



Fiche de risques – RPS (risques psychosociaux)

Direction de santé publique de la Montérégie

Mai 2024

DÉFINITION

Les risques psychosociaux (RPS) du travail sont des facteurs de risque liés à l'organisation du travail, aux pratiques de gestion, aux conditions d'emploi et aux relations sociales (INSPQ, 2016). Ils incluent entre autres :

- Charge de travail élevée;
- Faible reconnaissance;
- Faible soutien des collègues;
- Faible soutien des superviseurs;
- Faible autonomie décisionnelle;
- Harcèlement ou violence.

EFFETS SUR LA SANTÉ

Voici les principaux effets possibles :

Durée d'exposition	Catégories d'effets et exemples
À court terme	Stress (plus la situation dure longtemps, plus les effets du stress sont grands) Exemples de symptômes : <ul style="list-style-type: none">• Maux de tête, douleurs musculaires• Hausse de la tension artérielle• Fatigue, trouble du sommeil• Irritabilité, détresse psychologique• Oublis, difficultés de concentration
À moyen ou long terme	Troubles musculosquelettiques (ex. : mal de dos)
	Problèmes de santé mentale (ex. : épuisement professionnel, dépression)
	Problèmes cardiovasculaires (ex. : hypertension, accident vasculaire cérébral [AVC])
	Décès (ex. : à cause d'une maladie cardiovasculaire ou d'un suicide)

Les RPS augmentent aussi le risque d'accident et peuvent avoir divers impacts négatifs sur les milieux de travail (ex. : absentéisme, perte de productivité, mauvais climat de travail).

SEUIL D'INTERVENTION PRÉVENTIF

Selon la Loi sur les normes du travail, les employeurs doivent prendre les moyens raisonnables pour prévenir le harcèlement psychologique et sexuel et le faire cesser lorsqu'il est informé d'une telle situation.



Fiche de risques – RPS (risques psychosociaux)

De plus, selon la Loi sur la santé et la sécurité du travail, les employeurs doivent :

- Protéger la santé et l'intégrité physique et psychologique des travailleurs;
- Protéger les travailleurs exposés, sur les lieux de travail, à de la violence physique ou psychologique;
- Inclure les RPS dans les démarches de prévention en santé et sécurité;

CONCLUSION ET RECOMMANDATIONS

Puisque l'exposition aux RPS est mauvaise pour la santé, les employeurs doivent agir pour les prévenir. Voici des exemples d'activités de prévention possibles. Soulignons que tout le monde dans un milieu de travail a un rôle à jouer pour prévenir les risques psychosociaux (direction, gestionnaires, travailleurs, etc.).

Les activités de prévention présentées dans le tableau suivant sont des mesures qui peuvent se retrouver dans le *Rapport et recommandations sur la gestion des risques pour la santé* et qui peuvent être mises en place dans votre milieu de travail. L'équipe du réseau de santé publique en santé au travail (RSPSAT) peut vous soutenir dans le choix des activités à prioriser compte tenu de l'importance du niveau d'exposition du risque dans votre établissement.

ACTIVITÉS DE PRÉVENTION	
<i>LES ACTIVITÉS SUIVIES D'UNE ÉTOILE (*) PEUVENT ÊTRE RÉALISÉES PAR L'ÉQUIPE DU RSPSAT</i>	
IDENTIFIER LE RISQUE	
Identifier les risques psychosociaux présents dans le milieu ou le contexte de travail *	
Analyser les risques psychosociaux présents dans le milieu ou le contexte de travail *	
CORRIGER	
Réaliser des activités d'information sur les effets à la santé, les signes et symptômes, et les moyens préventifs *	
Valider le contenu de l'information donnée par le milieu de travail *	
Mener une démarche organisationnelle de prévention des RPS *	
Implanter ou renforcer des moyens préventifs pour les facteurs de risque identifiés (ex. : politiques, formations, organisation du travail, pratiques de gestion, méthodes de travail, outils)	
Adopter une politique de prévention du harcèlement psychologique et de traitement des plaintes, conformément à l'article 81.19 de la Loi sur les normes du travail	
Diffuser la politique de prévention du harcèlement psychologique et de traitement des plaintes adoptée par l'entreprise et la rendre disponible au personnel, conformément à l'article 81.19 de la Loi sur les normes du travail	
CONTRÔLER	
S'assurer que les nouveaux travailleurs et gestionnaires reçoivent l'information sur les effets à la santé, les signes et symptômes, et les moyens préventifs	
Planifier des séances d'informations périodiques pour les travailleurs et les gestionnaires, avec un rappel sur les effets à la santé, les signes et symptômes, et les moyens préventifs	
Évaluer l'implantation et l'impact de la démarche organisationnelle de prévention des RPS	
Évaluer la satisfaction du personnel par rapport aux moyens préventifs implantés ou renforcés	
Évaluer l'application de la politique de prévention du harcèlement et de traitement des plaintes	



Fiche de risques – RPS (risques psychosociaux)

Pour plus d'information sur les moyens préventifs possibles pour un facteur de risque spécifique (ex. : charge de travail), vous pouvez consulter :

- Les fiches de l'INSPQ sur les facteurs de risque : <https://www.inspq.qc.ca/publications/2371>
- Les fiches de l'INSPQ sur les pratiques de gestion (dans la section « Risques psychosociaux du travail ») : <https://www.inspq.qc.ca/carrefour-prevention-organisationnelle/repertoires>
- Le site de la CNESST: <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/sante-psychologique/risques-psychosociaux-lies-au-travail>

Note : pour accéder à un des liens ci-dessus, veuillez diriger votre souris sur le lien désiré. Peser et maintenir la touche « CTRL » et ensuite cliquer avec la souris de gauche. Le document va apparaître dans une nouvelle page de votre moteur de recherche sur internet.