PANORAMA DES CONNAISSANCES #2 - Édition 2025 - En une page

Technologies numériques et risques professionnels

L'employeur a l'**obligation légale** de protéger la santé physique et mentale de ses employés, en s'appuyant sur le **DUERP**.
Les TIC peuvent être porteuses de risques professionnels qu'il est important de prévenir.

mailoop

OICN
Observatoire de l'Infobésité et de la Collaboration Numérique

Les risques physiques



Le travail sur écran

Troubles musculosquelettiques, fatigue visuelle, maux de tête

→ Les douleurs physiques ne sont pas réservées aux métiers manuels

La posture assise

Sédentarité favorisant maladies cardiovasculaires, diabète, obésité

→ Ces maladies ne sont plus seulement liées à la génétique ou à l'hygiène de vie personnelle

Les risques psycho-sociaux

Intensité et temps de travail

→ Concurrence croissante entre le temps dédié à l'activité principale et celui consacré à gérer les flux d'information

→ Travail dans l'urgence et compression du temps de travail

→ Travail en débordement et enchevêtrement des activités pro/perso

→ Fragmentation de l'activé

Exigences émotionnelles

→ Des codes d'interaction en ligne non stabilisés, occasionnant fatigue et incivilités

→ Peur de rater une information (FOMO) ou de ne pas paraître engagé

Manque d'autonomie

→ Désorganisation du travail subie

→ Potentielle intensification des dispositifs de contrôle par les TIC

Déstabilisation des rapports sociaux

→ Dépersonnalisation des échanges et incivilités

→ Sentiment d'isolement lié à une perte de « co-présence »

→ Tensions avec les proches lorsque le travail envahit la vie privée

→ Tensions avec les managers lorsque le télétravail est surcontrôlé

Conflits de valeurs

Perte de sens liée au sentiment

→ de ne plus pouvoir faire son travail

→ de se noyer dans l'information

→ d'être réactif plutôt qu'actif

→ d'injonctions paradoxales

Insécurité de la situation de travail

→ Peur de perdre son emploi avec l'automatisation des tâches cognitives

→ Evolution rapide des technologies qui perturbent continuellement les conditions de travail



Les leviers d'action

→ Redonner aux usagers un sentiment de maîtrise sur leur organisation et leurs conditions de travail

→ S'appuyer sur les TIC non pour travailler plus et plus vite mais pour travailler mieux

→ Définir des usages numériques qui préservent autant la qualité du travail que la santé des travailleurs

Pour aller plus loin

Canivenc, S./Mailoop pour l'OICN (2025). « Technologies numériques et risques professionnels ». *Panorama des Connaissances #2*

OICN (2024). Le référentiel de l'infobésité et de la collaboration numérique.

