

<b>Zeitschrift:</b>	Habitation : revue trimestrielle de la section romande de l'Association Suisse pour l'Habitat
<b>Herausgeber:</b>	Société de communication de l'habitat social
<b>Band:</b>	41 (1968)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	Notre page féminine : la fatigue, un mal du siècle
<b>Autor:</b>	Dardel, Isabelle de
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-126411">https://doi.org/10.5169/seals-126411</a>

### 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:** 24.01.2026

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

## La fatigue, un mal du siècle

par Isabelle de Dardel

32

Définition du mot surmenage par Littré: Excéder de fatigue une bête de somme ou autre en la faisant aller trop vite ou trop longtemps... Se dit aussi des personnes.

Tout le monde est fatigué. Dans quelle profession y a-t-il quelqu'un qui ne se dise pas surmené? Jusque dans les métiers et les activités artisanales où, autrefois, personne ne semble s'être jamais plaint de fatigue. Le mal s'est étendu non seulement dans les villes, les villages, mais jusqu'à la campagne, à tous les échelons de la hiérarchie sociale, chez les enfants mêmes puisqu'il y a un problème de surmenage scolaire à résoudre.

Dans son ouvrage *Le Surmenage professionnel*<sup>1</sup>, Pierrette Sartin, une Française, administrateur civil au Ministère de l'Industrie, écrit: «Même ceux qui ne travaillent pas se disent surmenés... et en présentent les symptômes.» Ceux-ci, d'ailleurs, recouvrent les états les plus divers, dans lesquels la fatigue physique, la fatigue intellectuelle, la fatigue psychique se recouvrent et sont tributaires l'une de l'autre.

Le travail moderne, allié au bruit, à la pollution de l'air et aux sollicitations et agressions extérieures, engendre une fatigue d'un caractère insolite parce qu'il fait appel à la personnalité dans sa totalité, à son intelligence, son affectivité, son sens social et que, sans cesse, notre système nerveux doit s'adapter à des attitudes mentales changeantes, des comportements inédits. En outre, tout se tient. Si une fatigue excessive affecte le corps et l'es-

prit d'un individu, elle a des répercussions sur la collectivité. Selon M<sup>me</sup> Sartin, c'est précisément cette difficulté de vivre qui engendre un mal dont cliniciens, psychologues et sociologues tentent de découvrir le mécanisme pour obtenir la guérison.

M<sup>me</sup> Sartin a réussi à rendre une étude de caractère technique extrêmement prenante parce qu'elle-même est aux prises avec les problèmes de la fatigue et du surmenage de par ses fonctions au Plan de l'équipement et de la productivité. Sa science et sa nature généreuse en ont fait un livre «qui se lit comme un roman».

Elle analyse le surmenage professionnel dans les secteurs les plus menacés, les plus atteints (mais en est-il qui ne le soit pas?): salariat, enseignants, directions, cadres, professions libérales, populations rurales, et cette masse féminine qu'il est convenu d'appeler «les ménagères». Le surmenage, quand il atteint un individu, sape l'entente du couple, la vie de famille; il détruit le sens civique et celui des responsabilités politiques. Voilà qui expliquerait, du moins en partie, le phénomène de l'abstentionnisme. Les gens sont si fatigués, si tendus quand ils ont terminé leur travail professionnel, qu'ils sont incapables de s'intéresser à des questions d'utilité publique. Ils aspirent au repos et plus encore à reconquérir leur autonomie, car leur travail les a mis en miettes: «C'est peut-être cette rupture constante du moi qui fait des professions médico-sociales des professions si épuisantes et on aurait tort de penser que le goût des relations humaines facilite la tâche. Il ne fait, au contraire, que l'alourdir, car ces relations doivent demeurer précisément sur une ligne de neutralité et d'objectivité qui prend figure d'indifférence.»

En Angleterre, aux Etats-Unis et plus récemment en France, on s'occupe depuis longtemps du surmenage des dirigeants, qu'ils soient de professions libérales ou responsables d'entreprises commerciales ou industrielles. Il est aujourd'hui prouvé que cadres et directeur meurent plus tôt par rapport à la moyenne de la population, atteints qu'ils sont, la plupart du temps, de maladies du cœur et des vaisseaux sanguins. Il existe, aux USA, des spécialistes de la médecine préventive qui soumettent deux fois par an les dirigeants à des examens systématiques qu'on appelle «check up». Dans le cas particulier, la surmortalité est due à une foule de facteurs comme les horaires trop longs, le poids des soucis, l'ambition, une alimentation irrationnelle, l'abus de l'alcool et de la fumée du tabac qui est, selon M<sup>me</sup> Sartin,

<sup>1</sup> **Les Grands Problèmes**, chez Hachette.

truction de logements sur des terrains privés en garantissant notamment sous forme de cautionnement les prêts hypothécaires destinés à financer ces constructions, comme cela s'est fait dernièrement pour un groupe d'environ 200 appartements au Boisy et comme cela se fait actuellement pour un groupe d'environ 500 logements en voie de réalisation au pont des Sauges, à la Blécherette. Rappelons à ce propos que la commune donne sa garantie jusqu'à concurrence de 90% du coût du terrain et des constructions, en compensation de quoi le prix des loyers reste contrôlé durant une période de vingt ans au moins. Il serait souhaitable que ce système d'encouragement à la construction de logements qui ne coûte rien à la commune puisse se développer encore à l'avenir.

encore plus toxique pour celui qui la respire que pour le fumeur lui-même. Des enquêtes faites un peu partout font ressortir que le surmenage s'installe entre 40 et 50 ans pour augmenter par la suite. Il s'agit de la tranche de vie qui correspond généralement à des responsabilités accrues et durant laquelle les conflits affectifs latents prennent tout à coup une intensité redoutable.

Cependant, il n'y a pas que les dirigeants qui soient la proie des maladies cardio-vasculaires; elles affectent aussi les ouvriers et les salariés. Le Centre d'assistance aux cardiaques de Bucarest révèle que sur 500 cas d'infarctus du myocarde, 18% sont le fait d'ouvriers qui font un travail de force et 52% de travailleurs dont l'activité nécessite un effort du système nerveux central. Ces chiffres recouvrent ceux des statistiques établies aux Etats-Unis.

On note également une augmentation inquiétante des maladies mentales. Elles se dépistent de plus en plus chez les travailleurs manuels, alors qu'autrefois elles étaient l'apanage des intellectuels. Les névroses se rencontrent surtout dans le domaine de l'industrie, ce qui ne signifie pas que le secteur commercial et les ruraux en soient indemnes. Les Suédois estiment que 20% des salariés de l'industrie est atteint de troubles nerveux. En Hollande, les usines Philips font ressortir dans leurs statistiques que le 30 à 40% du personnel est sujet à des désordres mentaux. Aux usines Fiat, à Turin, 48% des employés est atteint de psychonévroses. Nous ne pouvons malheureusement pas faire de comparaison avec des chiffres suisses, car ils n'existent pas.

Les causes des maladies mentales sont multiples. Par exemple, un travail demandant une attention constante ou une tension des yeux soutenue et qui ne laisse qu'une place minime à l'initiative et au sens de la responsabilité. Les cadences trop rapides, qui sont une des causes principales du surmenage dans l'industrie. Ajoutons encore les «horaires tournants»; 70% des ouvriers supportent difficilement l'horaire tournant; chez ceux-ci les ulcères gastriques sont fréquents et ils sont sujets aux rhumatismes, aux maladies cardio-vasculaires, aux troubles endocriniens et aux désordres mentaux.

Mme Pierrette Sartin, auteur d'un ouvrage devenu classique sur *La Promotion des Femmes*, se devait d'ouvrir un chapitre sur le surmenage ménager. Des enquêtes médicales prouvent que par rapport à la population féminine tout entière, la proportion des Françaises surmenées est plus forte parmi celles qui se confinent à la maison que

parmi celles qui ont pris un travail au-dehors. 36% des femmes d'intérieur souffrent de troubles mentaux. Selon les recherches faites par MM. Alain Girard et Bastide sur le budget-temps des femmes mariées en France, la durée de travail pour ces *femmes sans profession* est de 54 heures dans les agglomérations urbaines et de 63 heures dans les milieux de cultivateurs. La semaine légale de 40 heures est ainsi plus que largement dépassée. Cette situation à elle seule – car il faudrait encore parler de l'aspect psychologique du travail ménager, véritable tonneau des Danaïdes – implique un surmenage évident et cela d'autant plus que ces Pénélopes modernes ne prennent pratiquement pas de repos hebdomadaire et, en principe, aucunes vacances.

En étudiant les causes du surmenage, Mme Pierrette Sartin est frappée par les contradictions qui gouvernent le monde, le monde économique en particulier. La recherche forcenée du rendement et de la productivité à tout prix coexiste avec un manque d'organisation et de coordination à tous les niveaux. Le gaspillage des talents et des énergies va de pair avec la hantise de l'efficacité. Et surtout, la primauté de la technique masque l'importance primordiale des problèmes humains. «Alors que dans les relations de travail, c'est l'affection bien plus que la raison qui guide les actions et surtout les réactions des hommes». Seul un humanisme des temps nouveaux pourra résorber ces contradictions.