

Santé au travail et hygiène de vie

Enjeux et contexte

La stratégie nationale de santé 2018-2022 invite à promouvoir des comportements favorables à la santé, et notamment à prévenir l'entrée dans les pratiques addictives : alcool, substances psychoactives licites ou illicites, addictions sans substances (ex : les écrans, le travail...).

La consommation de substances ou le recours à des pratiques ayant une interaction avec les capacités fonctionnelles des personnes, pouvant entraîner des conséquences graves (accident après alcoolisation, surdose mortelle) et chroniques (cancers, maladies cardiovasculaires...).

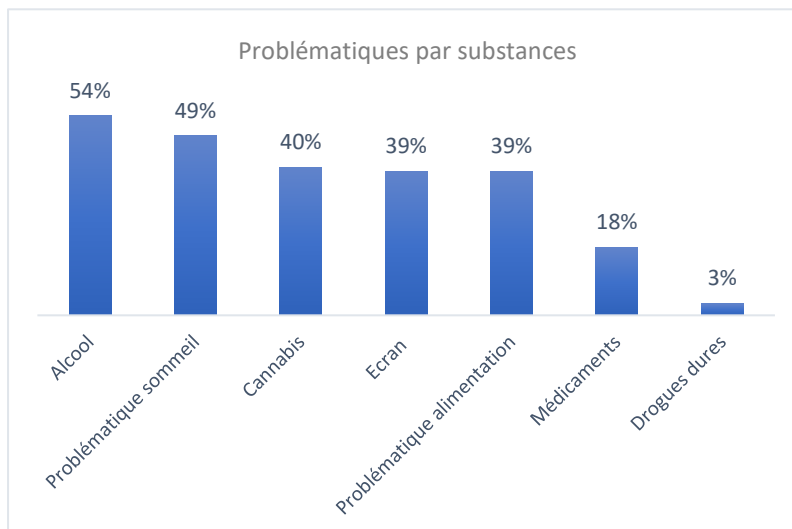
Dans le transport et la logistique, les addictions influent d'une part sur les risques professionnels, dans un secteur où les accidents du travail sont déjà élevés, et d'autre part sur la sécurité routière. Prévenir et identifier les problématiques d'addiction est ainsi un enjeu majeur.

Dans ce contexte, une enquête sous forme de questionnaire en ligne, a été réalisée par l'AFT auprès des entreprises du secteur. Ce questionnaire interroge les différentes problématiques rencontrées ou non, par les entreprises du secteur, à savoir les problématiques de l'alcool, du cannabis, des drogues dures, des médicaments, des écrans, et d'hygiène de vie (sommeil et alimentation).

Au total, **94 réponses** ont été reçues dont :

- 63 entreprises du secteur du transport routier de marchandises
- 13 entreprises du secteur de l'entreposage et de la logistique
- 18 entreprises du secteur du transport routier de voyageurs

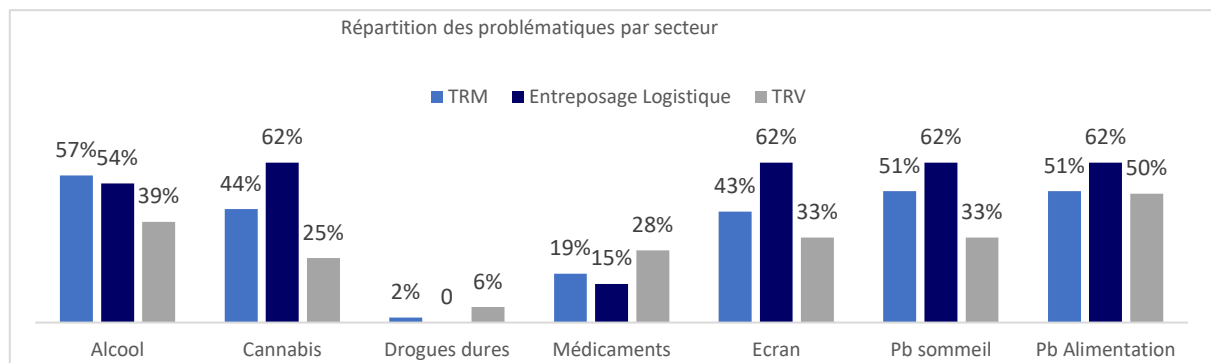
Analyse globale



Globalement les questionnaires mettent en évidence que l'alcool, le cannabis et les problèmes en lien avec le sommeil sont des éléments majeurs de préoccupation pour les entreprises.

A noter que la problématique des écrans et de l'alimentation sont également très présentes.

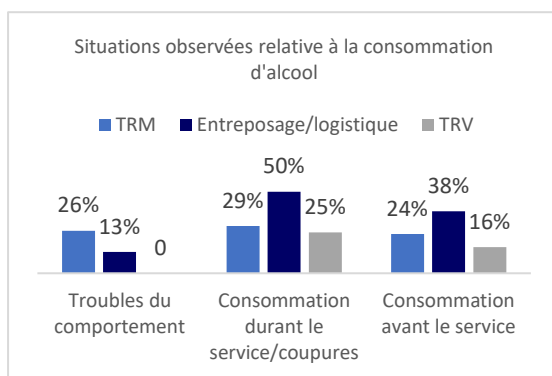
En revanche les problématiques en lien aux drogues dures ne semblent pas prédominer.



Alors que le secteur du transport routier de marchandises met en avant des problématiques autour de l'alcool (57%), du cannabis (44%) et de l'hygiène de vie (51% pour le sommeil et l'alimentation), le transport de voyageurs lui présente des problématiques en majorité autour de

l'alimentation (50%). Le secteur de l'entreposage quant à lui, semble être davantage confronté à des problématiques en lien avec le cannabis (62%), l'alcool (54%), les écrans (62%) et l'hygiène de vie (sommeil 62% et alimentation 46%).

Focus sur la problématique de l'alcool



Sur 92 entreprises interrogées, 50 entreprises, soit 54%, déclarent avoir été confrontées à des problématiques en lien avec l'alcool. Parmi les situations relatives par les entreprises, trois situations majeures sont mises en évidence :

- Les troubles du comportement avec notamment des troubles de l'humeur, de l'équilibre, de l'élocution et des problèmes de somnolence.
- La consommation d'alcool durant le service ou durant les pauses/ coupures
- La consommation d'alcool avant la prise de service.

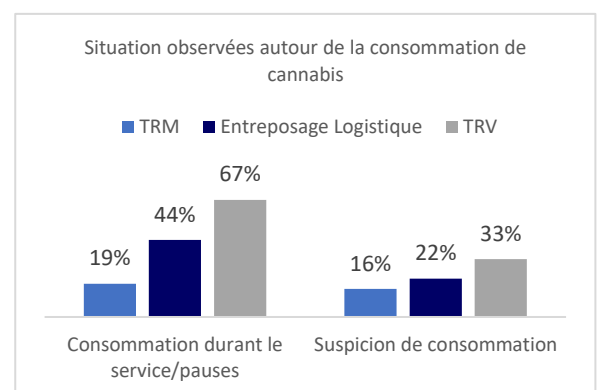
Les conséquences de ces comportements sont diverses ; il en ressort en majorité :

- Des sanctions disciplinaires : licenciements, mise à pied
- Des conflits
- L'absentéisme régulier du personnel
- La détérioration du matériel suite à des accidents ou de mauvaises manipulations

Focus sur la problématique du cannabis

37 entreprises sur 92, soit 40 %, sont concernées par des problématiques en lien avec le cannabis. Les chefs d'entreprises ont fait part de deux situations distinctes :

- La consommation de cannabis au cours du service. Il est d'ailleurs évoqué une consommation nocturne lors du travail de nuit.
- Une suspicion de consommation festive du weekend et dans la vie privée qui a des incidences au travail



A savoir que de nombreux chefs d'entreprises évoquent une grande difficulté à identifier la consommation de cannabis (yeux rouges, manque de réflexes, lenteurs constatées).

Dans ces entreprises les conséquences ont été les suivantes :

- Des sanctions disciplinaires lourdes, notamment des licenciements
- Une perte du permis de conduire
- Des accidents mortels

Focus sur la problématique des médicaments

De nombreux médicaments peuvent influencer sur la capacité à réaliser ses missions quotidiennes au travail telle que conduire un véhicule routier ou un chariot d'entrepôt.

Au total 17 entreprises, soit 18%, ont évoqué des problèmes liés à la prise de médicaments (trouble du comportement, endormissement, malaise...). Cela s'explique par le fait que les prescriptions médicales ne sont pas nécessairement respectées, les conducteurs pouvant être amené à prendre des médicaments déconseillés avec l'exercice de la conduite.

Parfois l'entreprise, s'en aperçoit par inadvertance car le conducteur consomme ces médicaments sur site.

La connaissance des problèmes personnels familiaux des conducteurs permet de prévenir des conduites à risque sous l'emprise de médicaments (ex : antidépresseur).

En conséquence, il est mis en avant :

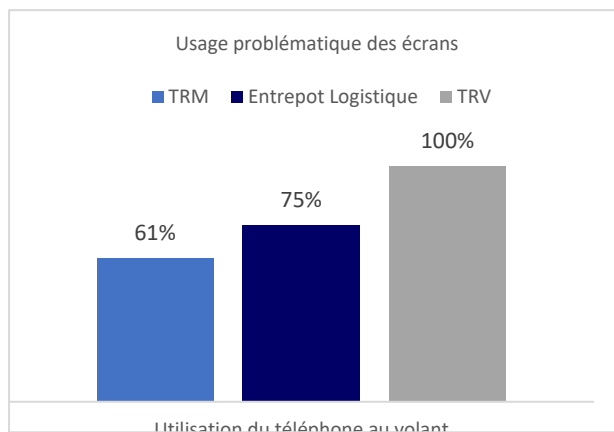
- Des visites chez le médecin du travail
- Des arrêts de travail
- Des accidents du travail.

Focus sur la problématique des drogues dures

Sur l'ensemble des entreprises interrogées, seulement 3 entreprises, soit 3%, ont déclaré avoir identifié des problématiques en lien avec les drogues dures.

Le nombre étant très faible, les données ne peuvent être exploitées.

Focus sur la problématique des écrans



36 entreprises ont identifié des problématiques en liens à l'usage des écrans, soit 39% des entreprises interrogées.

La situation la plus souvent observée, dans chaque secteur, par les chefs d'entreprise est celle de l'utilisation du téléphone au volant, que ce soit dans un véhicule ou bien à bord d'un chariot.

Toutes les entreprises de transport de voyageurs interrogées ont déclaré connaître une situation problématique avec les écrans (utilisation du téléphone au volant).

Globalement, il en résulte :

- Des sanctions disciplinaires avec notamment un recadrage de l'employeur et un rappel du règlement
- Des accidents, une détérioration du matériel

Hygiène de vie et travail

Horaires longs, décalés, travail de nuit et souvent le weekend, le travail en horaires atypiques est une caractéristique fréquente des métiers du transport et de la logistique. Résultent parfois de ces conditions des perturbations dans l'hygiène de vie, notamment au niveau du sommeil et de l'alimentation.

Problématique du sommeil

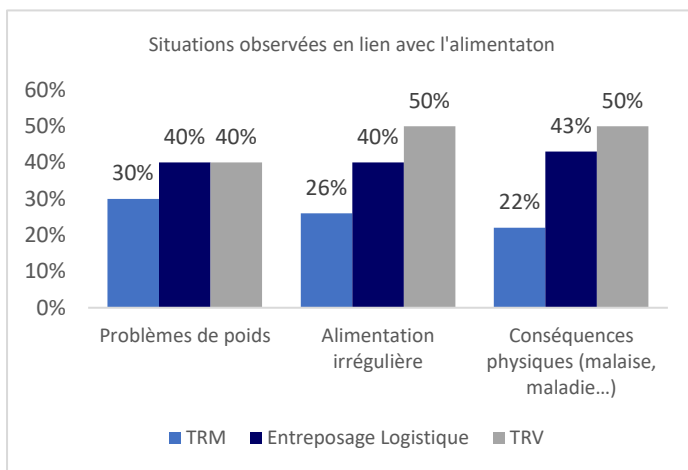
Il arrive que les conducteurs routiers de transport de marchandises conduisent durant de longues heures d'affilée. Les conducteurs de véhicules de transport en communs (les bus par exemples) travaillent souvent en horaires postés (prise de poste tôt le matin ou fin de service tard le soir). Ces conditions de travail sont à l'origine de temps de sommeil plus courts et d'une dette de sommeil qui peut s'accumuler.

L'étude actuelle ne peut présenter de données exhaustives sur les problématiques en lien avec le

sommeil, toutefois, nous avons pu constater une grande préoccupation de la part des chefs d'entreprises autour de cette question, notamment en lien avec des conséquences sanitaires qui en résultent (accidents, problèmes de santé physiques et/ou psychiques).

D'autres études telle, que celle réalisée pour Vinci Autoroute en 2014¹, révèle qu'un conducteur sur trois est susceptible d'avoir un accident dû à la somnolence ; sur un échantillon de 375 conducteurs ils seraient 28 % à prendre la route après une nuit de moins de 6 heures.

Problématique en lien avec l'alimentation.



36 entreprises sur 92 soit 39%, déclarent être confrontées à des problématiques liées à l'alimentation.

Les chefs d'entreprise constatent que de nombreux salariés sautent des repas ou se nourrissent de manière très irrégulière, constat qu'ils mettent imputent aux horaires décalés et aux contraintes du métier de conducteur.

Cette problématique est également préoccupante compte tenu des nombreux problèmes de poids constatés (surpoids, prise de poids rapide obésité) et des conséquences physiques qui en résultent (malaises, diabète, cholestérol, fatigue chronique...).

Mise en place d'un kit de prévention

L'étude menée met en évidence le besoin de prévenir ces comportements à risques dans les entreprises de transport routier. Dans ce cadre l'AFT s'est engagée à mettre en place un dispositif de formation à la prévention des risques professionnels dans le transport routier et activités auxiliaires et logistique, co financé avec le FACT (Fonds pour l'amélioration des conditions de travail), et la CARSAT Nouvelle Aquitaine.

Depuis plusieurs années l'AFT mène un travail d'étude et de développement pour la prévention ; un premier kit de prévention a ainsi vu le jour en 2007.

L'AFT se propose ici de développer un dispositif actualisé et adapté aux nouveaux usages numériques, pour accompagner les entreprises dans la mise en œuvre de démarches de prévention sur les pratiques addictives et l'hygiène de vie. Les outils développés, s'appuient sur des situations professionnelles vécues dans le secteur et sur les risques inscrits dans cet environnement de travail. Ils seront disponibles courant 2020.

Pour en savoir plus : contacter Solène Rosiau, Chargée de projets, DEP.

¹ Etude réalisée de façon anonyme auprès d'un échantillon de 375 conducteurs en 2011 et 2012, par Dr Maria-Antonia Quera-Salva, Responsable unité de sommeil, hôpital Raymond-Poincaré