

Stress au travail : le corps et l'esprit des salariés affectés



Lors d'un congrès à Grenoble consacré aux TMS, chercheurs, ergonomes, psychologues du travail ou même historiens ont souligné le lien entre ces troubles physiques du travail et les risques psychosociaux (RPS stress, dépression, violences...) et appelé à ne pas les dissocier.

Pour une approche globale de la santé au travail

« Le découpage qui est en train de s'installer entre RPS et TMS est pour moi factice », a ainsi indiqué Yves Clot, psychologue du travail, évoquant « un Yalta entre le corps et l'esprit [...] extrêmement dangereux pour la santé au travail ». « Le corps et l'esprit sont affectés ensemble », a-t-il insisté.

Selon Philippe Douillet, membre de l'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail (Anact), les chercheurs prônent une approche globale de la santé au travail. Mais ils constatent « une approche séparée, différenciée ».

Une ergonome qui travaille dans une grande entreprise a indiqué que les TMS y sont « vraiment pris en compte, mais uniquement du point de vue mécanique ». « Lier le corps au mental, ce n'est pas une démarche évidente », a-t-elle fait valoir.

Reste que les TMS augmentent de 20 % chaque année et toucheraient 10 % de la population active dans tous les secteurs, engendrant des coûts considérables pour la société.

Selon les experts, qu'il s'agisse de TMS ou de RPS, l'action se fait plutôt en période de crise : augmentation des déclarations d'inaptitude pour les TMS, et problèmes de « relations dégradées, de crise, voire de suicides » pour les RPS.

Les salariés soumis à un stress chronique produisent moins de cortisol

C'est cette conséquence tragique qui a placé les risques psychosociaux sur le devant de la scène ces dernières années, entraînant « une pression médiatique et juridique », des initiatives politiques et des entreprises, et provoquant le développement de tout un marché de l'expertise.

Selon des responsables de l'Anact, « l'engouement pour les RPS a paru occulter toutes les autres préoccupations de santé au travail, en particulier les TMS ».

Mais, font valoir les chercheurs, si certains troubles musculo-squelettiques ont des causes qui paraissent biomécaniques (mauvaises postures, gestes répétés, etc.), « de nombreuses études confirment une forte relation entre la détresse psychologique et les TMS ».

Par un mécanisme complexe, le stress au travail peut ainsi jouer un rôle indépendant des contraintes physiques, en provoquant notamment une sollicitation des muscles et tendons.

Philippe Davezies, chercheur en psychodynamique, a fourni des explications biologiques, indiquant que les salariés soumis à un stress chronique pouvaient « réfréner leurs émotions » et produire moins de cortisol, une hormone qui agit dans les mécanismes anti-inflammatoires.

Toutefois, l'approche globale prônée par les experts risque de se heurter à des difficultés dans l'entreprise, où les acteurs de santé au travail interviennent souvent sans grande concertation. Plusieurs médecins du travail participant au congrès ont pointé « un gouffre » entre acteurs de terrain et chercheurs.