

Emploi

Les douleurs dorsales, premier problème de santé au travail en Suisse

Absences maladie Plus de 100'000 employés manquent à l'appel chaque jour en Suisse pour raison de santé. Les pertes de production s'élèvent à 70 milliards de francs par an, ce qui représente 9% du PIB.

Fabienne Riklin

100'000 par jour. C'est le nombre d'employés qui s'absentent de leur poste pour cause de maladie ou d'accident. L'équivalent d'une ville entière fait ainsi quotidiennement défaut à l'économie suisse. Si ces arrêts constituent une étape indispensable au rétablissement des personnes concernées, ils représentent néanmoins un coût de plusieurs milliards pour la société.

En effet, les pertes de production en Suisse atteignent plus de 70 milliards de francs par an, soit 9% du produit intérieur brut (PIB). C'est ce qu'ont établi pour la première fois des chercheurs dirigés par Michael Stucki et Simon Wieser de la Haute École des sciences appliquées de Zurich (ZHAW).

Les coûts médicaux directs sont recensés chaque année et atteignent désormais près de 100 milliards de francs. En revanche, les coûts indirects liés aux maladies en dehors du système de santé restent largement méconnus. «Pourtant, ils sont tout aussi importants», note Michael Stucki.

Ces coûts indirects signifient moins de revenus pour la population, des pertes d'exploitation pour les entreprises, des paiements plus élevés de rentes d'invalidité et d'indemnités journalières pour les assurances sociales, ainsi que des recettes fiscales moindres pour les pouvoirs publics. «Il est donc dans l'intérêt de la société de réduire ces pertes», estime Michael Stucki.

Les pertes de production peuvent découler d'une absence temporaire, d'une baisse de performance, d'une réduction du taux d'occupation, d'une invalidité ou d'un décès. En 2012, ces pertes liées s'élevaient à 60 milliards de francs, soit 10 milliards de moins qu'aujourd'hui.

Absentéisme en hausse

Cette évolution s'explique par l'augmentation des absences des employés par rapport aux années précédentes. En 2024, les travailleurs ont été absents



Les maux de dos, les rhumatismes et les maladies psychiques sont à l'origine de la plupart des absences maladie. Getty Images

en moyenne 7,5 jours, contre 5,5 jours en 2010.

Cette augmentation représente une «charge supplémentaire pour les employeurs», explique Stefan Heini de l'Union patronale suisse. Selon lui, les entreprises ont donc tout intérêt à maintenir leur personnel en bonne santé et satisfait. C'est pourquoi une majorité d'entre elles investissent dans la gestion de la santé en entreprise.

Les absences temporaires sont le plus souvent dues à des maladies non transmissibles. Dans plus de 60% des cas, ces pathologies contraignent les travailleurs à s'arrêter pour se soigner. Les accidents et autres affections, comme la grippe ou les refroidissements, ne représentent chacun que 20%.

Les maux de dos coûtent 2,5 milliards par an

Michael Stucki et son équipe de la ZHAW ont donc étudié

plus précisément les maladies non transmissibles. Les résultats, que nous avons pu consulter, montrent que sept affections sont à l'origine de la majeure partie des pertes de production. En tête figurent les troubles musculosquelettiques, comme les maux de dos ou les rhumatismes, ainsi que les maladies psychiques telles que la dépression.

Les douleurs dorsales constituent le premier problème de santé en Suisse. Elles représentent 15% des pertes de production liées à l'absentéisme. Et elles génèrent chaque année des coûts de plus de 2,5 milliards de francs. Les femmes commencent à s'absenter plus tôt, dès 25 ans, en raison de maux de dos. Les hommes, eux, développent ces problèmes un peu plus tard, à partir de 35 ans.

«Les périodes chargées de la vie peuvent nuire à la santé physique et mentale», confirme

Liliana Paolazzi, responsable des offres psychosociales et juridiques chez Pro Mente Sana. Ainsi, chez les femmes de 25 à 34 ans, plusieurs défis se cumulent fréquemment: l'entrée dans la vie active, les premières responsabilités professionnelles ou encore la planification familiale. Selon Liliana Paolazzi, le manque de sommeil et de temps de récupération constitue également un facteur de risque. Ce phénomène touche aussi les hommes, mais se manifeste généralement plus tard.

Que les maladies psychiques, au même titre que les douleurs dorsales, génèrent de nombreux jours d'absence ne surprend pas Liliana Paolazzi: «Le stress psychique se manifeste souvent d'abord par des symptômes physiques.» Ces deux types d'affections se renforceraient d'ailleurs mutuellement. La dépression augmente ainsi le risque de mal de dos à cause d'une tension

musculaire accrue, d'une perception modifiée de la douleur, du manque de mouvement et des changements dans les hormones de stress.

Le mal de dos peut aussi perturber le sommeil, limiter l'activité et pousser à l'isolement, créant un cercle vicieux difficile à supporter psychologiquement. Le «Grand rapport sur le dos» de la Ligue suisse contre le rhumatisme souligne par ailleurs l'importance du stress et des facteurs psychosociaux dans ces douleurs: un quart des personnes concernées identifient le stress, les soucis ou les problèmes comme une cause de leurs maux.

«De plus, certaines conditions de travail favorisent précisément ces deux types de maladies», ajoute Liliana Paolazzi. Rester assis longtemps, prendre peu de pauses ou manquer de variété dans les mouvements peut provoquer des douleurs

dorsales. Quant à la dépression, elle est favorisée par la pression temporelle constante, l'accessibilité permanente et la charge émotionnelle.

En termes d'absentéisme, les différences entre hommes et femmes restent minimes. Sur l'ensemble de leur carrière professionnelle, hommes et femmes s'absentent à peu près aussi souvent, mais pas pour les mêmes motifs. Les hommes de plus de 45 ans manquent ainsi plus fréquemment le travail quelques jours en raison de problèmes cardio-vasculaires. Les femmes, elles, s'absentent plutôt à un âge plus jeune à cause de migraines.

Quatre entreprises sur dix fortement impactées

Pour Annette Stolz de la Ligue suisse contre le rhumatisme, une chose est certaine: «Dans le monde du travail d'aujourd'hui, le corps est mis à l'épreuve différemment qu'autrefois.» En effet, selon l'actuel Job Stress Index, près d'un collaborateur sur trois rapporte que sa charge de travail dépasse nettement ses propres ressources. La même proportion se sent épuisée sur le plan émotionnel.

Cette situation a des conséquences importantes: quatre entreprises sur dix sont fortement impactées par les absences de collaborateurs souffrant de troubles psychiques. Ces absences représentent souvent une lourde charge, comme le révèle une enquête de Sotomo, surtout quand elles surviennent de manière inattendue et que leur durée reste incertaine.

«Les données sont claires: mieux vaut prévenir que subir les coûts liés à la maladie, aux accidents et à la baisse de performance», affirme Annette Stolz. Investir dans les ressources des collaborateurs serait rentable. Mais elle rappelle aussi que les employés ont leur part de responsabilité. «Beaucoup ne bougent pas suffisamment au quotidien.»

Traduit de l'allemand
par Olivia Beuchat.