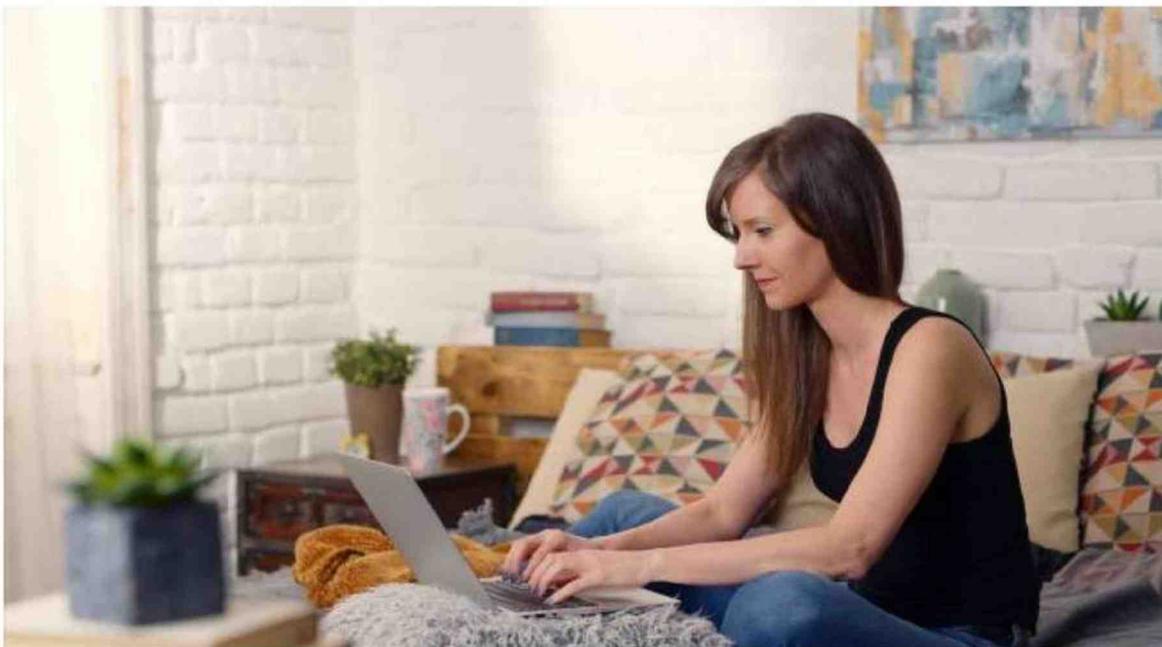

Jeudi 24 juin 2021

Risques psychosociaux, troubles musculo-squelettiques : comment préserver la santé des télétravailleurs?

24/06/2021



La santé des salariés en télétravail, qui suscite pour l'instant peu de contentieux, pourrait prendre une importance stratégique. En particulier les troubles musculo-squelettiques, déjà première source d'ATMP chez les salariés, sont appelées à se multiplier. Lors d'une conférence organisée pour le Congrès télétravail, les experts proposent leurs pistes de réflexions.

Durant les confinements successifs, le téléphone a beaucoup sonné au cabinet de conseil Stimulus, spécialisé en santé psychologique au travail. "Notre ligne d'écoute a été surchargée de demandes. Beaucoup de salariés souffraient d'une surcharge de travail, d'amplitude horaire trop importante. Certains compensaient le manque de concentration lié notamment au contexte familial, en travaillant jusqu'à tard le soir",



raconte Ivan Mattioni, intervenant et formateur dans la prévention des risques psychosociaux (RPS) pour [Stimulus](#). Ce dernier intervenait hier dans une table ronde organisée dans le cadre du Congrès Télétravail organisé à Lyon. Le thème : les risques psychosociaux engendrés par le télétravail. L'occasion de revenir sur les conséquences d'une année de travail à la maison pour nombre de salariés.

Des entretiens de rentrée avec les managers

"Certains salariés se sentaient coupables, et voulaient montrer à leur employeur qu'ils existaient toujours, poursuit Ivan Mattioni. Il y avait l'idée de sacrifice, il fallait souffrir pour montrer qu'on était à la hauteur de la mobilisation générale dans un contexte de crise." Pour d'autres, c'est le décrochage : ils perdent l'envie de se lever pour travailler, et remettent en question l'utilité de leur emploi.

Derrière ces symptômes, une même problématique de bien-être au travail, sérieusement mis à mal dans ce contexte de crise sanitaire. Résultat : des situations de stress, d'isolement, mais également de conflit. Ces derniers arrivent entre les mains des managers, démunis face à cette gestion à distance de leurs collaborateurs.

Des solutions doivent être trouvées au sein des collectifs de travail, car le télétravail est appelé à s'ancrer durablement dans les habitudes de travail des entreprises. "Une bonne idée à mettre en place dès maintenant, alors que les salariés reviennent travailler sur site, est l'organisation d'entretiens par les managers, suggère Caroline Diard, enseignant-chercheur en management des RH et droit à l'EDC Paris Business School. L'objectif est de prendre du recul sur la façon dont s'est déroulé le télétravail. Comment pourrait-on améliorer les choses à distance ? Qu'est ce qui a généré des doutes, du stress, quelles ont été les missions compliquées à gérer ?"

Les entreprises communiquent peu sur le droit à la déconnexion

Car si l'employeur a une obligation de prévention de la sécurité des travailleurs, celle-ci ne s'arrête pas aux portes de l'entreprise. "Le cadre du télétravail s'agissant de la santé au travail est pour l'instant assez restreint, explique Jean Michel Mir, avocat du cabinet Capstan. Un principe existe toutefois : l'accident qui survient au domicile du salarié en télétravail sur le temps de travail est assimilé à un accident de travail. Il existe peu de contentieux sur le sujet pour l'instant, mais on peut s'attendre à une augmentation des cas dans les prochains mois ou années".

Dans ce cadre juridique, les employeurs seront amenés à se soucier davantage de la santé au travail des télétravailleurs. A commencer par leur organisation du travail, leur charge de travail et l'exercice de leur droit à la déconnexion, facteurs déterminants s'agissant de la santé mentale. "Certains individus sont capables de créer une vraie frontière entre leur vie professionnelle et leur vie privée, en se déconnectant à 19 heures pour s'occuper de leur famille, mais ce n'est pas le cas de tout le monde, explique Caroline Diard. Certains ont peur de mal faire, peur des représailles de leur



employeur s'ils ne répondent pas aux sollicitations en dehors de leur temps de travail. Il est de la responsabilité de l'employeur et du manager de rappeler les bonnes pratiques en matière de droit à la déconnexion. Les entreprises communiquent en général très peu à ce sujet".

Un kit ergonomie pour 60 euros par an et par salarié

Au delà de la santé mentale, les accords sur le télétravail devront envisager les questions de santé physique des salariés en télétravail. C'est ici que l'installation des salariés à leur domicile peut poser problème. "On s'est rendu compte des disparités qui existent entre les salariés", explique Hervé Rabec, directeur général du Service aux entreprises pour la santé au travail (Sest). "Certains sont à l'aise pour télétravailler car ils disposent d'un bureau dédié, d'autres n'ont qu'un espace restreint sur leur table de salle à manger où ils sont perturbés par l'activité de leur famille. Dans certains cas même, les salariés travaillent à distance assis en tailleur sur leur canapé ou leur lit. Ces postures génèrent un risque certain de douleurs de dos et d'articulations. 80% des cas de maladie professionnelle sont déjà liés aux troubles musculo-squelettiques. Si l'on ne fait rien, on est en train de s'inscrire mécaniquement dans un risque qui génèrera nombre d'accidents du travail et de maladies professionnelles à l'avenir".

Le directeur du Sest a souhaité montrer l'exemple en finançant, pour ses salariés, un kit de télétravail. "Un ordinateur, une souris verticale, un écran déporté et un siège réglable en hauteur. Cela coûte 300 euros, amortissables sur cinq ans, soit 60 euros par an et par salarié".

"Ce n'est pas rien, mais les financements sont trouvables. Les entreprises peuvent avoir une réflexion sur les mètres carrés dont ils n'auront plus besoin avec le télétravail, mais également sur les bénéfices de la prévention en santé. Il s'agit d'un axe stratégique pour les entreprises qui préparent une nouvelle forme de travail hybride : les arrêts de travail représentent des coûts, que l'on peut éviter grâce à une politique de prévention bien construite."

Laurie Mahé Desportes

