, vient nous voir tout de suite, nous pouvons résoudre le problème efficacement. Si cette personne n'est pas au courant de notre existence et qu'il laisse la situation se détériorer, il sera peut-être trop tard et elle ne pourra peut-être plus exercer son métier. » Les HUG sont un bon exemple d'entreprise qui doit gérer beaucoup de corps de métier : de l'infirmière au manutentionnaire et au laborantin, en passant par le chirurgien. Catherine Chenaud Boyer explique : « Désormais, à chaque nouvelle embauche, nous fournissons un questionnaire de santé au collaborateur et notre infirmière de santé au travail le reçoit. Le but est que le poste soit en adéquation avec l'état de santé de l'employé. Faut-il envisager des aménagements particuliers ? Son statut vaccinal est-il compatible avec sa fonction ? Ces questions permettent d'éviter que des problèmes de santé ne s'installent. »

Autre exemple : au siège européen de l'entreprise américaine Intuitive Surgical, à Aubonne, Bernard Gianola est responsable du service de santé, sécurité et environnement. La firme, qui compte plus de 250 employés sur le site suisse, fait appel à l'expertise d'un médecin du travail externe. « Chaque collaborateur a la possibilité de le contacter directement et de manière totalement confidentielle. L'entreprise s'efforce ensuite de mettre en place les solutions nécessaires visant à favoriser un retour durable au travail. Les nouveaux modes de travail imposés par le Covid ont rendu les frontières entre nos vies privées et nos vies professionnelles plus floues qu'auparavant. Il est donc essentiel d'expliquer aux cadres et aux collaborateurs l'importance du droit à la déconnexion, afin qu'ils puissent maintenir un équilibre sain. »

À l'État de Vaud, qui emploie plus de 30 000 personnes, le Centre de compétences gestion de la santé en entreprise, comprenant l'unité santé et sécurité au travail et la réinsertion professionnelle, s'intéresse également à la prévention. Il a créé des ateliers sur les dangers liés aux métiers et des modules de formation sur les risques psychosociaux destinés aux cadres et aux unités de ressources

ARGUS DATA INSIGHTS® WISSEN ZUM ERFOLG
ARGUS DATA INSIGHTS® Schweiz AG | Rüdigerstrasse 15, case postale, 8027 Zurich
T +41 44 388 82 00 | E mail@argusdatainsights.ch | www.argusdatainsights.ch

Date: 01.12.2022

planète santé

Planète Santé
1225 Chêne-Bourg
022/ 702 93 11
https://www.medhyg.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines spéc. et de loisir
Tirage: 10'658
Parution: 4x/année

Page: 6
Surface: 254'575 mm²

Ordre: 3007990
N° de thème: 531.040

Référence: 86438988
Coupure Page: 7/7

humaines des services, entre autres actions pour garantir la bonne santé des collaborateurs. Il propose aussi du e-learning permettant à chaque employé d'avoir accès aux ressources mises à disposition en cas de problème et il collabore étroitement avec les médecins du travail d'Unisanté. Enfin, le secteur de réinsertion professionnelle accompagne, de manière personnalisée, les personnes en arrêt de travail pour leur permettre un retour en poste dans les meilleures conditions possibles.

Si beaucoup de choses sont mises en place pour les salariés, que dire de la santé des patrons de PME ? Pour le Pr Mathias Rossi, responsable de l'institut Innovation sociale et publique à la Haute école de gestion de Fribourg, les dirigeants de PME se portent globalement bien, malgré la surcharge de travail, le stress permanent et les incertitudes financières qui caractérisent souvent leur situation. Les facteurs qui les protègent sont la satisfaction au travail, le sentiment de maîtriser leur destin, un certain optimisme et leur forte capacité de résilience. « Les études montrent que les dirigeants vont plutôt bien. Heureusement, puisque, en Suisse, 99 % des entreprises sont des PME et que celles-ci risquent de disparaître si leur patron n'est plus apte à travailler. »

## MANQUE DE RELÈVE ET CADRE LIBÉRAL

En Suisse, la réglementation en matière de santé au travail est libérale. La loi sur le travail (LTr) fixe la durée du travail et du repos et s'intéresse aux mesures nécessaires à la protection de la santé sur le lieu de travail. Parallèlement à cela, la loi sur l'assurance accident dresse la liste des maladies professionnelles.

La Suisse n'est toutefois pas très bonne élève en matière de protection de ses travailleurs. Selon l'Enquête européenne des entreprises sur les risques nouveaux et émergents réalisée en 2019 dans 33 pays européens, le nôtre se retrouve à la dernière place en ce qui concerne la proportion d'entreprises qui effectuent une évaluation des risques dans ce domaine. La Dre Sophie-Maria Praz-Christinaz, co-présidente du Groupement des médecins du travail vaudois, déplore : « Aujourd'hui, lorsqu'une PME a besoin d'un médecin du travail, elle a de la difficulté à en trouver. Sans oublier que dans les petites structures, les dirigeants ont souvent le nez dans le guidon et ne pensent à faire appel à des spécialistes que lorsque les arrêts maladies se suivent. »

La Suisse compte 130 médecins du travail, ce qui est insuffisant pour assurer de bonnes conditions aux salariés. Elle peine d'ailleurs à former la relève. Un seul poste de professeur, renouvelable d'année en année, est actuellement pourvu à Zurich. Celui de Lausanne est vacant. « Très peu d'heures de cours sont données sur la santé au travail dans la formation de base, précise la Dre Praz-Christinaz. Et ce n'est une spécialité médicale que depuis l'an 2000. » Les futurs médecins ne semblent pas très attirés par cette branche. Laurence Wasem, également co-président du Groupement des médecins du travail vaudois, précise : « C'est pourtant un domaine très riche, avec une interface avec le droit. La période Covid nous a donné une meilleure visibilité, cela créera peut-être des vocations. »