

Faut-il davantage protéger les jeunes du porno sur internet?

Page 17

Une journée auprès des finalistes du concours de chant Le Tremplin

Page 23

Avec l'humoriste Rébecca Balestra, ça fuse, ça balance, ça pète sous la ceinture

Page 23



SANDRA POINTET

# Économie

Monde  
Suisse  
Culture et société  
La der

## Le boom du burn-out

# Alerte! Les arrêts de travail se multiplient en Suisse

Pour la première fois, le taux des actifs qui se sentent émotionnellement épuisés dépasse la barre des 30%, selon une étude récente. GETTY IMAGES

**En 2021, près de la moitié des nouvelles rentes invalidité qui ont été allouées s'expliquent par des troubles mentaux.**

Jocelyn Rochat

Il y a «des signaux d'alerte», ce sont «le niveau élevé de stress et l'augmentation constante du taux d'épuisement émotionnel dans la population active», avertit Thomas Mattig, le directeur de Promotion Santé Suisse, au moment de présenter les résultats du Job Stress Index 2022.

Selon cette étude publiée à la fin août, «le taux des actifs qui se sentent émotionnellement épuisés dépasse la barre des 30% pour la première fois». Ces personnes, qui figurent dans un échantillon de 3022 Suisses et Suissesses de 16 à 65 ans qui ont été sondés, «souffrent d'une plus forte pression, elles vivent davantage de conflits et elles reçoivent globalement moins de reconnaissance pour leur travail».

Mais surtout, «de nouvelles contraintes sont nées de la pandémie de Covid-19», et elles sont venues s'ajouter à la liste. Promotion Santé Suisse pense notamment «à

la crainte pour soi-même ou pour ses proches de tomber gravement malade, à un sentiment d'isolement social comme à l'usage accru des outils d'information et de communication au travail».

### Problématique mondiale

La Suisse n'est pas la seule à présenter des symptômes de ce genre. À l'OMS, le directeur général, Tedros Adhanom Ghebreyesus, parle lui aussi de «signal d'alarme», mais au niveau planétaire. Le patron de l'Organisation mondiale de la santé s'est exprimé en mars dernier, au moment de la publication d'une note scientifique qui a montré que «la prévalence de l'anxiété et de la dépression avait augmenté massivement de 25%, au cours de la pandémie de Covid-19».

Il s'est enfin «adressé à tous les pays pour qu'ils accordent davantage d'attention à la santé mentale et qu'ils fassent des efforts pour soutenir leurs populations». À la fin 2021, trop de personnes n'étaient toujours pas en mesure d'obtenir les soins dont elles avaient besoin. Car «cette progression des troubles mentaux a coïncidé avec de graves perturbations des services de santé mentale, aboutissant à d'énormes lacunes en matière de prise en charge», a souligné l'OMS.

On observera que ces «signaux d'alarme» ne tombent pas comme un coup de tonnerre dans un ciel bleu. La tendance à la hausse a clairement précédé la pandémie. «Les arrêts de travail liés à la

«Avec la multiplication des nouvelles anxiogènes, on observe une fragilisation encore plus importante qu'à l'époque du Covid.»

Isabelle Kunze, responsable de la Health Unit et des Corporate Health Services pour La Vaudoise

santé mentale ont augmenté de 34% entre 2013 et 2021 chez nos assurés», précise Gabriele Weher, cheffe de la communication de PK Rück.

En moyenne, «des incapacités de travail pour des raisons psychiques durent 218 jours (sans tenir compte des cas où l'absence est inférieure à deux semaines). C'est nettement plus long que les arrêts de travail prescrits pour des raisons somatiques. La plupart du temps, il s'agit d'un arrêt de travail complet du début à la fin», note l'assureur SWICA, dans une autre étude sur le sujet. Et puis, selon les statistiques de l'assurance invalidité, près de la moitié des nouvelles rentes AI en 2021 étaient attribuables à des diagnostics portant sur des troubles mentaux.

### Le coût du stress

Ces arrêts de travail ont un coût. Le stress «peut mener à une baisse de productivité chez les personnes actives, soit parce qu'elles sont absentes, soit parce qu'elles sont venues travailler sans être pleinement performantes (présentisme)», détaille Promotion Santé Suisse. Pour les cas les plus graves, la société PK Rück a évalué «à 460'000 francs le coût moyen par cas d'invalidité (AI), de la première rente versée jusqu'à la retraite».

Si on parvenait à limiter ces problèmes, grâce notamment aux mesures ciblées de gestion de la santé en entreprise, «l'économie suisse pourrait faire des économies potentielles de 1,5 milliard, par le

biais de la réduction de l'absentéisme, et de 5 milliards supplémentaires avec la réduction du présentisme», a calculé Promotion Santé Suisse.

### Services de gestion des absences

Notons que les entreprises comme les assureurs n'ont pas attendu ces études déprimantes pour faire des calculs similaires et réagir. «Des services de gestion des absences en entreprises se sont multipliés ces dernières années», observe Isabelle Kunze, responsable de la Health Unit et des Corporate Health Services pour La Vaudoise.

Et ces unités ont trouvé de quoi s'occuper. «Quand j'ai commencé à développer un concept de santé au travail et en entreprise pour le groupe Vaudoise Assurances, en 2012, nous étions 3,6 à travailler dans ce secteur. Aujourd'hui, nous sommes une trentaine sur l'ensemble de la Suisse, avec l'idée d'intervenir le plus possible en amont des problèmes.»

La rapidité de l'intervention améliore les chances de guérison. Si l'incapacité de travail «est signalée tôt, le taux de réussite moyen de la gestion de ces cas est de 75%. Six mois après le début d'une maladie, la probabilité de retourner au travail est inférieure à 50% et, six mois plus tard, elle est inférieure à 20%», détaille PK Rück.

«La plus grande efficacité est observée pour la réinsertion des personnes souffrant de troubles psychiques», précise PK Rück.

Après, la vitesse ne résout pas tout. «Ça dépend beaucoup des typologies de diagnostics, dit Isabelle Kunze. Pour une schizophrénie, ça ne changera pas si l'on intervient après un ou quelques mois, mais pour tout ce qui est en lien avec le poste, de l'épuisement aux conflits de travail, il faut agir le plus tôt possible pour découvrir ce qui se cache derrière un arrêt de travail. Plus on attend, plus la situation se complique et moins il y a de lien entre le collaborateur et l'entreprise.»

La bonne nouvelle, c'est que l'arsenal de mesures imaginées par les assureurs, les prestataires de services et les entreprises donne des résultats. «Le *case management* réduit le risque d'invalidité de 33%», chiffre PK Rück. Ce sera important pour la suite. Car tous les lanceurs de «signaux d'alerte» qui se sont exprimés ces dernières semaines ne connaissent pas encore l'impact de la guerre en Ukraine et des craintes liées à la crise de l'énergie que le conflit a suscitées sur le moral fragile des travailleurs.

«Avec la multiplication des nouvelles anxiogènes, on observe une fragilisation encore plus importante qu'à l'époque du Covid», constate Isabelle Kunze. Les *chief happiness officers*, cette nouvelle profession de «semeurs de joie en entreprise», qui sont désormais engagés un peu partout pour maintenir le moral des troupes, ont encore du travail devant eux. Les assureurs aussi.