Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 114 (2016)
Heft: 6

Artikel: Age et pénibilité d travail de nuit
Autor: Grolimund Berset, Denise
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-949218

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Age et pénibilité du travail de nuit

Le travail de nuit (de 23 h à 6 h du matin) et le travail dominical (de 23 h le samedi à 23 h le dimanche, valable également pour les jours fériés) sont en principe interdits en Suisse. Il existe toutefois de nombreuses exceptions. Le travail hospitalier en fait partie, pour autant qu'il respecte certaines dispositions légales.

Dre Denise Grolimund Berset

Selon l'Office fédéral de la statistique, 5 % de toutes les personnes actives en Suisse travaillaient la nuit de manière régulière et 17,1 % le soir en 2014 (OFS, 2015).
Les travailleurs qui sont occupés au moins 25 nuits par année civile ont *droit* à un examen médical et aux conseils qui s'y rapportent. Ils peuvent faire valoir ce droit une fois tous les deux ans s'ils ont moins de 45 ans et une fois par an à partir de 45 ans. Il s'agit bien d'un droit et non d'une obligation, sauf pour les travailleurs exposé à des tâches dangereuses. C'est à l'employeur d'informer le travailleur de ce droit.

Avis divergents

L'évaluation de la pénibilité du travail de nuit est très personnelle. On estime que 10 % des travailleurs de nuit le supportent sans problème aussi à long terme, que 70 % le tolèrent en s'adaptant et en mettant dans la balance les avantages et les inconvénients et que 20 % quittent d'eux-mêmes leur poste parce que cela leur est insupportable, soit pour des raisons personnelles, soit pour des raisons de santé (SECO, 2013a).
D'un point de vue physiologique, l'être humain n'est pas fait pour travailler de nuit. Il est réglé pour vivre de jour et, avec l'âge, le travail de nuit devient plus difficile encore à supporter. L'examen médical sert d'une part à estimer l'impact qu'a le travail de nuit sur la santé et donner les conseils de prévention y relatifs, notamment concernant le sommeil et l'alimentation. D'autre part, il permet de s'assurer que le travailleur n'a pas un problème de santé pouvant rendre le travail de nuit dangereux pour lui-même ou quelqu'un d'autre (collègue, usagers, etc.).

Confidentialité

Les informations données durant l'examen sont soumises au secret médical et ne peuvent être communiquées à l'employeur qu'avec le consentement du travailleur. Seules les conclusions du médecin quant à l'aptitude du travailleur (aptitude, inaptitude, inaptitude provisoire, aptitude sous conditions) sont transmises à l'employeur. Chaque fois que c'est réalisable, l'employeur doit affecter le travailleur déclaré inapte au travail de nuit pour des raisons de santé à un travail de jour similaire auquel il est apte.
A partir de 45 ans, les travailleurs ont souvent plus de problèmes de santé qui pourraient déboucher sur une inaptitude, raison pour laquelle ils ont droit à des examens médicaux plus rapprochés.

Exemple

Madame X travaille comme infirmière, depuis 10 ans dans une structure privée de soins à domicile. Elle a des horaires variables: 6h-14h30, 14h-22h30, 22h-6h30. Elle est âgée de 55 ans et depuis 4 ans, elle note qu'elle a plus de difficultés à s'adapter à l'horaire du matin. Elle a beaucoup de peine à se lever quand elle fait cet horaire et le considère comme le plus difficile. Quand elle fait l'horaire de nuit, elle a plus de difficultés à dormir en journée.
De manière générale, elle note qu'à chaque changement d'horaire, la première – voire la deuxième nuit – sont compliquées, car elle a des difficultés à s'endormir. Elle se réveille souvent durant la nuit et parfois se réveille trop tôt le matin. Elle a donc commencé à prendre des somnifères depuis quelques mois pour l'aider à «se mettre dans le rythme» et avec cela elle rapporte s'endormir un peu mieux. Néanmoins, la fatigue devient de plus en plus pesante. Elle nous signale un moral un peu fluctuant, elle se sent déprimée, mais le met en lien avec la fatigue. En outre, elle est connue et traitée pour une hypertension artérielle.
Dans cette situation, la question de l'inaptitude au travail de nuit se pose. En effet, cela ne fait pas de sens qu'une travailleuse doive prendre des somnifères pour

Auteure

Dre Denise Grolimund Berset, médecin cheffe de clinique, spécialiste en Médecine du travail à l'Institut universitaire romand de santé au travail (IST), Lausanne

pouvoir s'adapter aux changements d'horaires, notamment pour pouvoir dormir la journée. Ainsi, une mise en inaptitude provisoire sera prononcée dans un premier temps et la situation réévaluée de manière anticipée.

Recommandations utiles
Les brochures éditées par le Secrétariat d'état à l'économie (SECO, 2013a; SECO, 2013b) sont une bonne source d'information, car elles rassemblent de multiples recommandations concrètes et elles peuvent être consultées à tout moment.

Références
OFS (2015) Progression des horaires de travail flexibles. Communiqué de presse du 16 avril 2015.
SECO (2013a) Travail en équipes: Informations et astuces, 13 p.
SECO (2013b) Travail de nuit ou en équipes: Pauses et alimentation, 11 p.

Combien sont-elles à travailler la nuit?

Avant même d'avoir entamé leurs études, les futures sages-femmes savent très bien qu'elles auront à travailler de nuit. Qu'en est-il dans la réalité du parcours professionnel? Les sages-femmes plus âgées travaillent-elles aussi la nuit? La question a été posée à quatre maternités romandes.

- A Genève, les 160 sages-femmes travaillant à la maternité des HUG (Hôpitaux universitaires de Genève) font toutes des nuits (par roulement) mais aucune ne fait exclusivement des nuits. Dès 57 ans, elles ont le droit de demander à ne plus faire des nuits, mais elles ne le sollicitent pas toutes.
- A Lausanne, 123 sages-femmes sont engagées comme salariées à la maternité du CHUV (Centre hospitalier universitaire vaudois). Parmi elles, 82 travaillent la nuit, dont 2 seulement ont plus de 60 ans. Elles pourraient demander à ne plus travailler la nuit étant donné leur âge, mais elles ne l'ont pas fait.
- A Neuchâtel, elles sont 63 sages-femmes à travailler à la maternité et 90 % d'entre elles font des nuits. Pour l'instant, aucune sage-femme de plus de 45 ans ne travaille la nuit.
- A Sion, elles sont 54 sages-femmes engagées à la maternité et 90,7 % d'entre elles font des nuits. Dès leur 55e année, elles ont le droit de ne plus faire de nuits. Pour le moment, aucune sage-femme de 60 ans ou plus ne travaille la nuit.

Durant cette mini-enquête, il m'a été indiqué qu'une autre tendance commence à se manifester: de plus en plus de sages-femmes de moins de 45 ans justifient leur volonté de ne plus travailler la nuit par un certificat médical «en bonne et due forme».

Par ailleurs, avec ou sans travail de nuit, certaines maternités accordent des avantages liés à l'âge ou à l'ancienneté.

- A Genève, les plus de 60 ans bénéficient statutairement d'une 6e semaine de vacances.
- A Neuchâtel, la convention collective de travail accorde une semaine de vacances supplémentaire dès 50 ans ou 15 ans de service révolus et une autre semaine de vacances supplémentaire dès 60 ans ou 25 ans de service révolus.
- A Sion, le personnel dispose d'une semaine de vacances supplémentaire dès l'âge de 40 ans ou 15 ans de service. En outre, une semaine de vacances supplémentaire est offerte – ou payée – pour les 20 ans, 25 ans et 30 ans d'ancienneté.

Enfin, au niveau fédéral, il n'existe aucune réglementation limitant la possibilité de travailler des sages-femmes en fonction de leur âge.

Josianne Bodart Senn

Regula Hauser
Sage-femme, MPH, Directrice de la formation continue à l'Institut pour sages-femmes, Haute Ecole des sciences appliquées de Zurich

Chère lectrice, cher lecteur,

«En quoi le vieillissement est-il inéluctable? Dans quelle mesure la société en est-elle responsable? Comment nos sociétés devraient-elles fonctionner afin que même à un âge avancé, une personne puisse demeurer un être humain à part entière?» Telles sont les questions que Simone de Beauvoir, philosophe et féministe française, se pose dans son essai «La Vieillesse», paru en 1970.

En Suisse, l'âge de la retraite des femmes est fixé actuellement à 64 ans. La durée de la vie active des femmes et des sages-femmes s'étend donc jusqu'à cette échéance. Or il est à prévoir que dans les années à venir cette dernière soit repoussée.

Les soins obstétricaux sont de plus en plus exigeants. La complexité du diagnostic augmente sans cesse, les traitements médicaux sont toujours plus performants. Les femmes ont de nouveaux besoins, elles s'informent désormais via Internet et les réseaux sociaux. Le travail en équipe nécessite davantage d'énergie. Les sages-femmes indépendantes travaillent souvent trop parce que les effectifs ne sont pas assez nombreux. Les secteurs de la santé publique et de la formation sont astreints aux économies et les sages-femmes exerçant plusieurs fonctions en subissent les conséquences. Tous ces facteurs, et bien d'autres encore, augmentent la charge de travail au quotidien.

Selon l'Office fédéral de la statistique, les filles nées en 2014 ont une espérance de vie moyenne de 85,2 ans. Nous autres sages-femmes devons prendre soin de nous, car les belles années que nous avons encore devant nous, une fois à la retraite, nous souhaiterions les vivre en bonne santé. Simone de Beauvoir n'avait que 62 ans lorsqu'elle a écrit son livre sur la vieillesse.

Regula Hauser

Cordialement, Regula Hauser