



Les coûts du stress en Suisse

Etat de la question

Stress - phénomène de mode ou vrai problème ?

Cette étude a eu pour but d'évaluer l'étendue du stress dans la population active et d'en calculer les coûts.

A la demande du seco, Direction du travail, secteur Travail et santé¹, une enquête a été effectuée en 1998 et 1999 par une équipe de chercheurs genevois et neuchâtelois² auprès d'un échantillon représentatif de plus de 900 personnes dans l'ensemble de la population active des cantons alémaniques et romands. Il s'agissait de calculer dans un premier temps la proportion des personnes stressées et de définir l'ensemble des symptômes liés au stress.

L'ensemble des questions posées ont été conçues de manière à permettre des comparaisons avec d'autres études.

Dans un deuxième temps, des entretiens à domicile approfondis ont été menés auprès d'un échantillon de 150 volontaires qui ont fourni des informations précises quant à :

- **leurs stratégies de maîtrise du stress,**
- **leur état de santé,**
- **leur consommation médicale (prise de médicaments, recours au système des soins, les coûts étant documentés par des factures) et**
- **leurs absences au travail pour raisons de santé.**

Ces données ont permis l'évaluation des frais médicaux³, des frais d'automédication et des frais résultants des pertes de production liées aux absences. Les résultats ainsi obtenus ont été extrapolés à l'ensemble de la population active et ils ont permis l'estimation des coûts monétaires du stress.

¹ ancienne dénomination : division Médecine et hygiène du travail de l'OFDE (Office fédéral du développement économique et de l'emploi)

² Daniel Ramaciotti, Julien Perriard; Groupe de psychologie appliquée, Université de Neuchâtel ; ER-GORama, Genève.

³ frais médicaux: hôpitaux, médecins, médicaments, physiothérapeutes, laboratoires d'analyses

Que doit-on retenir de cette étude :

1. Bien qu'une importante majorité de la population active suisse se déclare stressée à des degrés divers (82,6%), 70% des personnes concernées estiment maîtriser leur stress et se sentent globalement en bonne santé.
2. Plus du quart (26,6%) des personnes interrogées se sentent stressées *souvent* ou *très souvent*. Une analyse plus approfondie (analyse statistique multivariée) permet de mettre en évidence un groupe particulièrement vulnérable (12,2%) de sujets stressés *souvent* ou *très souvent*. Outre le stress qu'elles ressentent, ces personnes présentent les caractéristiques suivantes :
 - elles ne sont pas en mesure de maîtriser leur stress,
 - elles estiment être en mauvaise santé.
 - Par conséquent, elles se voient forcées :
 - de consommer davantage de médicaments,
 - de recourir plus fréquemment que les autres aux soins médicaux, et
 - de réduire leurs activités personnelles et professionnelles.
3. Bien que la majorité des pressions ressenties soient liées au poste de travail, ce dernier joue un rôle de soutien social non négligeable dans la maîtrise du stress.
4. La comparaison de la présente étude avec deux enquêtes précédentes (OFIAMT⁴, Bousquet⁵) révèle à la fois un accroissement du nombre des personnes ressentant des symptômes de stress et des sujets se sentant en mauvaise santé. Bien que cette constatation puisse s'expliquer - en partie du moins – par une augmentation des exigences de la population en matière de santé, l'influence exercée par certaines conditions de travail défavorables (p. ex. intensification du travail, assimilation nécessaire et permanente de nouvelles connaissances, restructurations, etc.) ne peut être sous-estimée. En accord avec d'autres enquêtes européennes, l'étude révèle à la fois une mutation et une augmentation des troubles de santé liés au travail. Pour ne prendre qu'un exemple, le nombre de personnes qui souffrent aujourd'hui de troubles musculo-squelettiques, de nervosité ou d'irritabilité est beaucoup plus important qu'il y a 15 ans.
5. Ceux qui estiment souffrir du stress de manière importante sans pouvoir le maîtriser (12% des répondants) induisent les coûts par personne les plus élevés (4300 francs par personne, 23% de l'ensemble des coûts). Le groupe le plus important de la population active est constitué de sujets qui jugent leur maîtrise du stress suffisante et estiment de ce fait être en bonne santé (70% des répondants). Ce collectif occasionne néanmoins près des trois quarts de l'ensemble des coûts (2'340 francs par personne, 72% de l'ensemble des coûts). A l'opposé, les coûts occasionnés par le groupe des personnes se jugeant non stressées (18% des répondants) s'élèvent à 640 francs par personne ou à 5% de l'ensemble des coûts.

⁴ OFIAMT, Buchberger J. und Fahrni M. : *Conditions de travail et état de santé, jugement porté par la population active en Suisse*, 1984.

⁵ Bousquet, A. et collaborateurs : *Les risques du métier*. Université de Genève, Unité de Médecine du travail et d'ergonomie, 1991.

6. Les coûts monétaires du stress s'élèvent à 4,2 milliards de francs environ, soit à 1,2% du PIB. Ils comprennent 1,4 milliards de francs de frais médicaux, 348 millions de francs de frais d'automédication contre le stress et 2,4 milliards de francs liés aux absences et pertes de production.
7. Si l'on ajoute aux coûts imputables au stress ceux des accidents du travail et des maladies professionnelles, on obtient un montant de près de 8 milliards de francs ou 2,3% du PIB. Cette somme représente les coûts des atteintes à la santé liées au travail.

Définition du stress⁶

D'une façon générale, le terme de stress est utilisé lorsqu'un individu n'est pas en mesure de fournir une réponse adéquate ou efficace aux stimuli provenant de son environnement ou que cette réponse se solde par une usure prématurée de son organisme.

Le stress ne peut cependant être considéré comme une réaction de survie face à un quelconque agent agresseur. Il s'agit bien plus d'une relation très complexe et particulière entre une personne et son environnement. Les réponses face à une situation stressante procèdent de l'interaction entre les caractéristiques de la situation externe (les demandes, les contraintes, etc.), d'une part, et les caractéristiques propres à l'individu (cycle de vie, patrimoine génétique, constitution physique, etc.), d'autre part.

Dans le contexte du travail, l'individu est confronté à des expériences, à des choix, à des relations dont l'incidence sur son corps et son psychisme varient. Si le travail est souvent vecteur de santé, il peut être également source de souffrance. Le stress au travail révèle dans ce cas une discordance entre les besoins de l'individu et la réalité des conditions de son travail. Etudier le stress au travail équivaut à aborder sous un autre angle la question de la santé au travail.

⁶ L'étude comprend un chapitre très détaillé intitulé « Définitions et évolution du concept de stress »

Resultats

Points principaux de l'étude

1. Perception du stress, fréquence du stress dans la population active.....	5
2. Stress et contraintes	5
3. Stress et maîtrise du stress	7
4. Stress et satisfaction	7
5. Stress et soutien social	8
6. Stress et perception globale de la santé	9
7. Stress et symptômes.....	10
8. Stress et consultations médicales	11
9. Stress et absences au travail.....	11
10. Coûts monétaires du stress	12
11. Evaluation des coûts financiers totaux de l'impact du travail sur la santé.....	14

1. Perception du stress, fréquence du stress dans la population active

Plus du quart (26,6%) des travailleuses et travailleurs interrogés ont été stressés *souvent* ou *très souvent* pendant les 12 derniers mois, les femmes étant plus souvent stressées (32,7%) que les hommes (24,0%). Les personnes plus âgées (de 45 à 65 ans) sont moins stressées que les personnes plus jeunes.

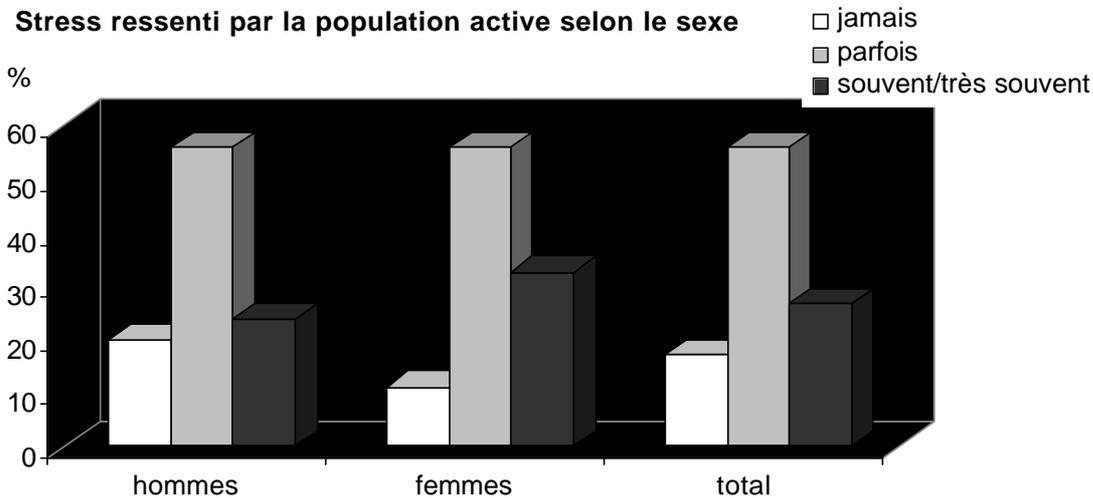


Fig. 1: Fréquence du stress ressenti dans la population active

2. Stress et contraintes

Pour 70,7% des personnes interrogées, les contraintes subies sont *importantes*, voire *très importantes*. Seul un individu sur quatre les considère comme *peu importantes* (25,5%), alors que pour moins de 4% des sujets, elles ne sont *pas du tout importantes*. Plus les contraintes augmentent, plus le stress ressenti s'accroît. Parmi ceux qui perçoivent les contraintes comme *très importantes*, il n'y a que 7,2% de « jamais stressés ». 58,1% des sujets qui ressentent des pressions les attribuent principalement à la vie au travail. Un peu plus du tiers des répondants (36,4%) attribuent ces pressions à la fois à leur vie professionnelle et à leur vie privée. Seuls 4,5% les attribuent principalement à leur vie hors travail. Répondre à la fois aux exigences du travail et de la vie hors travail pose problème à 37% des répondants, sans différence significative entre hommes et femmes.

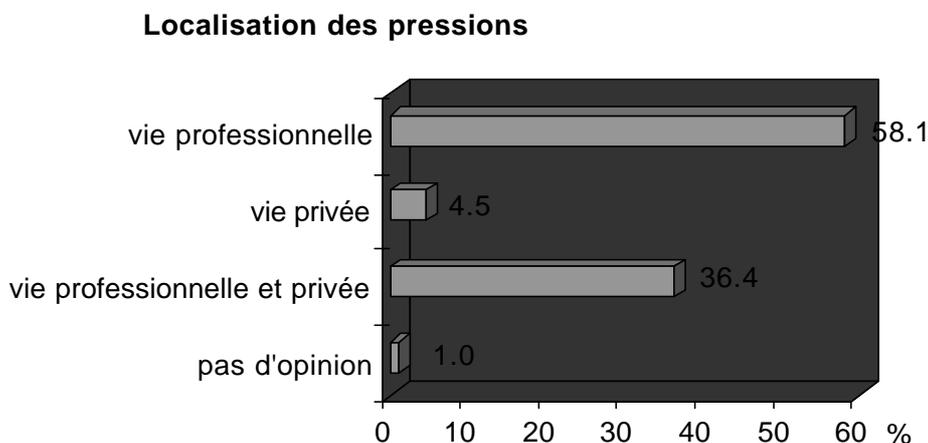


Fig. 2 : Localisation des pressions

40,0% des personnes interrogées considèrent que leur travail est *souvent* ou *très souvent* fiévreux, agité, bousculé. Il existe une corrélation entre le stress ressenti et le travail agité que l'on ne retrouve pas entre le stress et le travail astreignant physiquement.

Près d'un tiers des sujets interrogés perçoivent leur travail comme *souvent* ou *très souvent* dur psychologiquement. Les individus qui ressentent du stress *souvent* ou *très souvent* sont six fois plus nombreux parmi ceux qui considèrent leur travail comme dur psychologiquement que parmi ceux qui ne ressentent *jamais* leur travail comme dur psychologiquement.

La proportion des sujets se sentant stressés *souvent* ou *très souvent* est beaucoup plus élevée chez les personnes qui considèrent subir un harcèlement psychologique répété sur le lieu de travail (8%) que chez les autres. La même constatation s'applique aux sujets se trouvant en situation de conflit professionnel ou familial (16%), aux personnes craignant de perdre leur emploi (18,6%) et aux individus déclarant que leur revenu a baissé de manière importante dans l'année précédant l'entretien (11,6%).

Contraintes temporelles et psychologiques

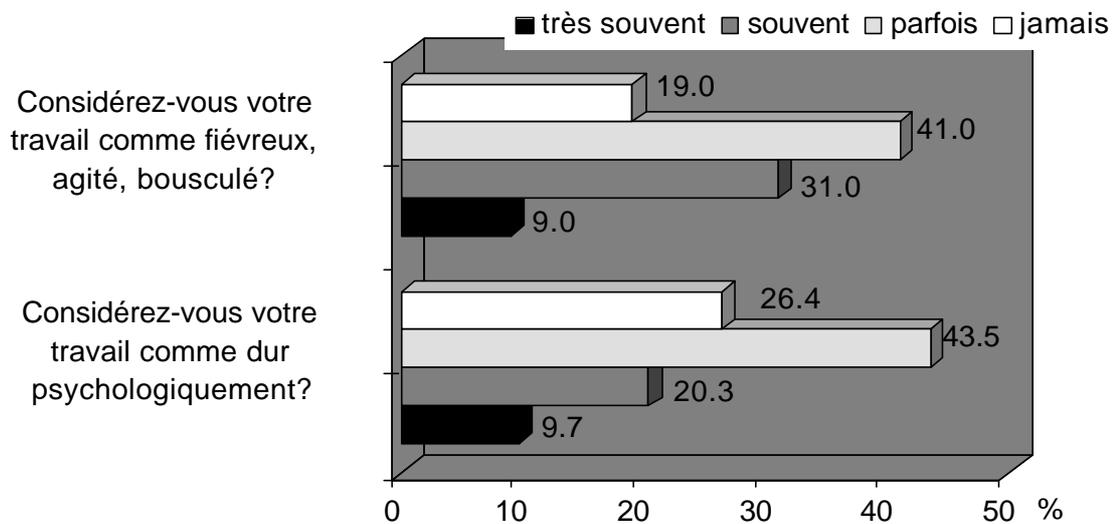


Fig. 3. Stress et contraintes temporelles et psychologiques

3. Stress et maîtrise du stress

Il a été demandé aux personnes ayant déclaré ressentir un certain stress (*parfois, souvent, très souvent*) si elles avaient le sentiment d'être en mesure de maîtriser ce stress.

Près d'une personne stressée sur trois estime maîtriser *tout à fait* son stress ; 62,2% croient le maîtriser *assez bien* et près de 7% *mal* ou *pas du tout*.

Les sujets qui ne maîtrisent que *mal* ou *pas du tout* leur stress sont majoritairement *souvent* ou *très souvent* stressés (72,5%). A l'opposé, seuls 19,9% des individus qui maîtrisent *tout à fait* leur stress se sentent stressés *souvent* ou *très souvent*.

Plus l'intensité des pressions est importante, plus le pourcentage de personnes maîtrisant mal ou ne maîtrisant pas du tout ces pressions est élevé.

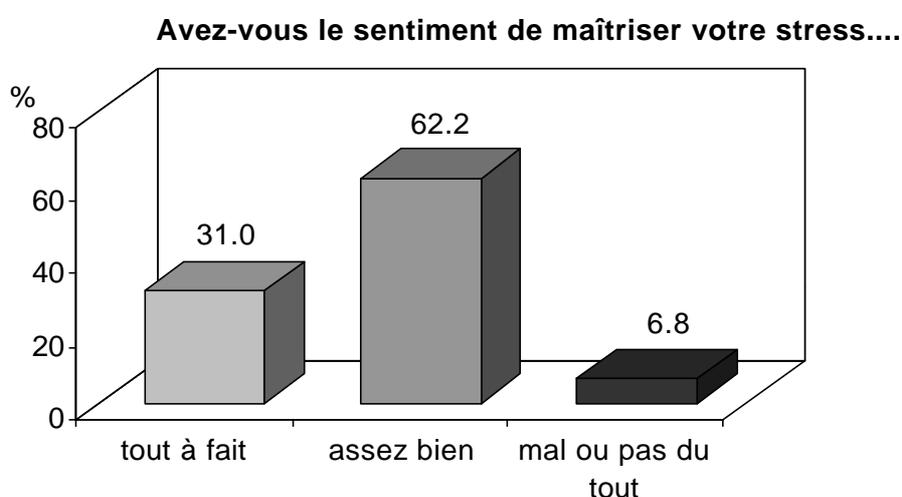


Fig. 4 : Stress et maîtrise du stress

4. Stress et satisfaction

92,5% des répondants sont *assez*, voire *totale*ment satisfaits de leur travail alors que 1,9% ne le sont *pas du tout*. Il existe des liens statistiquement significatifs entre le stress ressenti et la satisfaction au travail et hors travail. Le niveau d'insatisfaction est plus important pour la sphère professionnelle que pour la sphère privée.

5. Stress et soutien social

Plusieurs questions concernant le soutien social ont été posées aux sujets :

« Pouvez-vous compter sur le soutien des personnes suivantes, lorsque des difficultés surviennent dans votre travail ? ». Ont été ensuite énumérées les personnes suivantes :

- « votre supérieur direct »,
- « le collègue de travail le plus proche »,
- « d'autres collègues de travail »,
- « votre partenaire / conjoint »,
- « votre famille / proche parenté »,
- « vos amis / copains ».

L'analyse des réponses aux questions portant sur les relations entre le stress ressenti et le soutien social fait ressortir des relations statistiquement significatives. Par exemple, parmi les personnes qui ne sont *jamais* soutenues par leur supérieur, 37,5% sont stressées *souvent* ou *très souvent*. Chez les personnes *très souvent* soutenues par leur supérieur direct, cette proportion est moindre (21,4%). Dans le cadre de la maîtrise du stress, le soutien du milieu professionnel (supérieur hiérarchique, collègues de travail) semble être d'une plus grande efficacité que celui de la famille ou des amis.

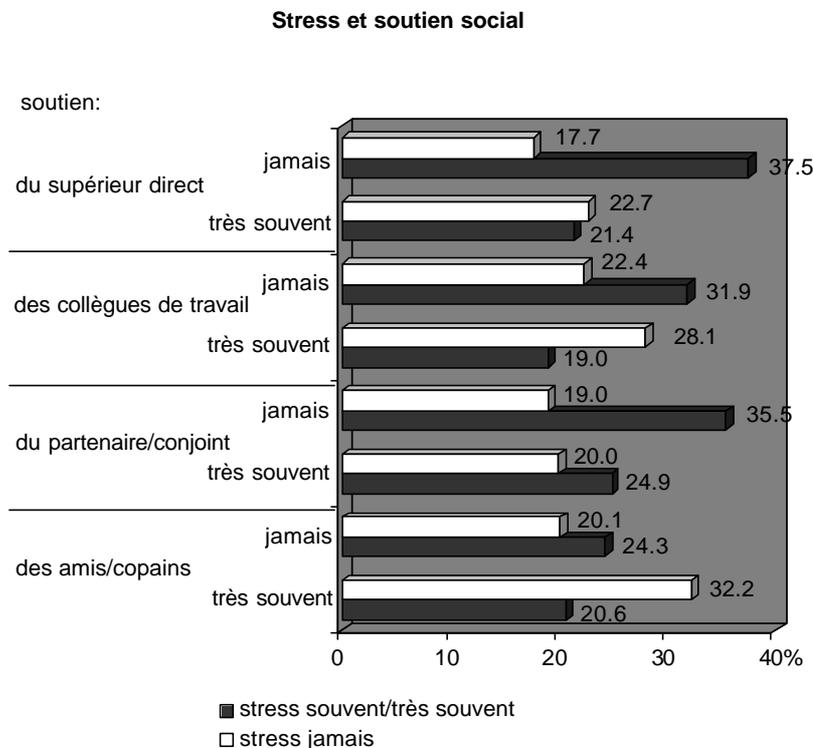


Fig. 5 : Stress et soutien social

6. Stress et perception globale de la santé

87% des répondants estiment avoir été en bonne santé au cours de l'année écoulée. Parmi ces sujets, près d'une personne sur quatre se sent stressée *souvent* ou *très souvent* (23,7%). Cette proportion double (46,6%) chez les sujets qui se sentent en mauvaise santé (13%).

39% des personnes stressées à divers degrés (*parfois*, *souvent* ou *très souvent*) estiment que le stress a un effet négatif sur leur santé. 29,2% des personnes *parfois* stressées considèrent que le stress influence négativement leur santé. Cette proportion est double (58,8%) dans le groupe des sujets qui ont répondu *souvent* ou *très souvent* à la question : « Est-ce que le stress a des effets négatifs sur votre santé ? ».

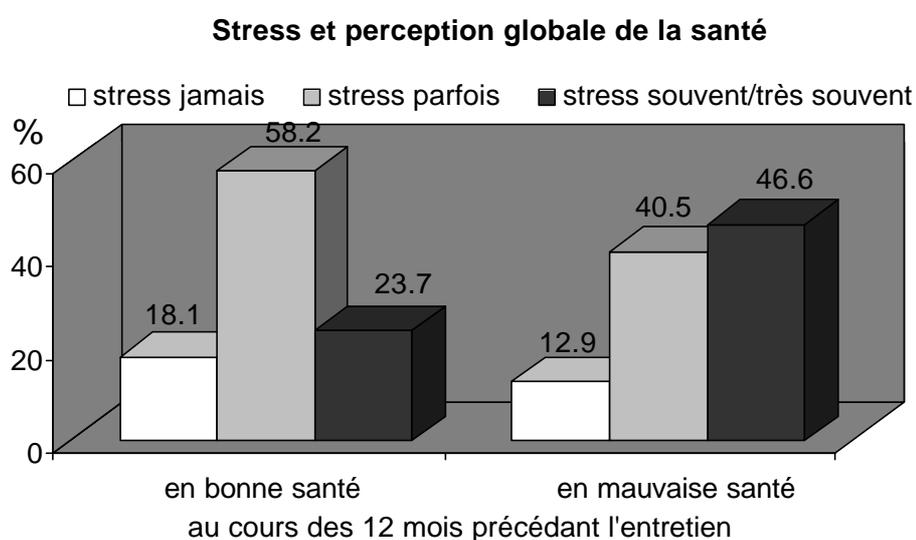


Fig. 6 : Stress et perception de la santé

7. Stress et symptômes

Les personnes qui présentent des symptômes de stress *souvent* voire *très souvent* ne constituent qu'une proportion restreinte de la population des 900 personnes interrogées. Un certain nombre de symptômes sont évoqués par environ 20% des répondants. Il s'agit avant tout de douleurs dans le dos, de nervosité (irritabilité, tension), de douleurs de la nuque ou des épaules et de la tendance à avoir les mains et les pieds froids.

D'une manière générale, plus les individus se sentent stressés, plus les symptômes se manifestent.

La comparaison des résultats de cette étude avec ceux d'une autre enquête réalisée en 1984 par l'OFIAMT⁷ indique une augmentation générale de la prévalence de la plupart des symptômes. Le nombre de personnes qui les ressentent *souvent* ou *très souvent* s'est accru très fortement ces quinze dernières années et a presque doublé pour certaines variables (p. ex. « nervosité, irritabilité, tension »). Les quatre symptômes les plus fréquents dont se plaignent les répondants de l'étude actuelle sont identiques à ceux de l'étude OFIAMT 1984.

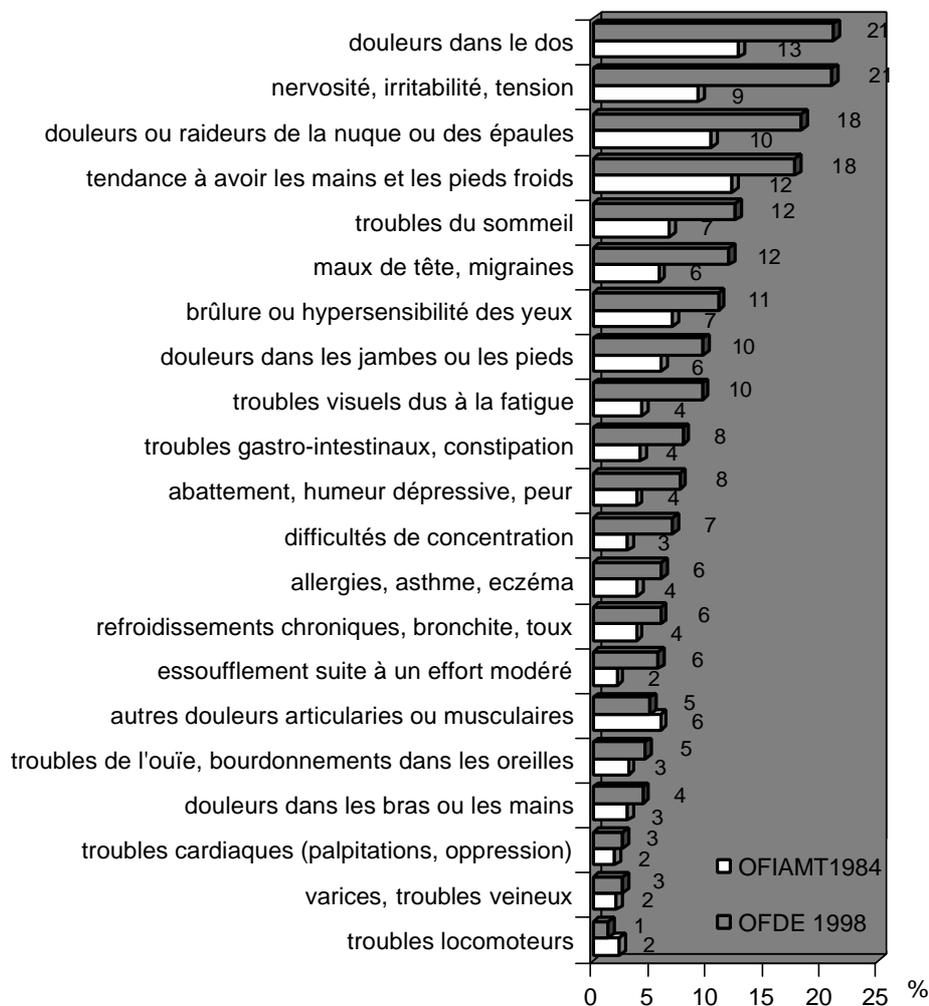


Fig. 7 : Pourcentage de réponses « souvent/très souvent » aux questions concernant les symptômes dans les recherches OFIAMT (1984) et OFDE (1998)

⁷ ouvrage cité, voir note⁴

8. Stress et consultations médicales

Un peu plus des deux tiers des personnes interrogées ne sont pas allées chez le médecin ou ne l'ont consulté qu'une seule fois au cours de l'année écoulée. Seule une faible proportion de sujets sollicitent la majorité des contrôles médicaux. Il existe une relation statistiquement significative entre le stress ressenti et la fréquence des visites chez le médecin. La proportion de personnes qui consultent un médecin tous les mois ou plus fréquemment est deux fois plus élevée chez celles qui se disent stressées *souvent* ou *très souvent* (12,5%) que chez celles qui ne se considèrent *jamais* stressées (6,3%)

Stress et fréquence des contrôles médicaux (au cours de l'année écoulée)

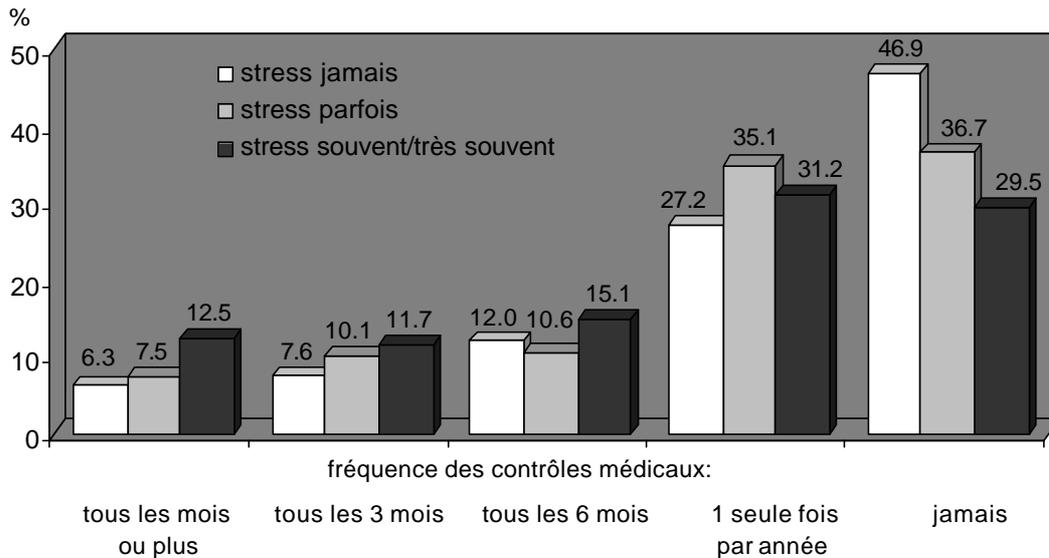


Fig. 8 : Stress et fréquence des contrôles médicaux

9. Stress et absences au travail

Environ 38% des personnes interrogées ont dû s'absenter de leur travail pour des raisons de santé au cours de l'année écoulée. La proportion de ces sujets passe de 25,3% chez les sujets *jamais* stressés à 46,5% pour ceux qui ont répondu *souvent* ou *très souvent* à la question sur le stress.

Stress et absences au travail pour raisons de santé

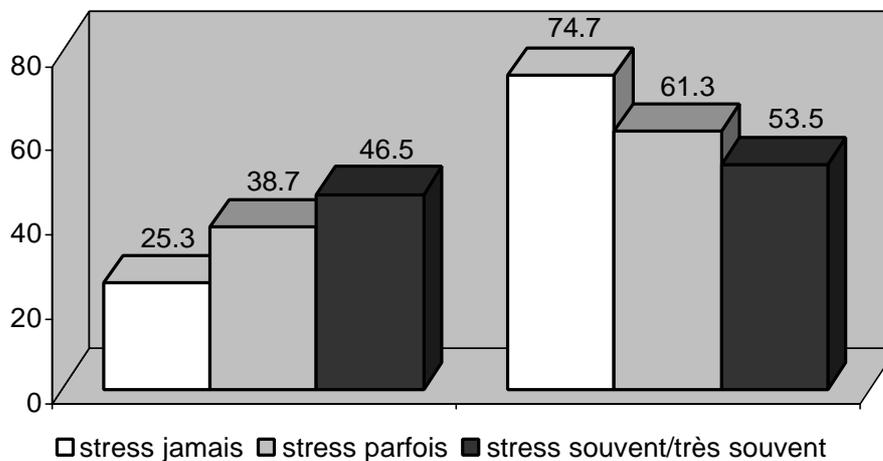


Fig. 9 : Stress et absences au travail pour raisons de santé dans l'année écoulée

10. Coûts monétaires du stress

Les sujets qui ne s'estiment *jamais* stressés et qui pensent majoritairement être en bonne santé correspondent à 18% de la population active ; ils n'engendrent que 5% de l'ensemble des coûts financiers tangibles (frais médicaux, paramédicaux, hospitaliers, automédication, pertes de production dues à l'absentéisme).

A l'inverse, les individus très stressés, maîtrisant mal leur stress et se sentant en mauvaise santé (12% de la population active) sont à l'origine de 23% de l'ensemble des coûts.

La maîtrise du stress semble ainsi jouer un rôle essentiel dans la prévention des problèmes de santé consécutifs au stress et des coûts qui leur sont imputables.

La figure 10 permet d'autre part une constatation intéressante : la majorité de la population active, qui estime être en mesure de maîtriser le stress qu'elle subit, est à l'origine de coûts quatre fois supérieurs à ceux attribués au groupe des personnes jamais stressées (2'340 francs pour les uns, 644 francs pour les autres).

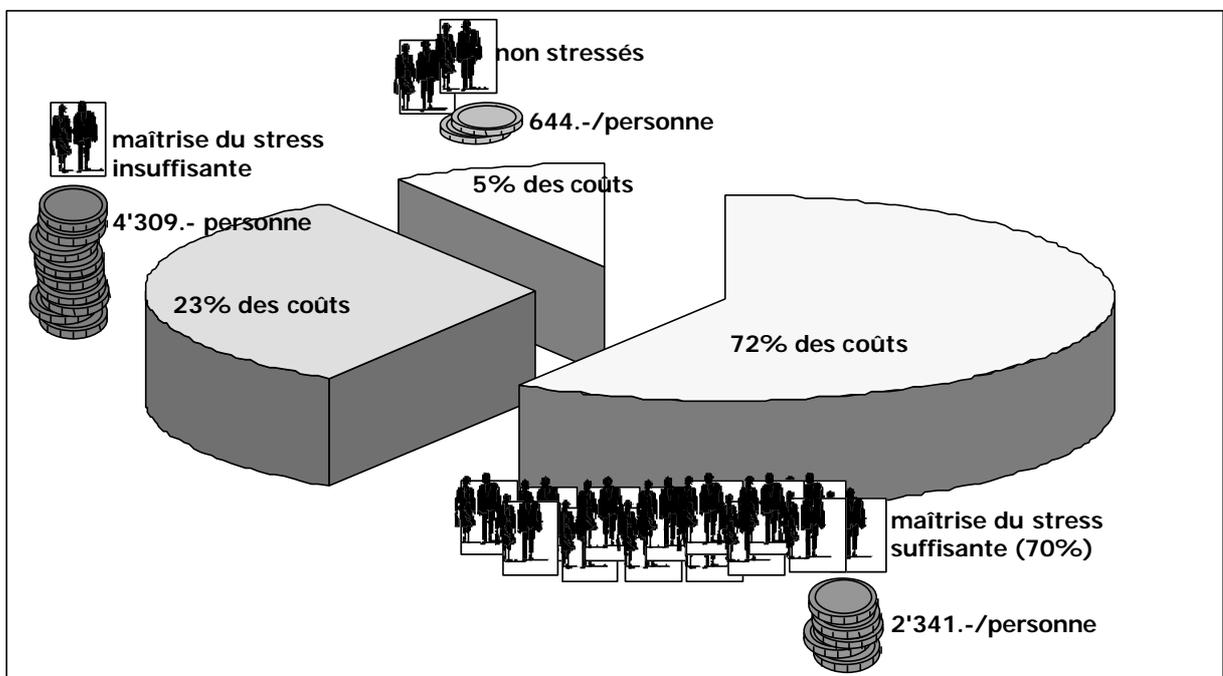


Fig. 10 : Coûts monétaires du stress

Les frais médicaux prescrits, les frais d'automédication ainsi que les coûts financiers liés aux absences et aux pertes de production ont été évalués et la part attribuable au stress a été calculée pour chacune de ces catégories de frais. La comparaison des coûts relatifs aux personnes *jamais* stressées avec ceux engendrés par les sujets stressés *souvent* et *très souvent* a permis l'estimation des coûts financiers du stress

Cette évaluation se décompose donc de la manière suivante :

frais médicaux :	1'414 millions de francs
automédication contre le stress :	348 millions de francs
absences et pertes de production :	2'434 millions de francs
total de coûts monétaires par année	4'196 millions de francs

Ni les rentes assurance-invalidité ayant un lien avec le stress, ni les décès prématurés imputables à cette pathologie, ni les coûts non-monétaires ou humains du stress ne sont pris en considération dans cette estimation. L'ensemble des coûts sociaux dépasse probablement très largement la somme articulée ci-dessus.

Répartition (en%) des frais financiers totaux dans l'échantillon des personnes interrogées à domicile selon le niveau de stress ressenti

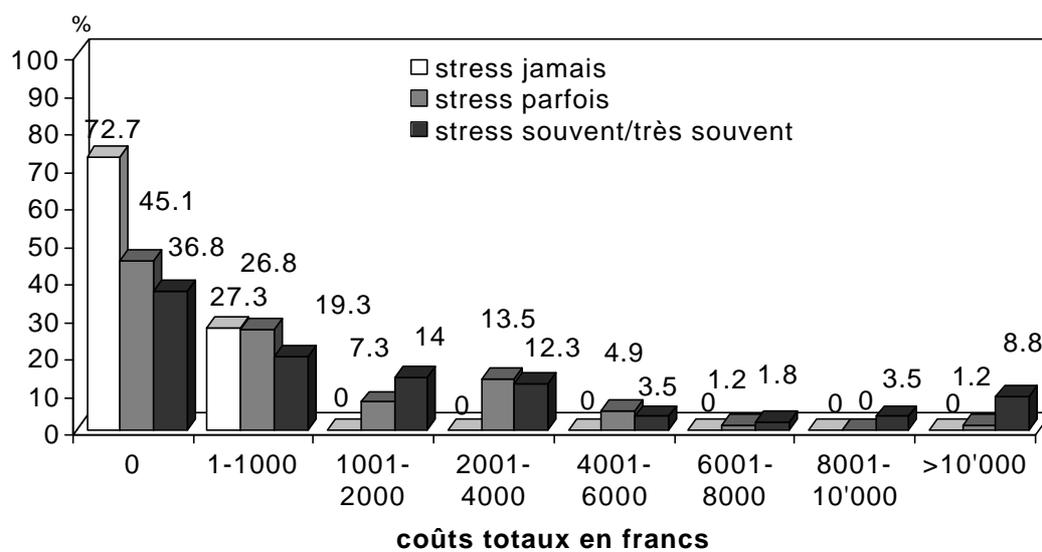


Fig. 11 : Répartition (en%) des frais financiers totaux (soins et absences) dans l'échantillon des personnes interrogées à domicile (n= 150) selon le niveau de stress ressenti

La figure 11 permet de constater que la forme de distribution des coûts liés aux frais médicaux et aux absences est similaire chez les personnes *jamais*, *parfois*, *souvent* /*très souvent* stressées. Même celles qui sont *souvent* ou *très souvent* stressées n'occasionnent pour la plupart (56%) que des coûts relativement peu importants (au maximum 1000.- francs). En revanche, les coûts sont d'autant plus élevés que la fréquence du stress est importante. Les coûts les plus élevés sont le fait d'une minorité de sujets.

La proportion de personnes « qui craquent » semble augmenter avec l'intensité des contraintes perçues.

11. Evaluation des coûts financiers totaux de l'impact du travail sur la santé

L'évaluation globale des coûts des atteintes à la santé imputables au travail nécessite l'estimation de diverses catégories de coûts, dans la mesure où l'on ne dispose pas de données statistiques précises, à l'exception de celles concernant les accidents et les maladies professionnels (selon les critères de la LAA). Cette estimation globale doit comprendre au minimum les coûts des soins médicaux, ceux liés à l'invalidité et aux décès prématurés ainsi que ceux qui sont consécutifs aux pertes de production.

Si l'on additionne aux coûts du stress l'ensemble des coûts liés aux accidents et maladies professionnels, on obtient pour la Suisse la somme de 7,8 milliards de francs, ce qui correspond à un peu plus de 2,3% du Produit Intérieur Brut (PIB) de la Suisse.

L'Agence Européenne pour la Sécurité et la Santé au Travail a publié les résultats d'estimations des coûts des risques de santé liés au travail⁸

<i>Pays</i>	<i>Estimation (euros)</i>	<i>% du PIB</i>
Suisse	4.9 milliards (7.8 milliards de fr.)	2.3
Allemagne	45 milliards	2.4
Autriche	2.6 milliards	1.4
Belgique	5.1 milliards	2.3
Danemark	3 milliards	2.7
Espagne	<1.5 milliards	<3.0
Finlande	3.1 milliards	3.8
France	* 7 milliards	* 0.6
Grèce	pas d'estimation	
Irlande	* 0.18 milliards	* 0.4
Italie	28 milliards	3.2
Luxembourg	0.17 – 0.34 milliards	1.3-2.5
Pays-Bas	7.5 milliards	2.5
Portugal	* 0.3 milliards	* 0.3
Royaume-Uni	8.4-16.8 milliards	1.0-2.0
Suède	7.2 milliards	3.0-4.0

* prestation d'assurance

Tableau 1 : Coûts financiers totaux de l'impact du travail sur la santé : en euros / francs (pour la Suisse) et en % du PIB (source : European Agency for Safety and Health at Work, 1998).

⁸ Agence Européenne pour la Sécurité et la Santé au Travail, Bilbao: Impact économique de la santé et de la sécurité au travail dans les Etats membres de l'Union européenne, 1998; <http://www.eu-osh.es>

Les méthodes d'estimation des coûts présentent de grandes disparités et reposent souvent sur des bases différentes les unes des autres. Si l'on se risque malgré tout à comparer les différentes évaluations du Tableau 1, force est de constater que les coûts monétaires de l'ensemble des atteintes à la santé attribuables au travail se situent entre 2 et 4% du PIB. Une véritable comparaison entre les différents pays pris en considération est cependant impossible, ces chiffres ne correspondant qu'à des estimations grossières. Cette constatation vaut plus particulièrement pour des pays comme la France, l'Irlande ou le Portugal, auxquels on attribue des estimations très basses (inférieures à 1% du PIB) ; ces estimations ne prennent en considération que le versement de prestations d'assurances pour les accidents et maladies professionnelles, à l'exclusion de l'ensemble des autres atteintes à la santé liées au poste de travail.
