

Avec le soutien de la Sécurité Routière

**SÉCURITÉ ROUTIÈRE
TOUS RESPONSABLES**

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
Mercredi 11 janvier 2017

Somnolence au volant, comment sensibiliser les entreprises et leurs collaborateurs ?

Etats des lieux, retours d'expérience et bonnes pratiques

Paris, le 11 janvier 2017 - L'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV) et la Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable ont organisé aujourd'hui, à Paris, une table ronde sur la somnolence au volant et les moyens de prévenir ce risque pendant les déplacements professionnels et domicile travail.

À cette occasion, Emmanuel Barbe, délégué à la Sécurité et à la circulation routières, est revenu sur l'Appel national des entreprises en faveur de la sécurité routière au travail lancé le 11 octobre 2016 et auquel ont déjà répondu de nombreuses entreprises. Sept engagements ont ainsi été pris par les signataires pour la sécurité de leurs salariés sur la route. L'un d'eux porte sur l'intégration des moments de repos dans le calcul des temps de trajet afin de prévenir la somnolence au volant.

Somnolence au volant, un risque professionnel avéré

Toutes causes confondues, les accidents de la route représentent environ 3% des accidents professionnels, mais plus de 20 % des décès¹. Le risque routier constitue à ce titre la première cause de mortalité au travail.

Si les principaux facteurs d'accidents sont connus, la somnolence reste elle encore trop sous-estimée. Pourtant elle multiplie par 8 le risque d'accident de la route² et demeure la 1^{ère} cause d'accident mortel sur autoroute³. Ce risque est étroitement lié au manque de sommeil des Français qui est considéré par les spécialistes comme un problème de santé publique. En 2014, l'enquête « Sommeil et transports » de l'INSV/MGEN révélait que les actifs dorment en moyenne moins de 7 heures (6h55) par nuit en semaine contre 8h02 le weekend. Ils sont même plus d'un tiers (36%) à déclarer dormir moins de 6 heures par nuit.

¹ CNAMTS

² "Age, performance and sleep deprivation", Journal of sleep research 2004 par des représentants de la Clinique du Sommeil du Centre Hospitalier Universitaire Pellegrin et des Départements de psychologie et de pharmacologie de l'Université de Bordeaux II.

Ce déficit de sommeil chronique reconnu par les actifs français⁴ peut se traduire par des comportements à risque lors de l'activité professionnelle et notamment lors des déplacements sur la route.

Ainsi, selon l'édition 2016 du Baromètre de la conduite responsable, réalisé par IPSOS pour la Fondation VINCI Autoroutes, **63% des Français actifs déclarent se sentir fatigués le matin avant de prendre la route et près d'un Français sur deux (49%) reconnaît ne jamais faire de pause ou de sieste au cours d'un trajet en voiture alors qu'il se sent fatigué.**

Entre les rythmes de vie, les troubles du sommeil (insomnies, apnées ou troubles du rythme du sommeil, ...) ou les effets des médicaments psychoactifs et autres substances, les raisons pouvant expliquer la somnolence sont multiples. Aussi, parce que la somnolence peut frapper à tout moment de la journée, y compris lors des trajets domicile travail et des missions professionnelles, il est primordial pour les entreprises de se saisir de ce sujet.

Sensibiliser les chefs d'entreprises et leurs collaborateurs

La Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable s'engage dans ce sens en développant des formations et des sensibilisations à destination des entreprises. Selon Bernadette Moreau, sa déléguée générale, « *le risque de somnolence doit être identifié par les chefs d'entreprises et connu des collaborateurs. Les mesures de prévention à mettre en place portent à la fois sur le comportement du conducteur qui doit veiller à la bonne gestion de son sommeil et de sa fatigue et sur une organisation du travail adaptée* ». Ainsi l'entreprise peut contribuer à réduire les risques en organisant au mieux les trajets via un certain nombre de précautions : convenir du mode de transport le plus adapté, limiter le nombre de kilomètres à parcourir dans la journée, adapter les horaires de réunions, prévoir des pauses.

« *De manière générale, déclare le professeur Damien Léger, responsable du centre du sommeil et de la vigilance de l'Hôtel-Dieu, à Paris, la somnolence est inévitable lorsqu'on est conducteur professionnel. Il faut accentuer l'information à ce sujet pour sensibiliser les salariés aux conséquences physiologiques du manque de sommeil et permettre le dépistage des pathologies.* ».

« *Les spécialistes du sommeil identifient de mieux en mieux les facteurs responsables de la somnolence ainsi que les moyens de la prévenir. Il est nécessaire de se mobiliser pour renforcer la formation et la sensibilisation des conducteurs professionnels et des entreprises au risque routier de la somnolence. Ces actions seront d'autant plus efficaces qu'elles recueilleront le soutien des pouvoirs publics au niveau national mais aussi européen* » insiste le docteur Joëlle Adrien, présidente de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance.

Partager les bonnes pratiques

Certaines ont pris conscience de ce danger : c'est le cas de la société de transports Salesky, dans laquelle le facteur fatigue des conducteurs est rigoureusement considéré. Responsable formation et sécurité, James Byzery précise : « *lorsqu'ils arrivent sur les différents sites de*

³ ASFA

⁴ 1 actif sur 4 se dit victime de somnolence – Enquête INSV-MGEN 2014

l'entreprise, les conducteurs profitent systématiquement de chambres individuelles où ils peuvent dormir. Étant parfois domiciliés à plus d'une cinquantaine de kilomètres de leur lieu de travail, ces conducteurs, qui roulent de nuit, choisissent aussi, le plus souvent, de profiter de ces structures au retour de leur mission, tôt le matin, avant de rentrer chez eux. »

Chez ETF (filiale d'Eurovia), l'entreprise est soumise à des contraintes identiques : une activité essentiellement nocturne, concernant non seulement les déplacements mais aussi des interventions sur chantiers. « *Par l'intermédiaire d'un organisme spécialisé, signale Elodie Rosa Pivet, expert prévention chez ETF, l'ensemble de son personnel a pu bénéficier d'une formation sur la somnolence. Les salariés ont répondu à des tests afin qu'ils puissent calculer individuellement leur besoin de sommeil. »*

Les spécialistes du sommeil identifient de mieux en mieux les facteurs responsables de la somnolence ainsi que les moyens de la prévenir. Comme le conclut Joëlle Adrien, Présidente de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance, " *il est nécessaire de se mobiliser pour renforcer la formation et la sensibilisation des conducteurs professionnels et des entreprises au risque routier de la somnolence. Ces actions seront d'autant plus efficaces qu'elles recueilleront le soutien des pouvoirs publics au niveau national mais aussi européen.*"

A propos de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance - INSV

L'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV) est une association dont la vocation est de promouvoir le sommeil et ses pathologies comme une composante de santé publique. Son but est de diffuser les connaissances sur le sommeil auprès du public, de former et d'informer, de coordonner les initiatives touchant au sommeil et à la vigilance, ainsi que de rassembler les structures qui touchent aux maladies du sommeil et de l'éveil.

L'INSV s'investit depuis plus de 16 ans pour que la place du sommeil soit reconnue à juste titre de façon individuelle et collective. Toutes ces missions sont accompagnées par les sociétés savantes et scientifiques ainsi que par les associations de patients et de professionnels du monde du sommeil.

www.institut-sommeil-vigilance.org

A propos de la Fondation d'entreprise VINCI Autoroutes pour une conduite responsable

Créée en février 2011, la Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable est à la fois un laboratoire, un observatoire et un outil d'information dédié à la lutte contre l'insécurité routière. Elle a pour but de contribuer à faire évoluer les comportements sur la route et à aider les conducteurs à être les acteurs de leur propre sécurité. Parmi ses actions : mener des campagnes d'information pour sensibiliser aux risques routiers ; financer des recherches scientifiques innovantes dans certains champs des conduites à risques encore insuffisamment explorés ou mal identifiés par les usagers de la route ; enfin, soutenir des initiatives associatives et citoyennes en faveur d'une conduite responsable.

<http://fondation.vinci-autoroutes.com> - <http://www.roulons-autrement.com/>

CONTACTS PRESSE :



Sylvie du Cray-Patouillet – 01 45 03 50 34 – s.ducraypatouillet@ljcom.net



Ludovica Giobbe – 06 15 33 64 30 – ludovica.globbe@vae-solis.com