

QU'EST-CE QUI FAIT LA « PÉNIBILITÉ » D'UNE « POSTURE CONTRAIGNANTE » ?

Une exploration à partir des données 2009-2010 du dispositif Evrest

La pénibilité est entrée dans le débat social en tant qu'élément justifiant une éventuelle différenciation des conditions de départ en retraite. Les incapacités faisant suite à l'exposition à certaines contraintes seraient l'un des critères pris en compte pour justifier des départs plus précoces, mais aussi pour fonder une démarche de prévention.

La définition juridique retenue dans ce cadre ne recouvre pas ce qui fait qu'une situation de travail, ou certaines de ses caractéristiques, soient ressenties comme pénibles par ceux qui les vivent.

L'exemple des contraintes posturales montre que la pénibilité vécue renvoie à plusieurs dimensions qui pourraient aussi trouver leur place pour concevoir des situations de travail plus « soutenables ».

1 - Proportion des salariés mentionnant des postures contraignantes dans différentes catégories socioprofessionnelles

Source : Evrest. Échantillon national, 2009-2010

La loi de novembre 2010 sur la réforme des retraites a introduit des dispositions concernant la « pénibilité au travail », caractérisée par une « exposition à un ou plusieurs facteurs de risque professionnels susceptibles de laisser des traces durables, identifiables et irréversibles sur la santé ». Un décret de mars 2011 a énuméré les facteurs de risque susceptibles d'entrer dans cette définition : contraintes physiques marquées (manutentions, postures pénibles, vibrations) ; environnement agressif (agents chimiques dangereux, activités en milieu hyperbare, températures extrêmes, bruit) ; contraintes liées aux rythmes de travail (travail de nuit, équipes alternantes, travail répétitif). Les textes imposent également aux entreprises d'au moins 50 salariés de négocier un accord sur la prévention de la pénibilité ou de prévoir un plan d'action, lorsqu'au moins la moitié de leurs salariés sont soumis à

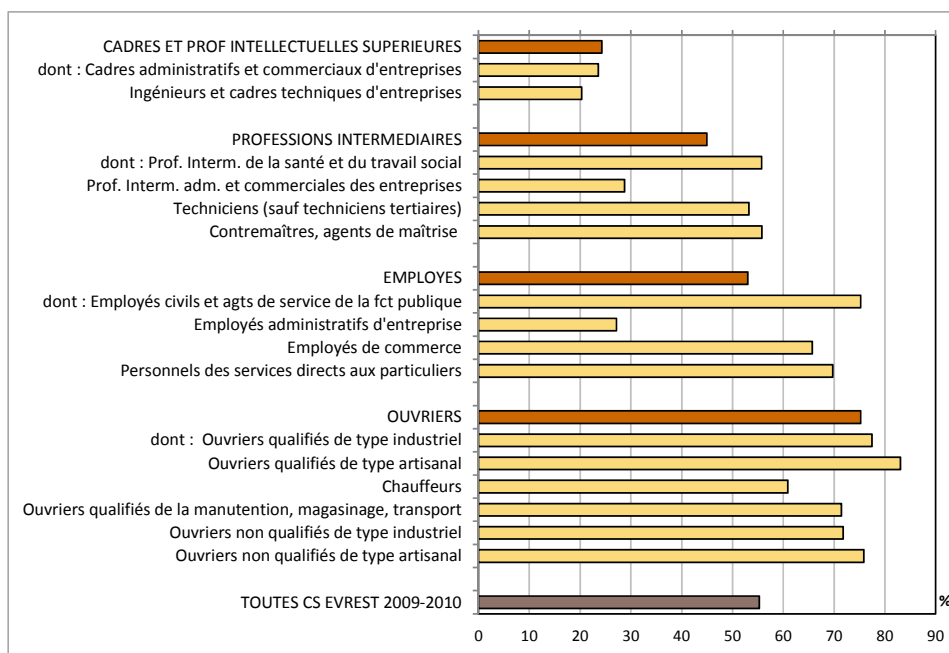
ces facteurs de pénibilité.

Cette « pénibilité » renvoie donc à des expositions définies de façon limitative, indépendamment les unes des autres et sans prise en compte les facteurs qui pourraient en renforcer - voire en atténuer - les effets.

Interroger la pénibilité à partir de sa perception par ceux qui la vivent fait émerger d'autres critères d'appréciation. Le mode d'interrogation retenu dans Evrest permet d'en approcher certains, comme nous le verrons sur l'exemple des contraintes posturales.

Plus de la moitié des salariés font état de postures contraignantes

Les salariés répondant à Evrest indiquent s'ils estiment que leur poste de travail comporte des « postures contraignantes »



et leur fréquence (jamais/parfois/souvent). S'ils sont concernés, ils présentent ensuite s'ils trouvent que c'est « difficile ou pénible » (oui/non).

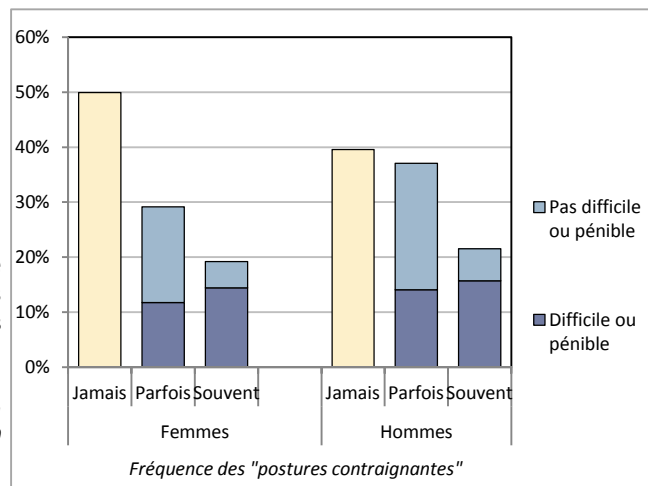
Dans l'échantillon national Evrest, la moitié des femmes et 60% des hommes interrogés disent qu'ils ont des postures contraignantes au travail. Cette fréquence varie bien sûr en fonction du métier ou du secteur, mais les fréquences les plus importantes se retrouvent dans des situations très diverses (graphique 1). Ainsi, plus des trois quarts des ouvriers, et notamment des ouvriers qualifiés, signalent des postures contraignantes ; mais c'est aussi le cas des employés civils et agents de service de la fonction publique, catégorie qui inclut les personnels de service de l'enseignement et de la santé et les aides-soignants. Cette proportion dépasse les 70% dans le secteur de la construction comme dans celui des activités pour la santé humaine, et se situe entre 65 et 70% dans les industries agro-alimentaires ou celles de la fabrication de produits en caoutchouc ou en plastique, mais aussi dans le commerce et la réparation automobiles ou encore dans l'hébergement médico-social et social.

Les postures contraignantes ne sont pas toujours « pénibles »

Cependant, parmi ceux qui ont mentionné ces contraintes posturales, ils ne sont qu'un peu plus de la moitié à les juger difficiles ou pénibles. Qu'est ce qui contribue à ce qu'une posture contraignante soit - ou non - jugée difficile ou pénible ?

2 - Fréquence et pénibilité des postures contraignantes

Source : Evrest. Échantillon national, 2009-2010



Nous proposons ici d'apporter des éléments de réponse à cette interrogation, tout d'abord en examinant la plus ou moins grande fréquence de ce jugement en fonction de différents critères ; puis en donnant une estimation de l'impact de chacun d'eux, « toutes choses égales par ailleurs ».

La pénibilité des contraintes posturales est bien sûr liée au temps passé dans ces postures. Lorsque cela survient *souvent* au cours de l'activité de travail (ce qui est le cas pour environ 20% des salariés, avec des proportions voisines entre hommes et femmes), alors près des 3/4 des salariés concernés les jugent difficiles ou pénibles ; contre un peu moins d'1/3 quand ce n'est que *parfois* (graphique 2).

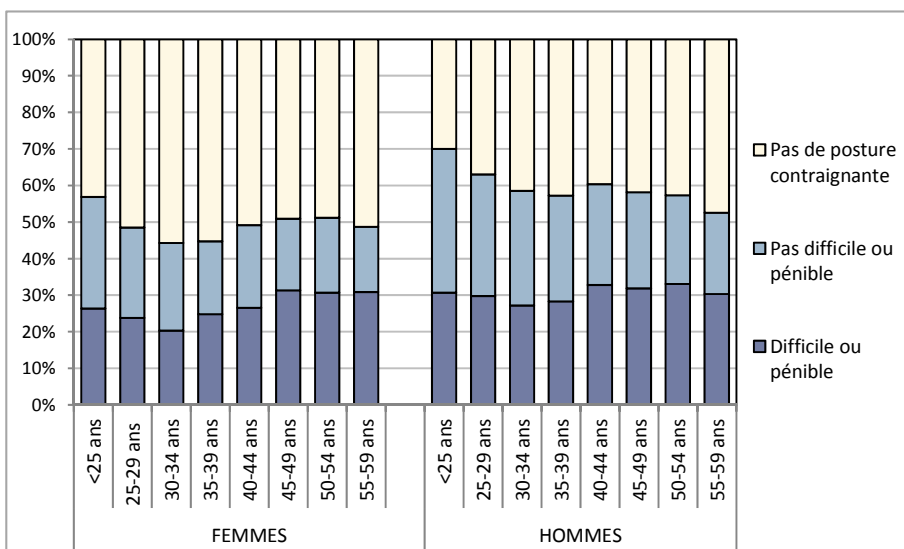
Avec l'âge, les contraintes posturales sont plus souvent « pénibles »

La pénibilité ressentie dépend aussi des

caractéristiques des personnes. Le « même » poste de travail, occupé par deux personnes différentes, va représenter deux situations de travail différentes : en fonction de leur morphologie, elles n'adapteront pas les mêmes postures, leur expérience leur permettra - ou pas - de développer des stratégies de travail limitant la pénibilité, etc. L'avancée en âge est une des dimensions de cette variabilité.

Certes les plus jeunes, hommes ou femmes, sont ceux pour qui la fréquence des postures contraignantes est la plus élevée. Après 40 ans, cette fréquence diminue peu à peu pour les hommes, alors qu'elle se maintient à des niveaux stabilisés jusqu'en fin de vie active pour les femmes.

Mais avec l'âge, les contraintes posturales deviennent, pour ceux qui y sont soumis, plus souvent difficiles ou pénibles à vivre. Avant 35 ans, moins de la moitié de ceux qui ont des postures contraignantes les trouvent difficiles ou pénibles. Après 45 ans, c'est le cas de plus de 60% des femmes concernées et de plus de 55% pour les hommes (graphique 3).



3 - Pénibilité des postures contraignantes en fonction de l'âge

Source : Evrest. Échantillon national, 2009-2010

Des cumuls qui accentuent la « pénibilité » des postures

Les contraintes posturales sont rarement les seules composantes d'une situation de travail.

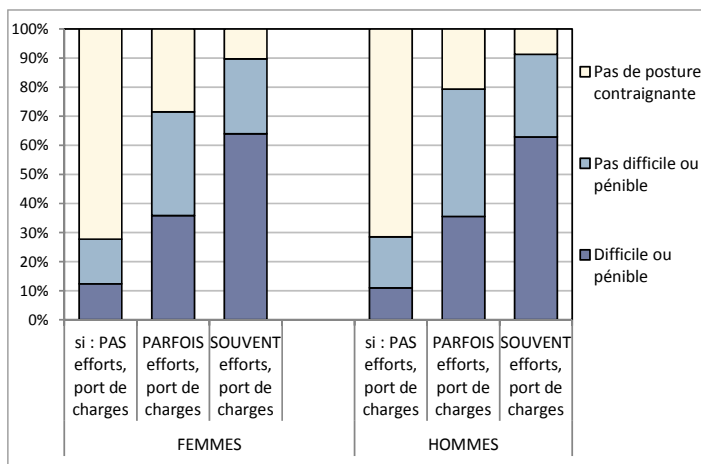
Ainsi, le cumul de contraintes posturales avec des efforts ou du port de charges est fréquent : les 2/3 des femmes et 80% des hommes qui mentionnent des postures contraignantes disent aussi faire des efforts ou porter des charges lourdes. Ce cumul s'accompagne d'une pénibilité accrue des contraintes posturales, passant de 11 ou 12% en l'absence d'efforts ou port de charges, à plus du tiers quand ces contraintes sont *parfois* présentes, et plus de 60% quand c'est *souvent* le cas (*graphique 4*).

Les difficultés rencontrées avec la pression temporelle semblent aussi en relation étroite d'une part avec les contraintes posturales, d'autre part avec leur pénibilité. La proportion des salariés qui mentionnent des postures contraignantes augmente de 12 à 13 points entre les salariés qui cotent la pression à moins de 5 et ceux qui la cotent entre 7 et 10. Et plus la pression temporelle ressentie est forte, plus ces contraintes posturales sont aussi vécues comme difficiles ou pénibles (*graphique 5*).

Ces liens entre contrainte posturale et pression temporelle peuvent être lus dans plusieurs registres explicatifs, complémentaires plutôt qu'alternatifs. On peut se situer dans le registre de la solli-

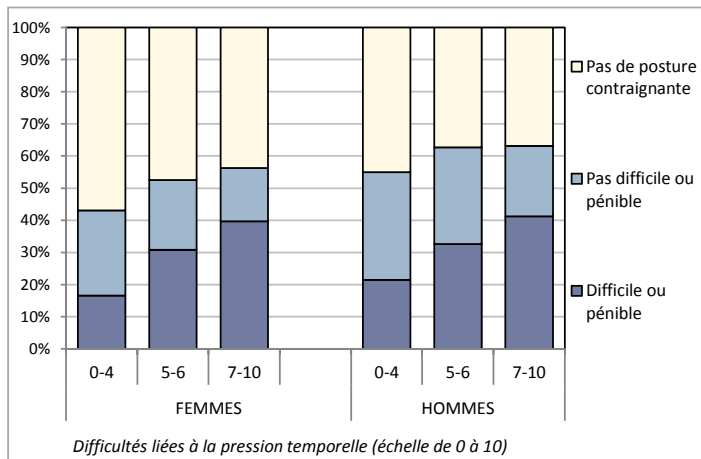
4 - Pénibilité des postures contraignantes en fonction de la fréquence des efforts ou port de charges lourdes.

Source : Evrest. Échantillon national, 2009-2010



5 - Pénibilité des postures contraignantes en fonction de la fréquence de la pression temporelle (échelle de 0 à 10).

Source : Evrest. Échantillon national, 2009-2010

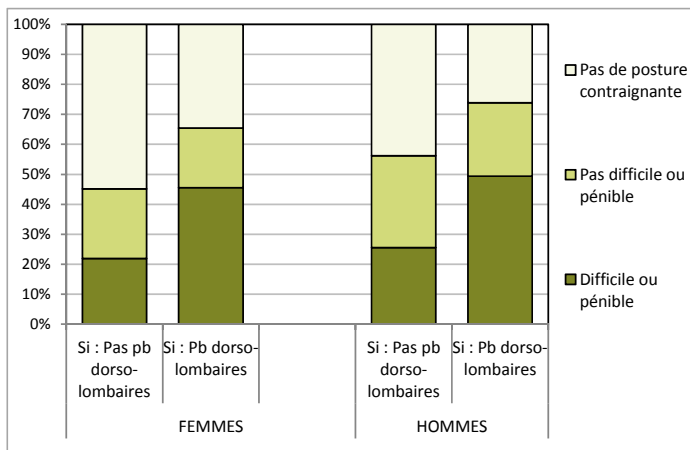


citation directe qu'une pression temporelle importante impose à l'organisme. On peut aussi s'interroger sur les marges de manœuvre, les possibilités de développer des stratégies de travail qui préservent la santé, telles que le fait de pouvoir changer de posture, "souffler" un instant, s'assurer des coopérations utiles au bon moment, etc. Toutes stratégies

que la pression temporelle risque de remettre en cause. On peut également évoquer le fait qu'une mobilisation de l'attention sous contrainte de temps peut déclencher une rigidification de la posture, d'où des risques accrus de douleurs articulaires.

6 - Pénibilité des postures contraignantes en fonction des problèmes dorso-lombaires.

Source : Evrest. Échantillon national, 2009-2010



Plus difficile quand on a mal au dos

Comme on vient de l'évoquer, les contraintes posturales peuvent contribuer au déclenchement, ou à l'aggravation de douleurs articulaires. En sens inverse, on peut aussi considérer que les douleurs articulaires, qu'elles soient ou non d'origine professionnelle, sont très fréquentes dans la population. On s'interroge alors sur la plus ou moins bonne compatibilité entre les exigences du travail et l'état de santé, notamment dans un contexte de vieillissement de la population.

Le *graphique 6* permet à la fois de souligner que les contraintes posturales et les douleurs dorso-lombaires vont souvent de pair, mais aussi que quand il y a douleurs lombaires, alors les contraintes posturales deviennent très difficiles ou pénibles.

La « pénibilité », une notion aux composantes multiples

Quand on prend en compte simultanément les facteurs évoqués précédemment *toutes choses égales par ailleurs* (y compris la catégorie socioprofessionnelle), on se rend compte que la « pénibilité » renvoie certes à des caractéristiques de l'individu (notamment son âge et son état de santé), à son métier, mais aussi à d'autres caractéristiques de la situation de travail, qui peuvent venir aggraver (ou au contraire alléger) les difficultés liées aux contraintes posturales. Cette pénibilité vécue dépend aussi de dimensions plus subjectives, comme en témoigne la relation entre la pénibilité

des postures contraignantes et le sentiment que son travail n'est pas reconnu par son entourage professionnel. (tableau 7).

Cette facette de la pénibilité n'est peut-être pas celle qui est susceptible de justifier un départ anticipé en retraite, mais elle contribue sans doute au souhait de quitter la vie professionnelle le plus tôt possible.

Réduire la pénibilité, ce n'est pas seulement proposer des aides techniques, c'est aussi tenter d'accroître les marges

de manœuvre pour des salariés d'âges et d'expériences diversifiés, et peut-être aussi mettre en acte une « reconnaissance » fondée sur une attention plus grande portée aux objectifs, aux actions de chacun, et sur une implication plus forte des premiers intéressés dans les choix qui concernent leur activité de travail.

Anne-Françoise Molinié, Ariane Leroyer

7 - Facteurs contribuant à la « pénibilité » des postures contraignantes (odds ratios, relativement à la catégorie « Pas de postures contraignantes »)

CARACTERISTIQUES INDIVIDUELLES ET CARACTERISTIQUES DU TRAVAIL	FEMMES		HOMMES	
	Postures contraignantes		Postures contraignantes	
	<i>Pas difficiles ou pénibles</i>	<i>Difficiles ou pénibles</i>	<i>Pas difficiles ou pénibles</i>	<i>Difficiles ou pénibles</i>
AGE				
<25 ans	1,33	1,41	1,23	1,15
25-29 ans	1,02	1,20	1,12	1,18
30-34 ans (ref)	1	1	1	1
35-39 ans	0,80	1,18	0,86	1,00
40-44 ans	0,94	1,27	0,96	1,34
45-49 ans	0,83	1,52	0,83	1,17
50-54 ans	0,91	1,47	0,81	1,26
55-59 ans	0,78	1,44	0,78	1,27
CATEGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE				
Cadres et Prof interm (ref)	1	1	1	1
Employés	1,53	2,04	1,14	1,32
Ouvriers	2,54	3,07	2,16	3,26
AUTRES CARACTERISTIQUES DU TRAVAIL				
Pression temporelle 0 à 4	1,04	0,51	0,89	0,57
Pression temporelle 5-6 (ref)	1	1	1	1
Pression temporelle 7 à 10	0,93	1,39	0,97	1,58
Efforts parfois vs <i>Jamais</i>	5,38	6,40	7,09	9,49
Efforts souvent vs <i>Jamais</i>	10,60	26,87	9,32	29,26
Travail pas reconnu vs <i>reconnu</i>	0,93	1,43	0,99	1,66
Pas le choix de la façon de procéder vs <i>Choix</i>	1,08	1,27	1,07	1,25
SANTE				
Douleurs dorso-lombaires vs <i>Pas</i>	1,18	2,35	1,35	2,71

Figurent en gras les odds ratios significativement différents de 1 au seuil de 5%.

Lecture : Relativement aux 30-34 ans, être âgée de 45 à 49 ans, pour une femme, multiplie par 1,52 la probabilité de trouver « difficile ou pénible » une posture contraignante, relativement à celles qui n'ont pas de posture contraignante; par contre cela ne joue pas de façon significative sur le fait d'avoir une posture contraignante qui n'est pas « difficile ou pénible ».

Quand une situation comporte plusieurs facteurs, les OR de ces facteurs se multiplient.

Des résultats issus du dispositif Evrest

Evrest (*Evolution et Relations en Santé au Travail*) est un observatoire pluriannuel par questionnaire, construit en collaboration par des médecins du travail et des chercheurs, pour pouvoir analyser et suivre différents aspects du travail et de la santé de salariés.

Ce dispositif vise d'une part à constituer une base nationale à partir d'un échantillon de salariés vus par les médecins du travail volontaires pour participer à Evrest, d'autre part à permettre à chaque médecin participant de produire et d'exploiter ses propres données pour nourrir les réflexions sur le travail et la santé au niveau d'une collectivité de travail. Le recueil des données s'appuie sur un questionnaire très court, qui tient sur un recto-verso, rempli lors des consultations.

Le dispositif a reçu un accord de la Commission Nationale Informatique et Libertés. Il a donné lieu à la constitution d'un Groupe d'intérêt scientifique depuis janvier 2009.

Un médecin qui participe à Evrest s'engage à interroger au moins tous les salariés nés en octobre des années paires vus en visite systématique. Ce sont ces données qui constituent la base nationale.

Les résultats présentés ici sont issus d'une exploitation de la base nationale pour les années 2009-2010, comportant 23 870 salariés vus au moins une fois au cours des deux années.