

Nouvelles contraintes organisationnelles du travail (109a)

Professeur Régis DE GAUDEMARIS
Novembre 2003

Pré-Requis :

Aucun.

Résumé :

Contraintes psychologiques au travail et travail posté représentent des nuisances en pleine expansion dont les conséquences cardio-vasculaires et mentales sont parfaitement démontrées par de nombreuses études épidémiologiques. Cette leçon précise les données modernes.

Mots-clés :

Contraintes organisationnelles du travail, contraintes psychologiques au travail, travail posté.

Références :

- Guide pratique de la Médecine du Travail-fiche pratique des risques professionnels-risques psychologiques liés aux organisations du travail chap 6-3 édition WEKA 2003.

1. Contraintes psychologiques au travail

1.1. Définitions

Les nouvelles organisations du travail (flux tendu, restructurations, informatique...) et l'évolution de la société (violence, moindre tolérance) génèrent de nouvelles contraintes de travail responsables de pathologies mentales (anxiété, dépression) et cardio-vasculaires (maladies cardio-vasculaires, hypertension artérielle).

Ces contraintes psychologiques se quantifient par plusieurs approches :

- **Modèle : forte demande et faible latitude de décision** : cette situation se retrouve chez près de 20% des salariés dans de très nombreuses situations. Les exigences de productivité et la mise en place des 34 heures conduisent à faire une quantité de travail importante dans des délais courts sans aucune possibilité d'adaptation individuelle du travail.
- **Modèle : effort – non récompense** : sont concernés les salariés qui estiment se donner beaucoup à leur entreprise et ne pas recevoir en retour la récompense attendue (salaire, estime, promotion..) Les processus de délocalisation, rachat d'entreprise et restructuration s'inscrivent dans ce cadre.

Certaines situations comme le harcèlement au travail, et la violence verbale ou physique, dans les métiers exposés au public (soins, centres d'appel, guichets..), sont aussi considérées comme des contraintes psychologiques importantes

1.2. Effet sur la santé des contraintes psychologiques au travail

La réponse physiologique à l'état de contrainte psychologique est la stimulation du système adrénergique avec ses conséquences physiologiques et biologiques : élévation de la pression artérielle et de la fréquence cardiaque, hyper-aggrégabilité plaquettaire, insulino-résistance, hypertrophie myocardique, stimulation de la vigilance...

Si cette réponse physiologique (vécue sous le nom de stress) peut être bénéfique à court terme pour des réactions de défense, elle est néfaste de façon chronique, conduisant aux maladies cardio-vasculaires (hypertension, infarctus) et à des perturbations mentales (fatigue, anxiété, dépression, épuisement professionnel).

2. Travail posté

Le travail posté regroupe l'ensemble des modes d'organisation qui répondent à une production continue sur 24 h ou sur une très grande partie des 24 h avec des équipes successives, tranchant avec les rythmes biologiques individuels ; d'où la notion de désynchronisation et de resynchronisation partielle très fréquentes.

2.1. Organisation du travail posté

il se pratique en succession d'équipe en 2x8h de travail jusqu'à 5x8h avec des vitesses de rotation variable selon les entreprises : même poste de deux à trois jours consécutifs ou une semaine ou plus. La tendance actuelle vers des rotations courtes : deux jours, deux nuits, trois jours du matin trois ou quatre jours de repos ; deux jours de l'après-midi, trois jours du matin, trois jours de repos...

Actuellement, le travail posté concerne 25 % des ouvriers, chiffre variant selon les types d'industrie. Les contraintes économiques de productivité et la suppression de l'interdiction du travail posté pour les femmes dans de nombreuses professions (harmonisation européenne) conduit à une implantation rapide de ce mode de travail.

2.2. Effets délétères du travail posté

Le travail posté a pour conséquence de maintenir en activité professionnelle un organisme en dehors du respect des rythmes biologiques naturels ; il conduit à travailler dans des conditions physiologiques non optimales et contraint l'organisme à procéder continuellement à des resynchronisations biologiques.

Les effets sur la santé sont actuellement connus :

- augmentation du risque de maladies cardio-vasculaires (maladie coronarienne) par plusieurs mécanismes concomitants : diminution de la période de baisse circadienne de pression artérielle et de fréquence cardiaque, élévation des facteurs de risques cardio-vasculaire par modification de l'alimentation (cholestérol) et conduites addictives (tabagisme par exemple).

- fatigue chronique et troubles digestifs liée au fait de ne pas travailler en concordance avec ses propres rythmes biologiques
- désocialisation importante.
- troubles du sommeil rendant très difficile la poursuite de ce rythme de travail après 50 ans.