



Travail du dimanche et santé

Le travail du dimanche sans impact majeur (hors désocialisation)

Il ne semble pas qu'il y ait d'impact mesurable sur la santé, bien que certains chronobiologistes aient formulé quelques objections.

Les impacts négatifs concernent la désocialisation des personnes qui travaillent le dimanche comme celles qui travaillent selon des horaires atypiques.

Les aspects négatifs du travail du dimanche sur la santé

Ceux qui travaillent le dimanche dans le commerce sont déjà le plus souvent au travail le samedi qui reste la plus grosse journée d'activité commerciale. Leur période de repos est en décalage avec celles de la majorité des autres 'travailleurs' mais surtout avec les membres de la famille qui sont scolarisés.

De même, le caractère constant de la journée de repos de la société dans son ensemble permet d'organiser des activités de loisir que ce soit en société ou en famille. Ceux qui travaillent le dimanche sont ainsi progressivement exclus de ces événements qui forment le lien social.

On se souviendra à titre d'exemple que le gouvernement a ainsi déplacé la journée de manifestation "je suis Charlie" du samedi à la journée du dimanche pour permettre aux français dans leur ensemble d'y participer.

On peut aussi penser aux salariés qui ne peuvent aller voter le dimanche parce qu'ils travaillent.

De plus en plus nombreux sont ceux qui ne bénéficient pas de deux jours de repos consécutifs dans la semaine.

Il en est de même de ceux dont la journée de repos varie de semaine en semaine en fonction des plannings.

Pour ces salariés, le rythme de vie et la pénibilité du travail sont accrus.

Ainsi, un salarié qui pourra se reposer le mercredi et le vendredi et qui travaillera les autres jours de la semaine ne bénéficie pas de la même quantité de repos consécutive que celui qui bénéficie du dimanche et du lundi. Moins encore, lorsque la semaine suivante, ses jours de repos seront le lundi et le jeudi.

Il sera plu difficile aussi à ces mêmes salariés de participer à une activité de loisirs lorsqu'ils manquent un entraînement sur deux ou lorsqu'ils ne peuvent intégrer une équipe qu'un dimanche sur deux ou trois.

Le travail de nuit, cancérigène probable

La dérégulation des temps de travail touche non seulement le dimanche, mais également le travail de nuit : les voix qui réclament l'ouverture des magasins le dimanche réclament également en des ouvertures en horaires tardifs.

Le travail de nuit aurait un impact important sur la mortalité, et notamment sur les poumons et le système cardiovasculaire. Voici la conclusion d'une étude commencée en 1998 et parue, ce lundi, dans l'American Journal of Preventive Medicine ¹⁾.

Se basant sur les dossiers de 75.000 infirmières américaines de la cohorte Nurses' Health Study, les chercheurs ont suivi les rythmes de travail et l'état de santé des sujets pendant 22 ans. Résultat : les effets néfastes du décalage dû au travail nocturne se font ressentir au bout de 6 ans.

Les participantes qui ont travaillé de nuit durant 6 à 15 ans étaient exposées à un risque accru de 11 % de mortalité, toutes causes confondues. Le risque de décès d'une maladie cardiovasculaire atteint 19% chez les femmes qui ont travaillé de nuit pendant 6 à 14 ans, 23% pour celles qui ont œuvré plus de 15 ans.

Pour rappel, depuis 2007, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) considère le travail de nuit comme un cancérigène probable ²⁾.

Voir aussi : [«Travailler régulièrement de nuit peut nuire à la santé», 20Minutes, 22 août 2014](#)

En résumé

¹⁾ [Total and Cause-Specific Mortality of U.S.Nurses Working Rotating Night Shifts, AJMP, 6 janv 2015](#)

²⁾ [Le travail de nuit augmente les risques de mortalité, 20Minutes avec agences, 7 janv 2015](#)

From:
<http://wiki.travail-dimanche.com/> - **Le Wiki du Dimanche**

Permanent link:
<http://wiki.travail-dimanche.com/doku.php?id=wiki:discuss:sante>

Last update: **06/08/2017 21:22**



