

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL : ET SI C'ÉTAIT L'AFFAIRE DE TOUS ?

Résultats de la dernière étude Fellowes

Fellowes, spécialiste de l'environnement du poste de travail, dévoile ce jour les résultats de son étude sur l'ergonomie. Menée en janvier 2016, cette étude a été réalisée auprès de plus de 500 employés de différents secteurs travaillant sur un ordinateur, un portable ou une tablette. Celle-ci met en lumière les comportements des français au bureau et leurs conséquences sur leur santé, leur performance et même leur vie privée.

Quelques chiffres clés à retenir :

- En moyenne, un employé passe 8 heures par jour devant un ordinateur*
- Plus de 8 français sur 10 déclarent avoir souffert de maux associés à un poste de travail inadapté*

L'employé français : un être d'habitudes

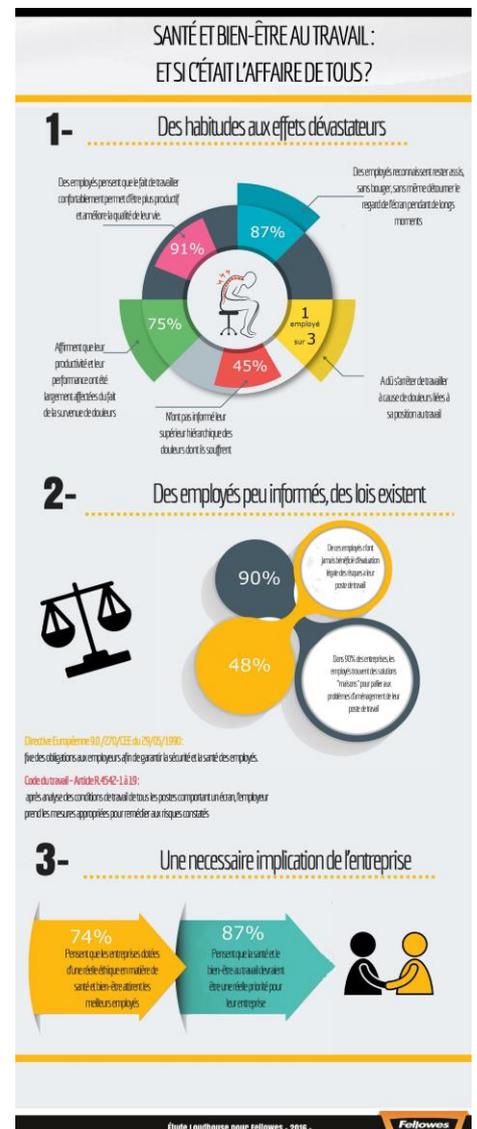
75 % des personnes interrogées considèrent que leur posture est déterminée par certains automatismes et habitudes.

Or, ces habitudes s'avèrent souvent néfastes et peuvent devenir des facteurs d'inconfort voire de douleurs.

En effet, plus de 8 personnes sur 10, considèrent qu'elles contribuent à l'apparition de douleurs telles que maux de dos, raideurs dans la nuque ou fatigue visuelle.

Assis à leur bureau :

- 87% des employés reconnaissent rester sans bouger pendant de longs moments
- 84% ne détournent même pas le regard de l'écran
- 84% des employés croisent les jambes
- 56% s'affalent sur leur bureau
- 87% viennent au travail en souffrant.



Pourtant, 91 % s'accordent à dire qu'être confortablement installés les aide à être plus productifs, plus performants et globalement améliore la qualité de leur vie.

Des habitudes aux effets dévastateurs

Ces mauvaises habitudes et le manque de confort d'un poste de travail mal adapté ont un impact tant sur la santé et le bien-être des employés que sur le bon fonctionnement des entreprises.

Les douleurs les plus souvent corrélées au travail sur un ordinateur sont :

- 64% maux de dos
- 42% maux de tête
- 40% raideurs dans la nuque
- 37 % tensions dans les épaules
- 36% problèmes oculaires
- 28% douleurs au poignet
- **Plus d'un employé sur 3 souffre quotidiennement : 12% en permanence et 24% de temps en temps**

Les conséquences sur la santé sont importantes et débordent même parfois sur la vie privée, puisque :

- 44% ont dû prendre des médicaments
- 38 % ont dû consulter un professionnel de santé (médecin, kiné...)
- 11% ont dû abandonner / ralentir des activités de loisirs (ex : sport, jardinage...)

Par ailleurs, 75% des personnes interrogées affirment que leur productivité et leur performance ont été largement ou modérément affectées du fait de la survenue de ce type de douleurs. Un employé sur trois a même dû s'arrêter de travailler, avec en moyenne un temps d'arrêt de 22 jours sur l'année.

Une nécessaire implication de l'entreprise

Bien que la santé et le bien-être soient des valeurs essentielles pour une grande majorité, un tiers des répondants ont le sentiment de n'avoir peu, voire aucun contrôle sur celles-ci au bureau. De ce fait, 87% des répondants pensent que la santé et le bien-être au travail devraient être de réelles priorités pour leur entreprise

Les attentes vis-à-vis de l'entreprise sont de ce fait très importantes.

74% pensent que les entreprises dotées d'une réelle éthique en matière de santé et de bien-être attirent les meilleurs employés.

Les facteurs les plus importants pour se sentir bien au travail sont :

- 95% l'environnement de travail
- 96 % l'espace de travail
- 93% le contrôle effectif du stress lié au travail
- 86% attendent des employeurs qu'ils privilégient la santé et le bien-être au travail

Une législation encore mal suivie

La législation impose aux employeurs un certain nombre d'obligations afin de garantir la sécurité et la santé de leurs salariés et de prendre les mesures nécessaires pour remédier aux risques constatés**

Or, seul 14% des personnes interrogées ont bénéficié d'une évaluation des risques au bureau au cours des 6 derniers mois. Et près de la moitié d'entre eux (48%) n'en ont jamais bénéficié.

Autre fait notable, 40% des employés connaissent ces obligations légales. Pourtant, 45% des personnes ayant des douleurs dues à un poste de travail inadapté n'en ont pas informé leur supérieur. Seulement 12% en ont fait part au département des RH ou leur référent Santé et Sécurité (12%).

Par conséquent, près de 25% d'entre eux essaient de trouver des solutions « maison » pour pallier aux problèmes d'ergonomie.

Malheureusement, ces solutions de fortune sont souvent inadaptées et néfastes sur le long terme.

- Le manque de produits ergonomiques sur le lieu de travail (39%), peu de connaissance des produits conçus spécialement (28%) et le coût de solutions ergonomiques considérées plus onéreuses sont les principales raisons du recours à des solutions improvisées.
- La chaise (30%), l'écran (35%), le sol / espace pour les pieds (34%) et le clavier (19%) sont les zones où les employés ont fait le plus d'ajustements grâce à des solutions « maison »

L'importance de la prévention : minimiser les risques

La prévention apparaît comme la meilleure solution pour pallier nombre de problèmes et 71% des répondants pensent que des absences au bureau pourraient être évitées en investissant dans des produits ergonomiques spécialement conçus.

Par ailleurs, 88% pensent que les approches de santé au travail doivent s'inscrire sur le long terme.

L'idée commence à faire son chemin puisque l'on commence à s'équiper et 60% des employés utilisent au moins un produit ergonomique.

Parmi les plus utilisés :

- 27% repose-pieds
- 18% repose-poignets
- 16% dossier spécial pour chaise
- 10% bureau réglable en hauteur

Et si le bien-être au travail était l'affaire de tous ?

Si pour 37% des personnes le bien-être au travail est une responsabilité exclusive de l'employeur, on note que le même nombre (37%) pensent que ce devrait être une responsabilité conjointe des employés et des employeurs. Pour plus d'un employé sur cinq (26%) ce serait même une responsabilité exclusive des employés.

80% pensent qu'il serait utile d'avoir des ambassadeurs du bien-être au travail qui ne seraient pas forcément leur hiérarchie, mais par exemple leur entourage.

Parmi les plus susceptibles de soulever d'éventuels problèmes quant à de mauvaises habitudes :

- 19% un collègue assis à côté d'eux
- 25% un autre collègue
- 30% des supérieurs hiérarchiques
- 18% au département des RH

Plus 6 personnes sur 10 seraient reconnaissantes à un collègue de penser à eux et de s'inquiéter de mauvaises positions.

En outre, 7 employés sur 10 prendraient des mesures à la suite d'un problème leur ayant été signalé et un nombre similaire recommanderait à un collègue de prendre des mesures similaires.

**Sources : "L'ergonomie de l'environnement de travail des français" Dynamic markets limited, sept. 2010 et sept 2011*

****Que dit la loi ? :**

Directive Européenne 9.0/270/CEE du 29/05/1990 fixe des obligations aux employeurs afin de garantir la sécurité et la santé des employés travaillant sur écran.

Code du travail-Article R.4542-1 à 19 : Après analyse des conditions de travail de tous les postes comportant un écran de visualisation, l'employeur prend les mesures appropriées pour remédier aux risques constatés. Décret n°91-451 du 14 mai 1991(JO n°113 du 16/05/91)

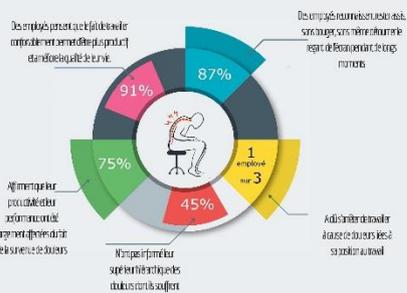
À propos de Fellowes

FELLOWES est une entreprise familiale d'origine américaine, née en 1917 à Itasca (Illinois). Elle est spécialiste de l'environnement du poste de travail, des machines professionnelles et des accessoires technologiques, au service des utilisateurs au bureau, à domicile ou en déplacement. Pionnier des accessoires de bureau, FELLOWES met son expertise au service de la sécurité et de la protection des données de ses clients depuis plus de 90 ans

Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site Fellowes.com

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL : ET SI C'ÉTAIT L'AFFAIRE DE TOUS ?

1- Des habitudes aux effets dévastateurs



2- Des employés peu informés, des lois existent



Questionnaire sur la santé et la sécurité au travail (SSST) 2014-2015

Des employés ne connaissent pas leurs droits en matière de santé et de sécurité au travail.

Code du travail - Article R.642-1 à 19

Après analyse des conditions de travail de vos postes, l'employeur peut les mesurer, proposer des mesures de prévention.

3- Une nécessaire implication de l'entreprise