Baromètre 2023 « Santé des salariés et qualité de vie au travail »

Derrière un état de santé stable, une santé mentale en berne



le Comptoir
malakoff humanis



Anne-Sophie GODON – RENSONNET

Directrice des services et du département études et recherches sur la performance sociale des entreprises chez Malakoff Humanis.

Cette 14ème édition de notre baromètre révèle que les salariés sont de plus en plus satisfaits de leur travail et de leur qualité de vie au travail. De plus, la grande majorité des salariés (65 %) déclare être en bonne ou très bonne santé. Ce chiffre, toujours élevé, baisse cependant régulièrement.

Derrière cette tendance, se cachent deux phénomènes principaux : la dégradation de la santé mentale, particulièrement chez les femmes, et l'augmentation des maladies chroniques dont on peut faire l'hypothèse qu'elles vont continuer à progresser avec le vieillissement de la population active. **Ces enjeux sont autant de fragilités qui impactent fortement le travail selon les salariés et qui pourraient éloigner certains de l'emploi.**

À titre d'exemple, 22 % des salariés déclarent souffrir d'une maladie chronique et pour 70 % d'entre eux, cette maladie a des répercussions sur leur travail.

La santé des salariés est plus qu'un enjeu légal : elle questionne notamment les politiques RSE des entreprises mais c'est leur performance qui est également en jeu. La santé de l'entreprise est liée, sans conteste, à la santé de ses salariés. D'ailleurs, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) met ce lien en exergue lorsqu'elle définit la santé comme : un *« état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de* ***travailler avec succès et de manière productive****, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».*

Protéger la santé des salariés est donc un enjeu majeur pour les entreprises et nous avons tous un rôle à jouer.

70 %
des salariés
déclarant un mauvais état de santé mentale estiment que cela nuit à leur travail

(1) Une étude de perception menée par Ipsos pour Malakoff Humanis du 17 mars au 5 avril 2023, auprès de 3500 salariés exerçant une activité professionnelle dans une entreprise privée ou dans une entreprise publique avec un contrat de droit privé.

Santé des salariés : de nombreux signes de fragilité

Une majorité des salariés interrogés (65 %) déclare être en bonne santé. Ce chiffre, toujours élevé, baisse cependant régulièrement depuis 2011 (71 %).

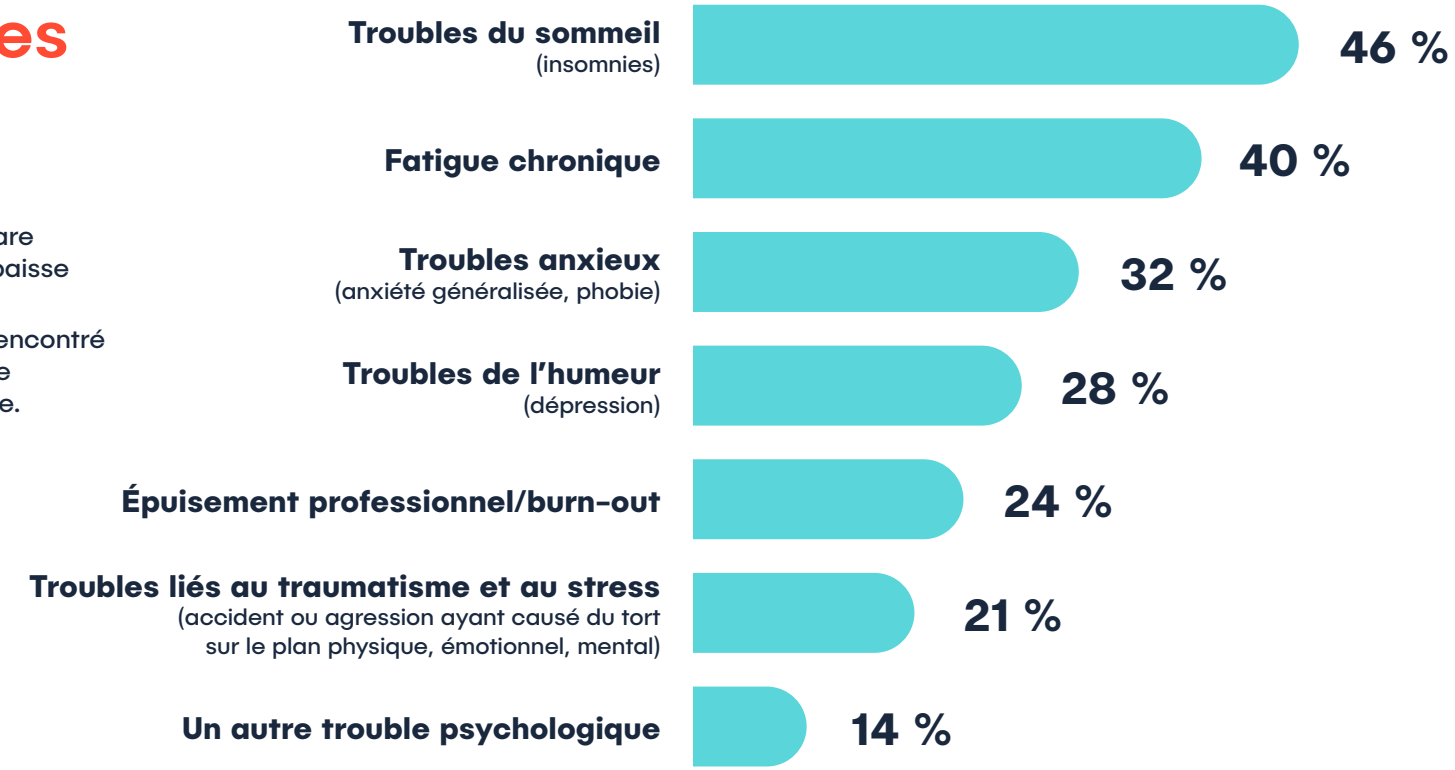
De plus, une majorité de salariés déclare avoir rencontré des troubles de santé* révélant ainsi un mal-être psychologique plus prononcé que l'année passée.

+ des 2/3

des salariés sont ou ont été concernés par un trouble de santé.

*Troubles de l'humeur, troubles anxieux, fatigue chronique, troubles du sommeil, troubles liées au traumatisme et au stress, épuisement/burn out

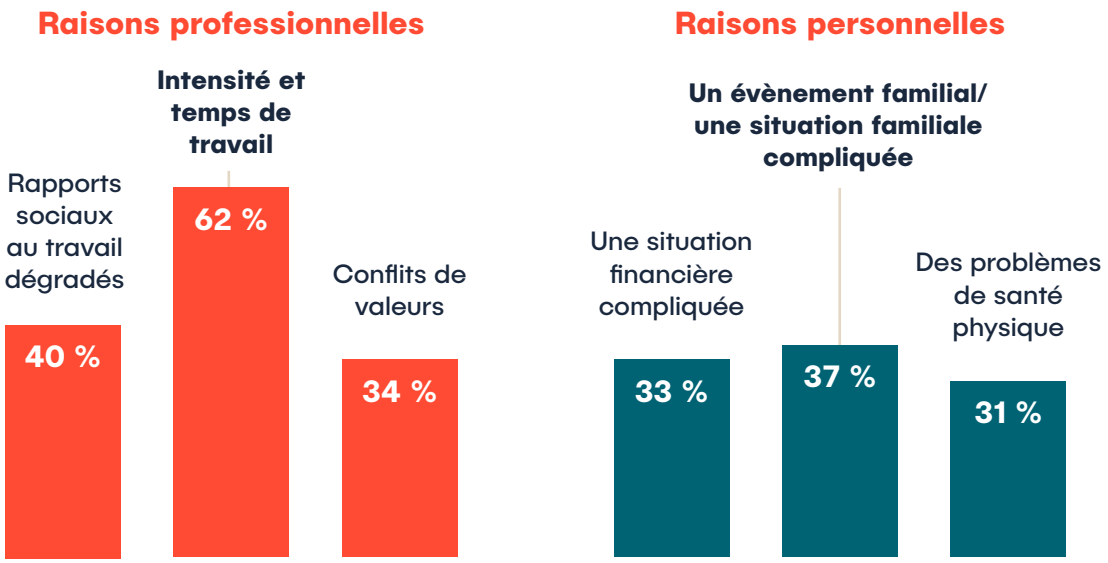
Les troubles rencontrés au cours des 12 derniers mois



La majorité des salariés concernés par un trouble de santé n'est pas suivi par un professionnel de santé. Une minorité des salariés ayant rencontré ou rencontrant des troubles consulte un spécialiste de la santé mentale : 16 % un psychologue et 14 % un psychiatre ou autre.

Santé mentale : des causes multiples

Les salariés présentant un état de santé fragile l'expliquent autant par des problèmes personnels (30 %) que professionnels (32 %). Et pour 31 % des salariés, les raisons sont liées à la fois à des raisons professionnelles et personnelles.



1 salarié sur 2

se sent épuisé professionnellement

L'épuisement dû au travail retrouve ainsi son niveau d'avant crise après avoir baissé pendant 2 ans.

Au-delà de ces causes, une majorité de salariés témoigne de situations professionnelles nerveusement, émotionnellement et physiquement difficiles, participant indirectement à l'aggravation de leur santé mentale.

***La santé des salariés doit être appréhendée de façon globale**, en intégrant à la fois sa sphère professionnelle mais également personnelle.*

Malakoff Humanis a depuis longtemps développé cette vision dans les services proposés à ses assurés :

- ***accompagnement social***
- ***aides associées***
- ***lignes d'écoute spécialisées notamment celle destinée aux salariés aidants.***

FOCUS

Des causes personnelles plus marquées chez les jeunes

- Ils sont plus nombreux à citer la vie personnelle comme origine de leur mauvaise santé mentale : les plus jeunes (moins de 30 ans) expliquent principalement leur fragilité par une situation financière compliquée et par l'isolement social.
- Au travail, ils ont le sentiment d'être stressés et éprouvés émotionnellement.

Les conditions de travail : une source de tensions

Près de 8 salariés sur 10 se disent satisfaits de leur travail, un chiffre stable depuis 2011. Cependant, des points de vigilance apparaissent cette année :

1 salarié sur 2

révèle des craintes liées à une surcharge de travail

30 %

travaillent chez eux en plus des horaires de travail

A cette difficile déconnexion, s'ajoute la problématique de la conciliation vie privée/ vie professionnelle pour plus de 1 salarié sur 3.

D'autres indicateurs se dégradent :

19 %

déclarent subir des remarques blessantes ou agressives à l'intérieur de l'entreprise

16 %

des salariés sont insultés ou agressés par le public ou les clients *

* La tendance se détériore depuis 2015 et atteint son niveau le plus élevé cette année.

Une méconnaissance des dispositifs déployés par les entreprises

Malgré l'engagement des entreprises vis-à-vis de la protection de leurs salariés, les mesures mises en place semblent de moins en moins perçues par ces derniers.

6 %

des salariés

se déclarant en mauvaise santé mentale considèrent que leur entreprise a mis en place des actions efficaces

Vs 14 % en 2020

Si la santé mentale semble relever de l'intime, ce n'est pas pour autant un enjeu « extérieur » à l'entreprise.

Les dirigeants ont donc un rôle essentiel à jouer pour prévenir les risques psychosociaux en impliquant l'ensemble des acteurs de l'entreprise *et notamment les managers. C'est pourquoi Malakoff Humanis a développé* ***un programme de prévention et de sensibilisation « Bien mieux » permettant à chaque acteur de comprendre et détecter les situations de fragilité pour agir*** *grâce à des conférences et des ateliers destinés à ouvrir un vrai dialogue et à apporter des pistes d'actions concrètes.*

Santé mentale : des attentes fortes des salariés

La mise en place de services en faveur de la protection de la santé mentale suscite un fort niveau d'intérêt de la part des salariés, notamment pour être accompagnés lorsqu'ils traversent une **situation de fragilité** et recevoir une **aide psychologique en cas de coup dur.**

Services attendus par les salariés



70 %

des moins de 30 ans

souhaiteraient un accompagnement lorsqu'ils traversent une situation de fragilité

Les services concernant la santé mentale sont davantage plébiscités par les jeunes générations a contrario des aînés : c'est le cas uniquement de 57 % des plus de 50 ans.

57 %

des salariés

aimeraient un accompagnement dans leur suivi médical

+ 12 points depuis 2020

Une forte dégradation de l'état de santé chez les femmes

38 %

des femmes

se disent en **mauvais état de santé général** vs 34 % en 2020 et vs 31 % des hommes en 2023

44 %

des femmes

déclarent avoir une moyenne/mauvaise **santé mentale** vs 32 % des hommes

En matière de santé mentale, les chiffres sont préoccupants pour les femmes. Elles sont particulièrement concernées par :

- **les troubles du sommeil/insomnies** (51 % des femmes vs 43 % chez les hommes)
- **la fatigue chronique** (46 % vs 36 %)
- **et les troubles anxieux** (37 % vs 28 %)

Pourtant, les femmes sont moins souvent diagnostiquées : **47 % des femmes** n'ont jamais été diagnostiquées par un professionnel de santé vs 40 % des hommes.

Des raisons à la fois professionnelles et personnelles :

Côté pro, les femmes relèvent :

- l'intensité et le temps de travail à 65 % (+ 7 points par rapport à 2022) vs 59 % chez les hommes
- la dégradation des rapports sociaux au travail : 41 % vs 38 % chez les hommes

Côté perso, c'est surtout la situation financière compliquée qui inquiète pour 39 % des femmes vs 26 % chez les hommes.

Des différences entre générations :

49 %

des femmes de 50 ans et +

déclarent un état de santé général moins bon
vs 32 % chez les – de 35 ans

alors que

46 %

des femmes entre 18 et 34 ans

se déclarent surtout en moins bonne santé mentale

Une plus grande méconnaissance par les femmes des actions menées en entreprise

Bien que des mesures soient déjà mises en place, seule une faible part des salariées est informée de leur existence ou perçoit leur efficacité.

1/4 des salariées

ont connaissance de mesures mises en place dans l'entreprise pour réduire les risques psychosociaux

– 5 points par rapport à 2022

Or, face à l'augmentation des difficultés rencontrées par les salariées cette année, le rôle de l'entreprise apparaît comme essentiel. De mauvaises conditions de travail mais également de vie peuvent entraîner des problèmes de santé mentale mais également physique.

Le stress : quand la santé mentale impacte la santé physique

- Le stress est un facteur majeur de risque cardiovasculaire chez la femme.
- D'après la Fédération Française de Cardiologie, le cœur des femmes serait plus sensible au stress.
- Un mécanisme d'inflammation provoqué par le stress serait plus fort chez la femme.
- Selon le Pr Claire Mounier-Vehier, *« il a été démontré que **de nombreuses femmes victimes d'un infarctus du myocarde se trouvaient dans des situations génératrices de stress.** »*

Source : article de la Fédération Française de Cardiologie.

mon bilan cardio
COMPRENDRE ET AGIR
malakoff humanis

Pour en savoir plus et agir,
rendez-vous sur malakoffhumanis.com

MH-24576_2307