INTERNATIONAL SOS CONSULTING

Note sur la Santé Globale

Édition Juin 2025

Éditorial de Juin

Le paysage mondial de la santé continue d'évoluer, avec des maladies infectieuses et non transmissibles (MNT) qui posent des défis permanents. Ces dernières années, les flambées de dengue ont augmenté en Amérique latine et en Asie du Sud-Est, et la diminution des financements pour des maladies comme le paludisme a entraîné un regain d'intérêt pour le contrôle des vecteurs et les systèmes d'alerte précoce dans le secteur privé, avec la création d'une nouvelle alliance BRIDGE pilotée par le Forum Économique Mondial. Parallèlement, la communauté mondiale de la santé se prépare à la Quatrième Réunion de Haut Niveau des Nations Unies sur les MNT et la santé mentale, prévue pour septembre 2025, qui vise à accélérer les progrès en matière de prévention, d'accès aux soins et d'intégration de la santé mentale.

Ces évolutions soulignent l'importance d'un investissement soutenu dans la préparation aux situations d'urgence et la résilience à long terme des systèmes de santé. Pour les organisations, cela signifie rester informées et agiles, prêtes à répondre aux nouvelles menaces tout en continuant à soutenir le bien-être des employés dans un monde en mutation.

Ainsi, dans cette édition de la Note sur la Santé Globale, nous explorons le paysage changeant de la santé et du bien-être au travail à travers le prisme de la santé au travail, du changement démographique, de la science émergente et des pratiques inclusives en entreprise.

Nous commençons par un aperçu stratégique des cinq forces clés qui transforment la santé au travail en 2025 – de la technologie et des dangers environnementaux à l'évolution des normes et aux priorités en matière de santé mentale. À mesure que les organisations s'adaptent à ces évolutions, l'importance de stratégies SST proactives et intégrées n'a jamais été aussi évidente.

Nous analysons ensuite les implications mondiales du vieillissement de la population. Comme les gens vivent plus longtemps et travaillent plus tard dans leur vie, les employeurs doivent repenser la façon dont ils soutiennent les équipes multigénérationnelles et se préparent à la hausse de la demande de soins de santé.

Dans notre troisième article, nous abordons le microbiote intestinal, un domaine scientifique qui transforme rapidement notre compréhension de la santé. Nous explorons les liens entre santé intestinale, bien-être mental, résilience immunitaire et productivité, et ce que cela signifie pour les stratégies de bien-être au travail.

Enfin, nous mettons l'accent sur l'expérience vécue des employés atteints de maladies chroniques et de troubles mentaux. Cet article propose des conseils pratiques sur la manière dont les organisations peuvent créer des environnements inclusifs et bienveillants qui permettent à tous les employés de s'épanouir.

Le **Dr Anthony Renshaw** a contribué au dernier livre blanc d'Accenture Development Pathways, le FHF Report 2025, qui comprend des études de cas et des analyses dans plusieurs secteurs.

Lire ici

Nous espérons que cette édition vous offrira des perspectives et de l'inspiration pour continuer à bâtir des environnements de travail plus sains et plus résilients.

Par **Dr Anthony Renshaw,**
Directeur Médical Régional,
Europe & Afrique Practice,
Consulting International

Tendances actuelles:

Solutions axées sur la santé ayant eu un impact au cours des trois derniers mois

Renforcement de la santé et de l'hygiène au travail dans les environnements à haut risque

Nous avons soutenu des organisations en déployant des spécialistes de la santé et de l'hygiène pour évaluer et gérer les risques d'exposition professionnelle, y compris les risques chimiques, sonores et ergonomiques. Ce travail a permis d'assurer la conformité aux normes réglementaires, de protéger le bien-être des employés et de renforcer les pratiques de travail sûres dans des environnements opérationnels complexes.

Coordination des conseils de santé globale pour des opérations diverses

Des organisations avec des équipes dispersées géographiquement se sont tournées vers nous pour obtenir des conseils de santé homogènes et de haute qualité. Nous avons aidé à identifier les lacunes en matière de santé au travail, à aligner les pratiques sur les normes internationales et à mettre en œuvre des modèles évolutifs pour la coordination des soins et la délivrance des programmes.

Intégration de la gestion des risques sanitaires dans la planification opérationnelle

Dans divers projets, nous avons intégré les évaluations des risques sanitaires dans des stratégies opérationnelles plus larges. Cela comprenait l'évaluation de la préparation médicale, le conseil sur les infrastructures de santé locales et la préparation du personnel aux défis sanitaires propres à chaque région, garantissant ainsi la continuité des activités et la protection de la main-d'œuvre dans des environnements dynamiques.

Contactez nos conseillers santé à consulting@internationalsos.com pour en savoir plus.

De la gestion des risques à la résilience: Cinq forces qui transforment la santé au travail en 2025

Par **Dr Olivier Lo**,
Directeur Médical Groupe, Santé au travail,
et **Su Chantry**,
Infirmière Senior Santé au Travail

La santé au travail ne se limite plus à la conformité: c'est désormais un levier stratégique pour la résilience, la productivité et la pérennité de la main-d'œuvre. En 2025, les organisations naviguent dans un environnement en rapide mutation, modelé par la technologie, les risques environnementaux et l'évolution des attentes des salariés. Voici ce que les organisations doivent savoir et mettre en œuvre.

1 La technologie transforme la prévention et la formation

Les casques intelligents, exosquelettes et capteurs portables sont désormais courants dans les industries à haut risque, permettant une surveillance en temps réel de la fatigue, de la posture et des dangers environnementaux. L'intelligence artificielle alimente les analyses prédictives pour détecter les risques avant qu'ils ne se produisent, tandis que la réalité virtuelle révolutionne la formation à la sécurité, en particulier dans les environnements dangereux ou isolés.

Que faire:
Faites l'audit de votre utilisation actuelle des technologies de sécurité. Utilisez-vous des outils prédictifs ou des formations immersives pour réduire les incidents et améliorer la préparation?

2 Les dangers environnementaux redéfinissent les profils de risque de la main-d'œuvre

L'augmentation de l'exposition aux événements climatiques extrêmes, à la pollution de l'air et à l'évolution des conditions environnementales introduit de nouveaux risques complexes pour la santé et la sécurité au travail. Cela inclut des vagues de chaleur plus fréquentes, une mauvaise qualité de l'air liée aux incendies et la propagation des maladies vectorielles dans de nouvelles régions.

Ces dangers accroissent les risques de stress thermique, de maladies respiratoires et de perturbation du travail, notamment pour les travailleurs de terrain et manuels. Les tempêtes, inondations et incendies graves créent des risques physiques et des défis opérationnels.

Les organisations prévoyantes:

- Intègrent l'évaluation des risques environnementaux dans leur système de santé et sécurité au travail,
- Mettent en œuvre des contrôles proactifs: horaires de travail adaptés, systèmes d'alerte précoce, conception améliorée des sites,
- Développent des protections ciblées pour les groupes de travailleurs vulnérables.

La future norme ISO PAS 45007 (attendue fin 2025) offrira un cadre pratique pour traiter ces risques et bâtir des lieux de travail plus résilients et durables.

Que faire:
Évaluez l'exposition de votre organisation aux dangers environnementaux. Vos systèmes sont-ils capables de gérer l'impact des phénomènes extrêmes, de la qualité de l'air et des risques émergents?

3 La santé mentale et les risques psychosociaux exigent des stratégies proactives

L'isolement, le burnout et les facteurs de stress liés au genre augmentent. Les organisations leaders intègrent la santé mentale dans leurs programmes SST – avec du counseling, des journées de santé mentale, des politiques inclusives. La norme ISO 45010 (sur les menstruations et la ménopause, prévue pour 2026) reflète cette tendance.

Que faire:
Examinez votre soutien à la santé mentale. Couvrez-vous les risques psychosociaux dans les équipes hybrides et répondez-vous aux besoins de santé variés?

INTERNATIONAL SOS CONSULTING

Regardez le **Dr Olivier Lo** et la **Dr Athénaïs Sivaloganathan** expliquer comment une approche proactive du bien-être au travail peut générer une réelle valeur pour l'entreprise, et découvrez comment vous pouvez commencer à opérer des changements concrets au sein de votre propre organisation.

Regardez

4 Les normes évoluent – êtes-vous prêt?

La révision de l'ISO 45001 (prévue pour 2027) déplacera l'accent de la prévention des risques vers la promotion du bien-être. Les nouvelles normes telles que l'ISO 45004 (évaluation des performances) et l'ISO 45006 (risque infectieux) sont déjà en vigueur.

Que faire:
Comparez vos pratiques SST actuelles aux nouvelles normes. Êtes-vous prêt pour la gestion proactive et holistique de la santé?

5 Le retour sur investissement est clair

Les programmes SST modernes réduisent l'absentéisme, améliorent la rétention et la productivité. La recherche montre un retour de 1,15£ pour chaque 1£ investie dans la prévention des blessures. Sur un marché du travail concurrentiel, les employeurs attentifs à la santé se démarquent.

Que faire:
Quantifiez l'impact de vos initiatives SST. Utilisez les données pour justifier l'investissement dans la santé de la main-d'œuvre.

Les organisations peuvent transformer ces tendances en stratégies sur-mesure, garantir la conformité, protéger les personnes et optimiser la performance. Nos experts sont là pour accompagner votre transition, que vous repensiez votre modèle SST ou prépariez de nouvelles normes.

INTERNATIONAL SOS CONSULTING

Un rendement de 1,15£ pour chaque 1£ investi uniquement dans la prévention des blessures

Le tournant de la longévité: Préparer les effectifs et les systèmes de santé pour l'avenir

Par **Shannon Thomson**,
Infirmière coordinatrice,
International Assistance

Selon la Division de la population des Nations Unies, l'espérance de vie mondiale à la naissance est passée d'environ 65 ans au milieu des années 1990 à 73,5 ans en 2024.

Les problèmes de santé sont plus fréquents chez les personnes âgées, tout comme la fréquence d'accès aux soins. Si le vieillissement s'accompagne de maladies associées comme la démence ou l'arthrose, il voit aussi l'émergence de pathologies liées aux conséquences d'un mode de vie délétère, telles que le diabète de type 2.

Ceci a un impact considérable sur les systèmes de santé du monde entier. Non seulement les coûts augmentent, mais la demande croissante de professionnels de santé se heurte à une population active proportionnellement moindre. Les pays doivent donc importer des professionnels de santé de l'étranger.

Ces changements sont aujourd'hui plus visibles dans les pays développés: au Japon, 28,2% de la population a plus de 65 ans, un record mondial. Plusieurs pays européens suivent la même trajectoire, tandis que les pays en développement y sont moins exposés pour le moment. L'UNICEF prévoit qu'un enfant sur dix dans le monde naîtra au Nigeria d'ici 2050, ce qui maintiendra l'âge moyen de la population à un niveau bas. Ces changements démographiques profonds vont creuser les inégalités de santé à l'échelle mondiale.

Ce sujet est reconnu comme une priorité, les Nations Unies ayant déclaré 2021-2030 «décennie du vieillissement en bonne santé».

Conséquences du vieillissement en entreprise

Les salariés partant à la retraite plus tard et restant actifs plus longtemps, les organisations constatent une augmentation des risques professionnels liés à l'âge: blessures musculo-squelettiques, maladies chroniques… Ces évolutions requièrent des adaptations pour garantir sécurité, productivité et inclusion à tous les âges.

Que peuvent faire les employeurs?

Pour renforcer la résilience d'une main-d'œuvre multigénérationnelle, les employeurs peuvent:

- Réaliser des évaluations des risques santé pour identifier les vulnérabilités liées à l'âge,
- Mettre en place des adaptations ergonomiques et environnementales pour réduire les risques de blessures,
- Proposer des programmes de promotion de la santé axés sur la prévention des maladies chroniques, la mobilité et la santé cognitive,
- Adapter les politiques RH pour plus de flexibilité (horaires, congés, planification de la retraite),
- Sensibiliser les managers au soutien des salariés âgés et à la collaboration intergénérationnelle.

Il est important de naviguer dans ces mutations démographiques via des politiques et des stratégies santé adaptées, alignées sur le devoir de protection de l'entreprise, afin que la main-d'œuvre reste résiliente, inclusive et prête pour l'avenir.

Les organisations constatent une augmentation des risques professionnels liés à l'âge, allant des troubles musculo-squelettiques aux maladies chroniques

Repensons la santé intestinale: Nouveaux éclairages de la science du microbiome

Pourquoi le microbiome est-il important pour le bien-être et la résilience des salariés?

Par **Dr Clara Fillol**,
Consultante médicale

Au cours de la dernière décennie, l'intérêt pour le microbiote intestinal humain a explosé, dépassant la seule sphère digestive pour s'étendre au cerveau, au système immunitaire, au métabolisme et au vieillissement. Ce qui était un domaine spécialisé est désormais essentiel à une vision intégrée de la santé humaine.
À mesure que la science progresse, l'importance du microbiote pour la santé et la performance au travail devient plus claire: la santé intestinale est aujourd'hui liée non seulement à la digestion, mais aussi au bien-être mental, à la résilience immunitaire et même au vieillissement biologique – autant de facteurs qui influencent la productivité, l'absentéisme et la santé à long terme des salariés.

Pour les organisations, c'est l'occasion d'intégrer le microbiote dans les stratégies de bien-être au travail et d'aider les salariés à passer de la science à l'action via des ateliers, des programmes ciblés et des politiques alignées avec la responsabilité sociale et la résilience des équipes.

Qu'est-ce que la santé intestinale en 2025?

Traditionnellement, elle était associée à l'absence d'inconfort digestif (ballonnements, constipation, diarrhée). Mais la recherche élargit cette définition: la santé intestinale recouvre aujourd'hui un microbiote équilibré, diversifié et résilient, qui soutient la digestion, régule le système immunitaire, influence l'humeur et la cognition, et module même le vieillissement biologique.

Le microbiote intestinal compte des milliards de micro-organismes: bactéries, virus, champignons, parasites. Ces microbes ne sont pas de simples passagers: ils produisent des neurotransmetteurs, des hormones, des acides gras à chaîne courte (AGCC) et d'autres composés essentiels à la santé. Les déséquilibres (dysbiose) sont liés à de nombreuses maladies: dépression, anxiété, maladies cardiovasculaires, maladies auto-immunes, vieillissement accéléré… De nombreux groupes comme ZOE (Royaume-Uni) proposent désormais des conseils alimentaires personnalisés en fonction du risque individuel.

Dialogue intestin-cerveau

L'axe intestin-cerveau est désormais reconnu comme un réseau de communication bidirectionnel: neurones, hormones, immunité, métabolisme. **Plus de 90% de la sérotonine corporelle et une part importante de la dopamine sont produites dans l'intestin**.
Certaines souches bactériennes influencent l'activité des neurotransmetteurs, l'inflammation et les fonctions cérébrales.
Des études animales et humaines ont montré que le stress modifie la composition du microbiote, tandis qu'une dysbiose altère la cognition et la régulation émotionnelle. De nouvelles recherches sur les «psychobiotiques» (ex: Bifidobacterium, Lactobacillus) suggèrent que des interventions ciblées pourraient soutenir la santé mentale.

Alimentation et microbiome: quoi de neuf?

Le lien entre alimentation et microbiote n'a jamais été aussi clair. Une alimentation riche en aliments transformés (sucre, graisses saturées, sel) favorise les microbes pro-inflammatoires. Les régimes riches en fibres végétales (type méditerranéen) renforcent la diversité microbienne et augmentent la production d'AGCC bénéfiques.
De nouvelles recherches montrent que le métabolisme microbien des fibres alimentaires influence l'expression des gènes par des mécanismes épigénétiques comme l'acétylation des histones, reliant ainsi la santé intestinale à la prévention des maladies chroniques et au vieillissement.

INTERNATIONAL SOS CONSULTING

Regardez **Maria Gomez Mojica** expliquer comment des programmes bien conçus, axés sur la sensibilisation à la nutrition, la promotion des loisirs et le soutien aux habitudes de vie saines, peuvent **améliorer le bien-être et la productivité au travail**

Regardez

Vieillissement et microbiome: la nouvelle frontière

La science du microbiome commence à alimenter les modèles de vieillissement biologique. Les «horloges du microbiome» – modèles prédictifs fondés sur la composition microbienne – permettent d'estimer l'âge biologique plus justement que l'âge chronologique. La perte de diversité est un marqueur du vieillissement, alors qu'une grande richesse microbienne est liée à une meilleure immunité, cognition et longévité.

Certains métabolites du microbiote, en particulier les AGCC, régulent l'inflammation et maintiennent l'intégrité de la barrière intestinale, ce qui pourrait ralentir le vieillissement. Les thérapies ciblant le microbiome sont à l'étude pour retarder le vieillissement et prolonger la durée de vie en bonne santé.

Probiotiques: mode ou véritable intérêt?

Bien que le marché des probiotiques soit en plein essor, tous les produits n'apportent pas un bénéfice démontré. L'usage de certaines souches est pertinent après une antibiothérapie ou pour certains troubles digestifs, mais chez les personnes en bonne santé, les effets sont variables. Les aliments fermentés (yaourt, kéfir, kimchi, kombucha) peuvent présenter un intérêt, même si la recherche se poursuit.

Les changements de mode de vie – sommeil suffisant, activité physique régulière, gestion du stress, alimentation naturelle et variée – restent la meilleure manière de bâtir et maintenir un microbiote robuste. Les effets bénéfiques peuvent mettre plusieurs mois à se manifester, mais ils sont significatifs sur le long terme.

À retenir

La santé intestinale n'est plus une question de digestion seulement. Elle est centrale pour la santé mentale, l'immunité et le vieillissement. Le microbiome est à la fois un miroir et un régulateur de notre état intérieur. À l'avenir, les interventions personnalisées sur le microbiome pourraient devenir une pratique courante en prévention et en médecine personnalisée.

Pour l'instant, la meilleure recommandation reste la plus simple: alimentation de type méditerranéen, mouvement régulier, gestion du stress, bon sommeil, et écoute de ses sensations digestives.

Les organisations peuvent aussi jouer un rôle plus large:

Sensibiliser:

Informer les salariés sur les liens entre intestin, mental et immunité via des ateliers d'experts.

Revoir la nutrition:

Favoriser l'accès à des aliments riches en fibres et promouvoir des habitudes saines.

Intégrer la santé intestinale aux programmes bien-être:

Notamment pour la santé mentale, le vieillissement ou la prévention des maladies chroniques.

Analyser les pratiques actuelles:

Identifier les domaines où les stratégies actuelles de santé et de bien-être pourraient manquer des opportunités de soutien à la santé du microbiote.

En adoptant une approche proactive, les entreprises aident leurs salariés à renforcer leur résilience intérieure et la performance globale de l'organisation.

INTERNATIONAL SOS CONSULTING

Les changements de mode de vie – un sommeil de qualité, une activité physique régulière, la réduction du stress et une alimentation variée et naturelle – restent le moyen le plus efficace de développer et de maintenir un microbiote intestinal résilient

S'épanouir au travail: Mieux vivre la maladie chronique et la santé mentale

Par **Maria Gomez Mojica,**
Consultante bien-être et santé mentale,
et **Dr Anthony Renshaw,**
Directeur Médical Régional

Les maladies non transmissibles (MNT) sont la principale cause de morbidité et de mortalité dans le monde (maladies cardiovasculaires, cancers, diabète, maladies respiratoires…). Elles touchent aussi de plus en plus les jeunes générations, du fait de l'évolution des modes de vie (moins d'activité physique, alimentation déséquilibrée). Leur impact en entreprise est majeur, avec des pertes de productivité importantes.

Par exemple, **les salariés atteints d'obésité clinique sont 0,7 % moins productifs et ceux qui dorment moins de 5 heures par nuit sont près de 8 % moins productifs que leurs collègues.** L'effet cumulatif de plusieurs maladies peut sérieusement nuire au bien-être individuel et à la performance de l'organisation.

Le défi complexe de la maladie chronique

Vivre avec une maladie chronique revient souvent à gérer un « second emploi à temps plein » – sans vacances, ni arrêt maladie, ni possibilité de démissionner. Ce « travail invisible » exige une attention constante : suivi des symptômes, gestion des médicaments, organisation des rendez-vous médicaux, maintien de régimes alimentaires spécifiques, planification minutieuse de l'énergie quotidienne. Cette gestion intensive a forcément des répercussions sur la vie professionnelle, entraînant une fatigue accrue, des troubles cognitifs (« brouillard cérébral ») et la nécessité de moduler son effort tout au long de la journée.

Cependant, les personnes vivant avec une maladie chronique développent souvent une résilience, une adaptabilité et une conscience de soi remarquables. Elles deviennent d'excellentes résolveuses de problèmes et des leaders empathiques. Leur expérience à jongler entre la santé et les responsabilités professionnelles permet de développer des compétences précieuses en planification, délégation et optimisation des ressources – des atouts essentiels dans le monde du travail actuel.

La dynamique du bien-être

Santé physique et mentale sont interdépendantes. Bien accompagnées, elles créent des cercles vertueux de bien-être. Les personnes concernées développent une vision globale de la santé qui profite à toute l'équipe et peuvent inspirer des innovations organisationnelles inclusives et adaptables. Les compétences acquises (intelligence émotionnelle, pensée stratégique, gestion des limites) se révèlent aussi utiles au travail.

Le dévoilement, une décision complexe

Gérer cette réalité pose la question difficile du dévoilement en milieu professionnel. Beaucoup préfèrent garder leur maladie pour eux, par crainte de discrimination lors d'un recrutement, d'un refus de promotion ou de préjugés. Cette « lutte invisible » ajoute du stress, chacun devant arbitrer ce qu'il partage ou non sur sa santé. Certains minimisent leurs symptômes ou travaillent coûte que coûte, au risque d'aggraver leur état physique et mental.

Créer des cultures où la santé peut être abordée sans crainte de conséquences professionnelles est essentiel. Les organisations qui luttent activement contre la stigmatisation et soutiennent leurs salariés vivant avec une maladie chronique améliorent le bien-être individuel et bénéficient des talents et compétences uniques de ces collaborateurs.

Il est essentiel de créer des cultures d'entreprise où les questions de santé peuvent être abordées ouvertement, sans crainte de répercussions professionnelles

Points complémentaires pour le soutien

Il est donc crucial que les organisations soutiennent leurs employés face aux défis de santé visibles et invisibles, afin de permettre à ceux qui vivent avec une maladie chronique de s'épanouir, ce qui contribue à renforcer la résilience et la productivité de l'ensemble de la main-d'œuvre.

Voici quelques stratégies clés:

Approche par parcours de vie

- Développer des programmes adaptés aux différentes étapes de la vie professionnelle, du début de carrière jusqu'à la retraite.
- Adapter les interventions aux groupes d'âge et aux besoins de santé spécifiques, afin d'en garantir la pertinence et l'efficacité.

Dépistage et détection précoce

- Encourager les bilans de santé réguliers, comme la mesure de la tension artérielle ou les dépistages des cancers. Fournir des conseils pour accéder aux services de santé publique et aux ressources de soutien en santé mentale.

Éducation et sensibilisation

- Informer les salariés et les managers sur le lien entre santé physique et mentale – un aspect souvent sous-estimé: par exemple, le sommeil et les maladies chroniques mal prises en charge sont tous deux liés à la santé psychologique.
- Promouvoir des habitudes de vie saines (activité physique, alimentation équilibrée) pour prévenir l'apparition ou l'aggravation des maladies non transmissibles.

Politiques et pratiques inclusives

- Créer un environnement favorable où les salariés se sentent à l'aise pour évoquer leur état de santé sans crainte de discrimination.
- Mettre en place des aménagements de travail flexibles et des adaptations raisonnables pour soutenir les personnes souffrant de maladies chroniques. Il est important de noter que, dans de nombreux pays, certaines maladies chroniques bénéficient d'une protection juridique.

Évaluation et mesure de l'impact

- Évaluer régulièrement l'efficacité des programmes de santé et de bien-être à travers des enquêtes et des analyses de données. De nombreuses organisations proposent des programmes de santé ou des bilans à leurs salariés, mais ne vérifient pas systématiquement leur efficacité.
- Adapter les stratégies en fonction des retours et des résultats afin d'améliorer en continu le soutien proposé aux collaborateurs. Ce cycle d'évaluation et d'ajustement garantit la pertinence des actions et l'atteinte des objectifs de santé fixés.

INTERNATIONAL SOS CONSULTING

Regardez le **Dr Rod Rodrigues-Fernandez** et **Maria Gomez Mojica** discuter des aspects essentiels de la gestion de la santé mentale et des maladies chroniques (MNT) en milieu professionnel

Regardez

INTERNATIONAL SOS
CONSULTING

Get on touch