

**SGARM**  
**SSMT**

Schweizerische Gesellschaft für Arbeitsmedizin  
Société Suisse de Médecine du Travail  
Swiss Society of Occupational Medicine



## **Conférence de presse du 2 mai 2017 : Alliance contre l'épuisement professionnel et le travail gratis**

### **Importance des horaires de travail et de l'enregistrement de la durée du travail pour la protection de la santé**

*Brigitta Danuser, SSMT, Institut de Santé au Travail, CHUV, UNIL,*

*Klaus Stadtmüller, président de la SSMT*

Cela fait des années que les dispositions de la loi sur le travail (LTr) concernant la durée du travail donnent lieu à d'intenses discussions. L'exigence d'enregistrer et de documenter la durée du travail effectivement fourni ainsi que ses coordonnées temporelles (relativement au travail de jour ou de nuit, art. 73 OLT 1) paraît être la principale épine dans le pied des employeurs.

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2016, l'enregistrement de la durée du travail ne s'applique plus, sous certaines conditions, aux employé(e)s qui gagnent plus de 120 000 francs. Entre-temps, deux autres interventions parlementaires ont été déposées dans le but d'assouplir encore plus les durées de travail et leur enregistrement selon la LTr (Graber [16.414] et Keller-Sutter [16.423]).

La Société Suisse de Médecine du Travail (SSMT), qui est la société de discipline de la FMH pour les médecins du travail, s'inquiète de cette évolution. Notre expertise concerne les interactions entre travail et santé. Un élément essentiel du travail est son organisation. Celle-ci est – outre les expositions physiques, chimiques et biologiques – un des quatre facteurs liés au travail qui influencent substantiellement la santé des gens.

Les réglementations de la durée du travail ont été historiquement à l'origine de la protection de la santé au travail dans les pays alors en voie d'industrialisation. Influencée par Fridolin Schuler, que l'on peut considérer comme le premier médecin du travail que la Suisse ait connu, la Landsgemeinde glaronnaise a décidé, le 22 mai 1864, contre la volonté affichée du « Landrat » et des industriels, d'abaisser à 12 heures la durée quotidienne du travail.

Les contraintes psychiques imputables à l'organisation du travail constituent aujourd'hui la problématique de la santé prédominante en rapport avec le travail (études du SECO sur le stress chez les personnes actives occupées en Suisse de 2010 et 2016, enquêtes européennes sur les conditions de travail). Sont surtout

concernées ici les catégories professionnelles pour lesquelles l'initiative parlementaire Keller-Sutter veut restreindre la possibilité d'un autocontrôle de la durée de travail, ou les branches des services visées par Monsieur le conseiller d'État Graber. Les dépressions, les troubles anxieux et les absences prolongées pour cause de syndrome d'épuisement (burnout) augmentent fortement. Le psychologue Andreas Krause, qui enseigne à la Haute école spécialisée du nord-ouest de la Suisse, a marqué, à travers ses recherches sur les causes de cette augmentation, le concept d'« auto-mise en danger intéressée » (« interessierte Selbstgefährdung ») (Krause, Peters, Dorsemagen : Interessierte Selbstgefährdung. 2009).

Concernant les cadres des entreprises, où se trouvent ces travailleurs et travailleuses, règne une concurrence incessante quant aux possibilités d'avancement et aux positions hiérarchiques ; en règle générale, ces personnes sont très fortement orientées sur la performance et le succès. Cette situation conduit, dans des cultures et des structures organisationnelles pernicieuses, à nier les contraintes, jusqu'à l'auto-exploitation, avec les conséquences psychiques négatives déjà évoquées qui s'ensuivent.

En 2012, le SECO a fait étudier la réalité des durées du travail dans le cadre d'une étude représentative<sup>1</sup>. Il vaut la peine de regarder cela de plus près : près de 90 % des personnes hautement qualifiées ayant des horaires flexibles et n'enregistrant pas leur durée de travail travaillent plus que la durée contractuellement convenue, mais c'est le cas de seulement 75 % de celles qui saisissent leur durée de travail, et de 57,6 % de celles qui ont des horaires fixes. Ce travail en plus n'est compensé financièrement que dans 14 % des cas. Le renoncement à l'enregistrement de la durée du travail entraîne ainsi, premièrement, une extension quantitative de la durée du travail et en plus, secondement, une extension du travail fourni non-rémunéré.

Le renoncement total à l'enregistrement de la durée du travail est souvent justifié par le souhait d'autonomie des travailleurs et travailleuses et introduit comme preuve de la confiance que l'employeur porte en ses employé(e)s. Les systèmes d'enregistrement de la durée du travail qui permettent cette flexibilité et n'entament pas l'autonomie dont jouissent les personnes dans la gestion de leurs horaires sont déjà tout à fait possibles aujourd'hui dans le cadre des conditions prévues par la législation sur le travail. Renoncer totalement à l'enregistrement de la durée du travail introduirait pour les travailleurs/travailleuses et les employé(e)s une spécificité de la dynamique de la performance des entrepreneurs indépendants.

La hausse massive des troubles psychiques liés au travail dans la population ainsi que les cas d'épuisement professionnel de personnes très actives devenus publics montrent que la saisie contrôlable du temps de travail reste la meilleure mesure permettant d'envoyer assez tôt des signaux d'alarme en cas de risque de surcharge. Si la saisie complète et à intervalles réguliers de la durée du travail tombe, l'aune qui permet de délimiter temps de travail dû et travail supplémentaire, ou heures de travail en plus, tombera aussi.

La flexibilisation croissante des durées du travail depuis une trentaine d'années a eu de nombreux effets positifs pour nous tous. Le renoncement à l'enregistrement de la durée du travail n'est par contre pas un élément de flexibilisation, mais il ouvre la porte pour beaucoup à l'auto-exploitation et à l'épuisement professionnel. Un enregistrement facile d'utilisation, mais complet, de la durée du travail est un instrument indispensable pour garantir la protection de la santé des travailleurs et travailleuses.

L'initiative parlementaire de K. Graber du 17.3.2017 (« Introduire un régime de flexibilité partielle dans la loi sur le travail et maintenir des modèles de temps de travail éprouvés ») demande la création de nouvelles catégories de travailleurs et travailleuses ainsi que plusieurs niveaux de déréglementation.

---

<sup>1</sup>[https://www.seco.admin.ch/seco/fr/home/Publikationen\\_Dienstleistungen/Publikationen\\_und\\_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Studien\\_und\\_Berichte/flexible-arbeitszeiten-in-der-schweiz---auswertung-einer-repraes.html](https://www.seco.admin.ch/seco/fr/home/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_und_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Studien_und_Berichte/flexible-arbeitszeiten-in-der-schweiz---auswertung-einer-repraes.html).

Par exemple, un article 27 alinéa 3 de la loi sur le travail (LTr) excluait à certaines conditions des dispositions de protection (art. 9 à 17a, 17 b al. 1, 18 à 20, 21 et 36 LTr) « les travailleurs qui exercent une fonction dirigeante et les spécialistes » (deux catégories absentes de la LTr en vigueur), de même que les personnes « disposant d'une autonomie ». Ainsi, aucune disposition sur la durée hebdomadaire du travail ou sur les suppléments de salaire ne s'appliqueraient plus à ces personnes, ce qui serait également le cas des dispositions sur le temps de travail de jour et la durée du travail, les temps de repos et les pauses. Et l'interdiction du travail de nuit ne s'appliquerait plus pour ces personnes non plus, de même que l'interdiction du travail du dimanche. Elles deviendraient ainsi disponibles pour leurs employeurs 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7.

La régénération est un des facteurs essentiels qui influencent les effets d'une contrainte, à savoir si cette dernière entraînera ou non un surmenage et l'apparition de symptômes d'une maladie. Nous sommes des organismes, pas des machines. Notre corps et notre esprit ont besoin de temps pour assimiler et se régénérer. Cela veut dire que nous avons besoin de suffisamment de temps de repos et de pauses. Comme nous sommes des êtres actifs le jour et sociaux, l'activité professionnelle et le repos anti-horaire, c'est-à-dire qui va contre le rythme biologique, jouent aussi un rôle important. Nous autres, médecins du travail, savons depuis longtemps que le travail de nuit représente un risque accru de maladies cardiovasculaires, de troubles du sommeil, de maladies endocriniennes, voire de cancer.

La LTr suisse est vraiment flexible et libérale. L'assouplir aux dépens des temps de repos et de leurs coordonnées temporelles ouvrira tout grand la porte à l'épuisement professionnel et aux problèmes musculo-squelettiques.