

Résumé

Monitoring de la santé psychique, axé principalement sur les personnes âgées et le stress au travail

Actualisation 2011

sur mandat de Promotion Santé Suisse

Laila Burla (Obsan)

Neuchâtel, le 7 juillet 2011

I. Résumé

L'Obsan a reçu pour mandat de Promotion santé suisse la réalisation d'un monitoring sur la santé psychique, axé principalement sur les personnes âgées et le stress au travail. Le présent résumé donne un aperçu des principaux résultats des indicateurs présentés.

La santé psychique en général

Les analyses montrent que la santé psychique varie selon l'âge, le sexe, la nationalité et le statut socio-économique (formation, revenu).

Si l'on considère le facteur *âge*, il ressort des analyses que quelques ressources augmentent avec l'âge mais qu'il en va aussi de même de certains problèmes. Ainsi, les personnes âgées ont plus souvent un sentiment de maîtriser leur existence que les personnes plus jeunes. La satisfaction par rapport à la vie en général augmente aussi avec l'âge, à l'inverse de la satisfaction par rapport à la santé, ce qui n'a rien d'étonnant compte tenu de l'accroissement des troubles physiques au fil des années de vie. Les confidents ou personnes de confiance représentent une autre ressource importante pour la santé. La part des personnes qui n'ont personne à qui se confier tend à progresser avec l'âge ; en outre, les personnes âgées ont plus rarement plusieurs confidents. Alors que les tensions psychiques diminuent à partir du groupe d'âge des 25 à 34 ans, la proportion des personnes présentant de faibles symptômes de dépression augmente nettement avec l'âge.

Si l'on procède à une différenciation selon le sexe, on observe d'une manière générale que la santé psychique semble un peu moins bonne chez les femmes que chez les hommes : cela vaut pour les indicateurs concernant l'optimisme, le sentiment de maîtriser son existence et les problèmes psychiques. Les différences sont assez faibles mais constantes. La différence est plus nette pour ce qui touche les faibles symptômes dépressifs : ceux-ci affectent 19% des femmes et 13% des hommes. En revanche, les femmes peuvent plus fréquemment se confier à plusieurs personnes.

Les *personnes de nationalité suisse* ont en moyenne une meilleure santé psychique générale que les *personnes de nationalité étrangère*.

Cela vaut pour tous les aspects étudiés, les différences entre ces deux groupes de population étant particulièrement marquées en ce qui concerne les parts de personnes ayant un faible sentiment de maîtriser leur existence (19% contre 26%). Les ressortissants étrangers souffrent aussi plus souvent de problèmes psychiques (22%, CH : 16%) et de symptômes de dépressions moyens à graves (7%, CH: 3%).

Les analyses confirment globalement que plus le niveau de formation et le revenu d'une personne sont élevés, meilleure est sa santé psychique. Les écarts sont assez marqués, notamment entre les personnes sans formation post-obligatoire et celles au bénéfice d'une formation du degré tertiaire, et s'observent dans tous les indicateurs. Ainsi, les personnes ayant un statut socio-économique élevé sont plus optimistes, peuvent plus souvent se confier à des personnes de confiance et présentent un meilleur sentiment de maîtriser leur existence. Cela explique que les problèmes psychiques et les symptômes dépressifs soient plus rares dans ce groupe de population : si 17% des personnes diplômées du degré tertiaire présentent des symptômes de dépression, la part correspondante se monte à 45% chez les personnes sans formation post-obligatoire.

Les différences en fonction du niveau de formation et du revenu évoquées ci-dessus rejoignent les résultats de diverses études, selon lesquels les personnes ayant un faible statut socio-économique ont une moins bonne santé psychique et physique (voir aussi l'indicateur « capacités sensorielles »).

Par ailleurs, on remarque que les personnes sans activité lucrative se montrent moins souvent optimistes et satisfaites et qu'elles souffrent plus fréquemment de problèmes psychiques et de symptômes dépressifs. Cela pourrait être entre autres lié au fait que les personnes sans emploi sont majoritairement des femmes et des chômeurs, qui sont psychologiquement plus fragiles.

Facteurs de la vie professionnelle pouvant influencer la santé

A l'instar de la santé psychique en général, les conditions de travail varient fortement selon les groupes de population.

Si l'on considère les figures en fonction de l'âge, on voit que les effets négatifs du travail sur la santé sont plus fréquents en particulier pour les groupes d'âge moyen, donc pour des actifs occupés se trouvant « au plus fort » de leur vie professionnelle et familiale. Ainsi, les personnes actives occupées de 25 à 55 ans souffrent plus souvent de stress et de problèmes psychiques dus au travail et ont davantage de difficultés à concilier vie professionnelle et vie privée. Ces groupes d'âge sont aussi ceux qui présentent les plus faibles parts de personnes n'ayant pas peur de perdre leur emploi. Le travail sur appel et le travail en équipe sont des formes de travail atypiques où la part des moins de 25 ans est la plus importante. Ces derniers travaillent aussi plus souvent selon des horaires de travail fixes. Les absences du travail pour cause de problèmes de santé ou pour motifs familiaux diminuent avec les années, mais les personnes de 55 à 64 ans présentent plus d'absences de longue durée (>30 jours). Les chiffres concernant les rentes AI montrent que les maladies psychiques représentent la cause d'invalidité la plus fréquente chez les nouveaux bénéficiaires de rente âgés de 25 à 44 ans.

Les *hommes* sont plus nombreux que les *femmes* à estimer que leur travail porte atteinte à leur santé. Ils mentionnent nettement plus souvent, parmi les effets négatifs du travail, les douleurs dorsales, le stress ou les problèmes psychiques. Il est intéressant de constater que les femmes se plaignent moins souvent que les hommes de difficultés à concilier vie professionnelle et vie privée/familiale. Si les femmes disent plus rarement subir des charges physiques et psychiques au travail, les analyses montrent que certaines conditions de travail sont moins favorables pour elles que pour les hommes : ainsi, les femmes estiment que leurs possibilités de développement et de participation dans leur cadre professionnel sont plus faibles. L'écart entre les sexes est important également en ce qui concerne l'appréciation des chances de faire carrière: 43% des hommes jugent qu'elles sont bonnes, alors que les femmes ne sont que 24% à en dire de même. Les femmes ont plus sou-

vent que les hommes des horaires de travail fixes et sont aussi davantage impliquées dans des formes de travail atypiques comme le travail le dimanche, le travail en équipe et le travail sur appel. Les analyses relatives à l'absentéisme au travail ne font pas état de différences notables entre les sexes quant à la fréquence et à la durée des absences du travail liées à des problèmes de santé. En ce qui concerne l'invalidité, les bénéficiaires de rente AI comptent davantage d'hommes que de femmes en Suisse. En revanche, les femmes sont plus nombreuses à toucher une rente pour des raisons psychiques.

Si l'on considère la *situation professionnelle*, les analyses donnent des résultats semblables à celles établies en fonction du sexe. Cela peut entre autres s'expliquer par le fait que les femmes travaillent plus souvent à temps partiel que les hommes. Ainsi, les personnes ayant un emploi à temps partiel font plus rarement état de troubles de santé (entre autres de stress) dus au travail et elles jugent l'équilibre entre vie professionnelle et vie privée (Life Domain Balance) plus favorablement que celles travaillant à plein temps. Ces dernières sont en revanche plus satisfaites de leurs conditions de travail.

Selon les analyses effectuées en fonction de la *nationalité*, les personnes de nationalité étrangère connaissent plus souvent le travail en équipe, les modèles d'horaires de travail fixes, l'insécurité de l'emploi et un déséquilibre entre vie professionnelle et vie active.

On observe, comme pour la santé psychique en général, des écarts parfois marqués dans les conditions de travail selon le *niveau de formation* et le *revenu* des personnes : plus le niveau de formation et le revenu d'une personne sont élevés, plus il est rare qu'elle travaille selon une forme de travail atypique et un horaire de travail fixe. Les différences sont particulièrement nettes pour le travail en équipe et le travail sur appel. Les personnes sans formation post-obligatoire ont en outre plus fréquemment peur de perdre leur emploi que celles ayant un niveau de formation plus élevé. Le tableau n'est cependant pas le même en ce qui concerne les problèmes psychiques : ces deux phénomènes touchent plus souvent les personnes ayant un niveau de formation et un revenu élevés.

La santé et l'activité professionnelle des personnes âgées

La dégradation progressive de la santé physique avec l'âge se reflète dans les résultats concernant la « satisfaction par rapport à la santé » et, de manière assez nette, dans l'indicateur « capacités sensorielles ». Les difficultés à voir, à entendre et à parler augmentent très fortement chez les personnes d'un grand âge. Ainsi, un peu moins de 2% des personnes de moins de 75 ans éprouvent des difficultés à voir; cette part se monte à plus de 10% chez les personnes de 85 ans et plus. De plus, à un âge avancé, la part des personnes présentant de faibles symptômes de dépression progresse fortement. Elle atteint 16% chez les 55 à 64 ans et 31% dans le groupe d'âge le plus élevé (75 ans et plus). Les actifs occupés âgés ne sont certes pas plus souvent absents du travail en raison de problèmes de santé, mais la durée de leurs absences est beaucoup plus longue que pour les actifs occupés plus jeunes. Par ailleurs, les problèmes de santé sont aussi l'une des raisons les plus fréquemment invoquées pour prendre une retraite anticipée.

L'accroissement des troubles de santé avec l'âge ne s'accompagne cependant pas d'une diminution des ressources. Ainsi, les personnes âgées bénéficient plus souvent de certains facteurs protégeant la santé comme la satisfaction générale et d'un sentiment élevé de maîtriser son existence (voir aussi la partie consacrée à la « santé psychique en général »).

D'une manière générale, la satisfaction au travail semble s'accroître avec l'âge. Il convient de relever cependant que certaines charges telles que les problèmes psychiques dus au travail, l'insécurité de l'emploi ou le déséquilibre entre vie professionnelle et vie active ne diminuent sensiblement qu'à l'âge de la retraite, autrement dit chez les personnes à partir de 65 ans. Cela s'explique notamment par le fait que dans ce groupe d'âge, les personnes exerçant encore une activité professionnelle le font pour ainsi dire volontairement. Fait intéressant: si le travail en équipe tend à diminuer avec l'âge, la part des personnes travaillant la nuit et le dimanche ou sur appel reste cependant plus ou moins constante dans les groupes d'âge au-delà de 25 ans.