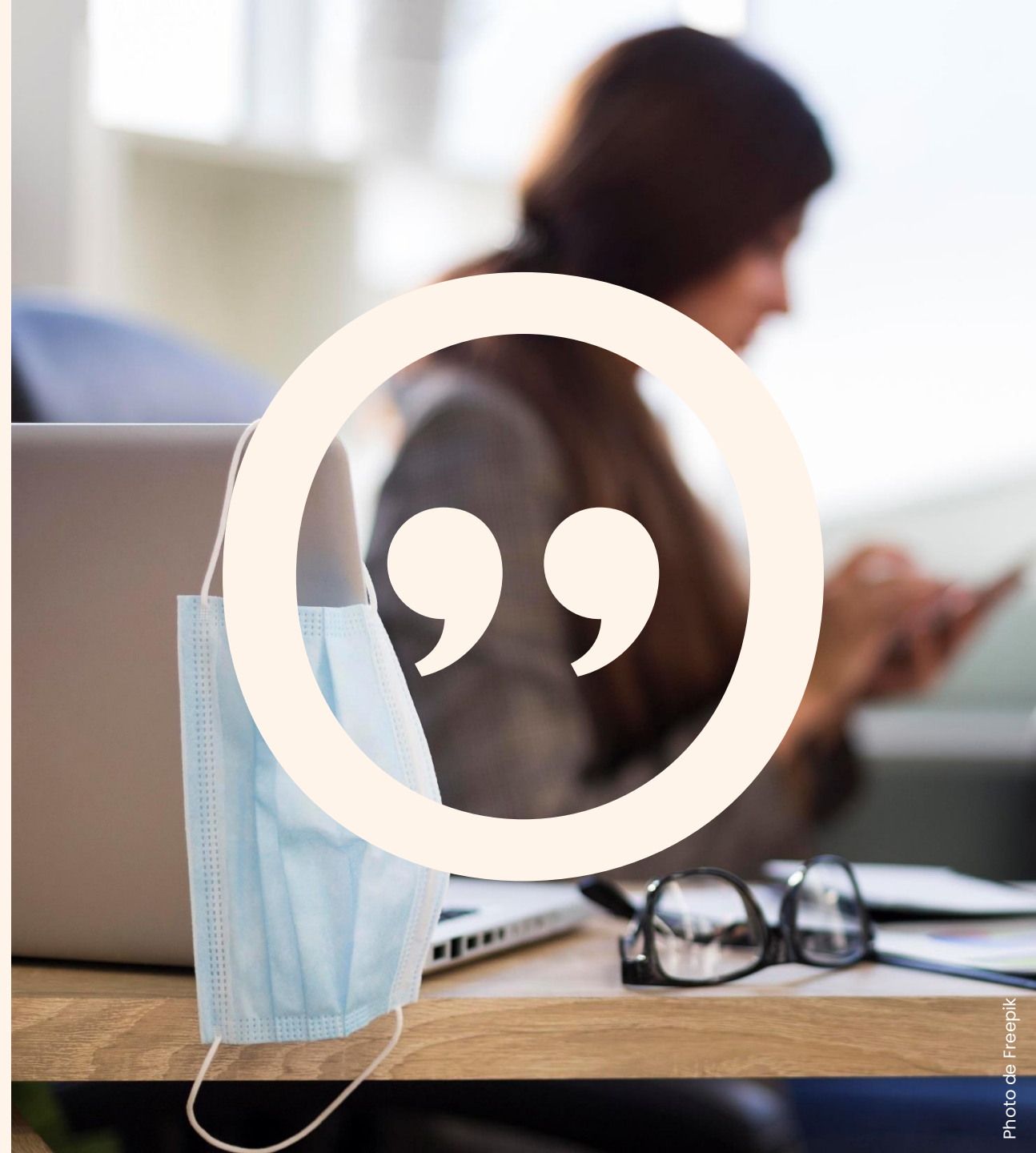


opinionway,

— POUR —
deuxieme
avis.fr

Les salariés et *la santé au travail*

Rapport d'étude | Février 2026





opinionway

Crédits : dev-csngbam

La méthodologie

La méthodologie

Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« Sondage OpinionWay pour Deuxième avis »

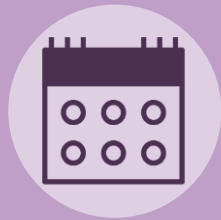
et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.



Echantillon de **1180 salariés français**, issu d'un échantillon de **2110 Français** représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.

L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 18 au 23 février 2026**. Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.

OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte **des marges d'incertitude** : 1,4 à 3,1 points au plus pour un échantillon de 1000 répondants.



Les résultats

opinionway

Crédits : adobe stock



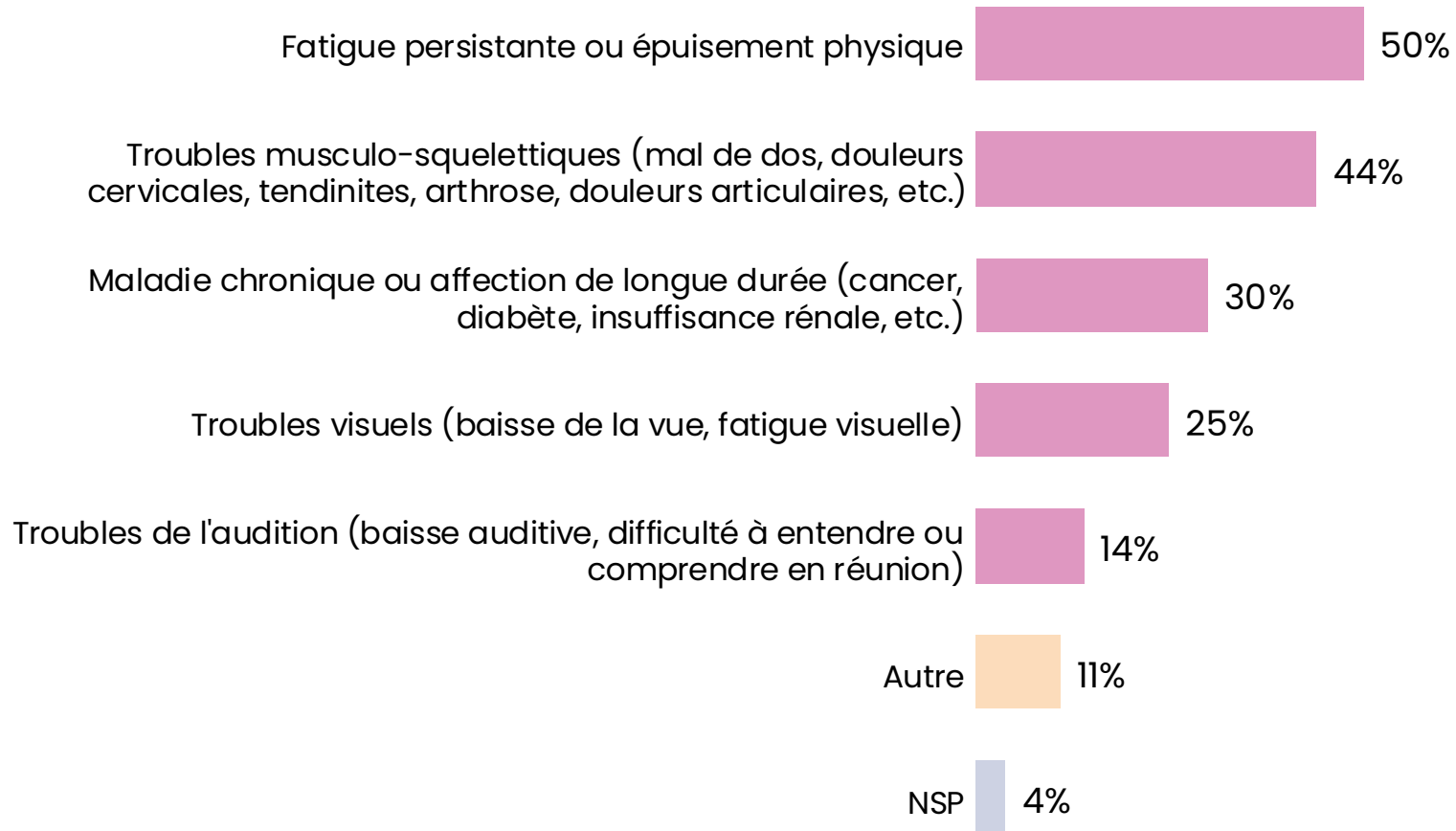
Les freins à la santé physique au travail



1180
Salarié(e)s

Q. Aujourd'hui, quels sont les principaux freins de santé physiques qui pourraient vous empêcher de tenir durablement dans votre activité professionnelle ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%



1,8

Freins en moyenne



Les freins à la santé physique au travail



1180
Salarié(e)s

Q. Aujourd'hui, quels sont les principaux freins de santé physiques qui pourraient vous empêcher de tenir durablement dans votre activité professionnelle ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	SEXE		AGE			STATUT	
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 à 49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-
Fatigue persistante ou épuisement physique	50%	52%	49%	49%	55%	46%	51%	50%
Troubles musculo-squelettiques (mal de dos, douleurs cervicales, tendinites, arthrose, douleurs articulaires, etc.)	44%	43%	44%	36%	46%	46%	37%	50%
Maladie chronique ou affection de longue durée (cancer, diabète, insuffisance rénale, etc.)	30%	32%	29%	23%	28%	37%	30%	30%
Troubles visuels (baisse de la vue, fatigue visuelle)	25%	27%	23%	25%	25%	23%	24%	25%
Troubles de l'audition (baisse auditive, difficulté à entendre ou comprendre en réunion)	14%	18%	10%	16%	14%	13%	14%	13%
Autre	11%	10%	13%	15%	9%	11%	13%	10%
Nombre moyen	1,8	1,9	1,7	1,7	1,9	1,8	1,8	1,8



Les freins à la santé physique au travail



1180
Salarié(e)s

Q. Aujourd'hui, quels sont les principaux freins de santé physiques qui pourraient vous empêcher de tenir durablement dans votre activité professionnelle ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
Fatigue persistante ou épuisement physique	50%	47%	55%	40%	54%	50%
Troubles musculo-squelettiques (mal de dos, douleurs cervicales, tendinites, arthrose, douleurs articulaires, etc.)	44%	50%	50%	47%	41%	33%
Maladie chronique ou affection de longue durée (cancer, diabète, insuffisance rénale, etc.)	30%	25%	36%	32%	28%	33%
Troubles visuels (baisse de la vue, fatigue visuelle)	25%	21%	26%	21%	24%	30%
Troubles de l'audition (baisse auditive, difficulté à entendre ou comprendre en réunion)	14%	12%	12%	18%	13%	18%
Autre	11%	13%	8%	14%	9%	13%
Nombre moyen	1,8	1,7	2,0	1,8	1,8	1,9



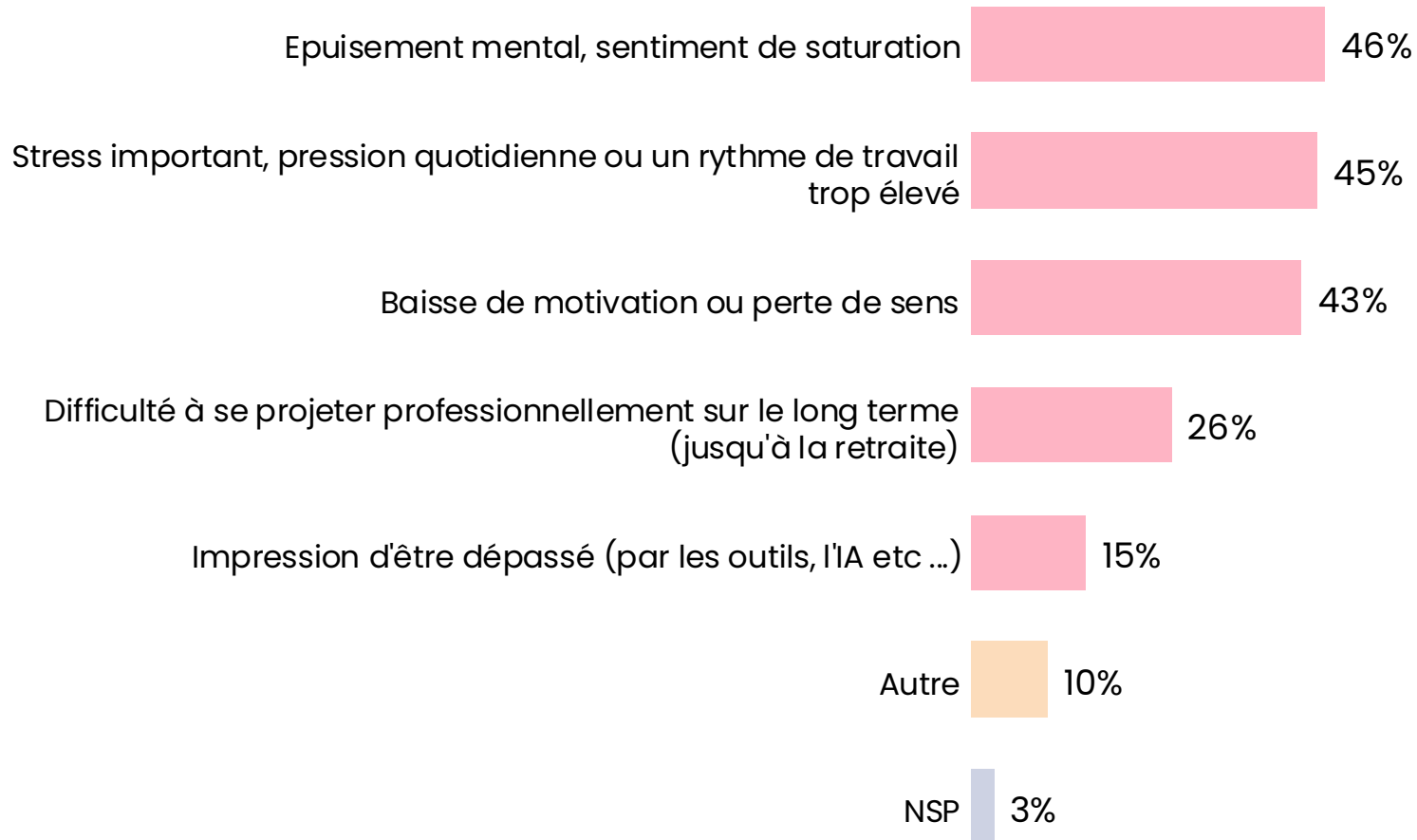
Les freins à la santé psychologique au travail



1180
Salarie(e)s

Q. Aujourd'hui, quels sont les principaux freins mentaux ou psychologiques qui pourraient vous empêcher de tenir durablement dans votre activité professionnelle ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%



1,9

Frein en moyenne



Les freins à la santé psychologique au travail



1180
Salarié(e)s

Q. Aujourd'hui, quels sont les principaux freins mentaux ou psychologiques qui pourraient vous empêcher de tenir durablement dans votre activité professionnelle ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	SEXE		AGE			STATUT	
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 à 49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-
Epuisement mental, sentiment de saturation	46%	41%	50%	39%	54%	42%	49%	43%
Stress important, pression quotidienne ou un rythme de travail trop élevé	45%	42%	47%	47%	48%	39%	45%	45%
Baisse de motivation ou perte de sens	43%	46%	41%	37%	50%	40%	43%	43%
Difficulté à se projeter professionnellement sur le long terme (jusqu'à la retraite)	26%	25%	26%	26%	28%	23%	25%	26%
Impression d'être dépassé (par les outils, l'IA etc ...)	15%	16%	14%	16%	16%	14%	19%	12%
Autre	10%	9%	10%	12%	7%	11%	9%	10%
Nombre moyen	1,9	1,8	1,9	1,8	2,1	1,8	2,0	1,8



Les freins à la santé psychologique au travail



1180
Salarié(e)s

Q. Aujourd'hui, quels sont les principaux freins mentaux ou psychologiques qui pourraient vous empêcher de tenir durablement dans votre activité professionnelle ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
Epuisement mental, sentiment de saturation	46%	44%	49%	48%	45%	45%
Stress important, pression quotidienne ou un rythme de travail trop élevé	45%	44%	44%	47%	41%	49%
Baisse de motivation ou perte de sens	43%	44%	42%	40%	45%	43%
Difficulté à se projeter professionnellement sur le long terme (jusqu'à la retraite)	26%	23%	23%	22%	24%	35%
Impression d'être dépassé (par les outils, l'IA etc ...)	15%	13%	12%	13%	13%	25%
Autre	10%	13%	11%	11%	8%	7%
Nombre moyen	1,9	1,8	1,9	1,9	1,8	2,1



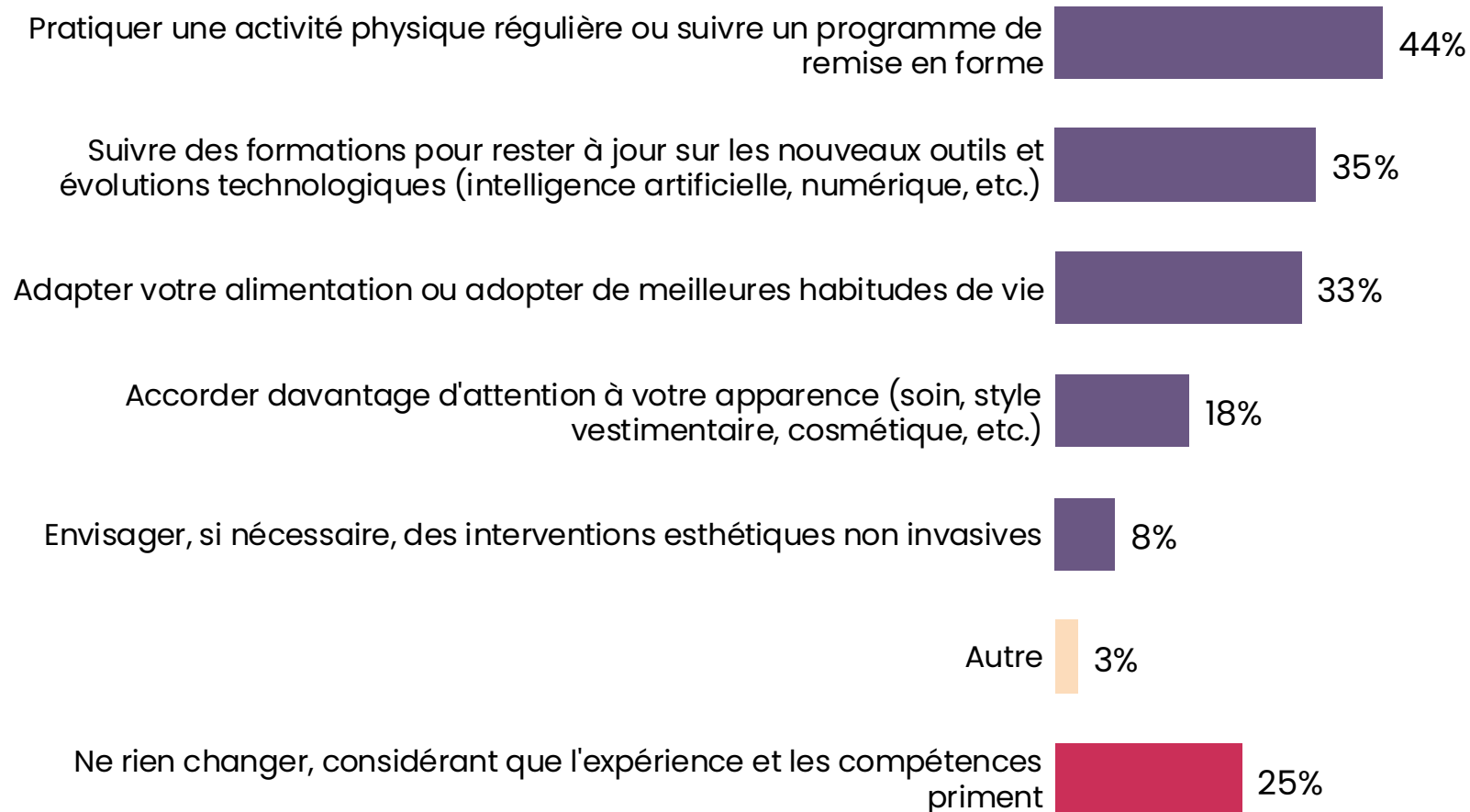
Les changements envisagés pour rester performant au travail



1180
Salarié(e)s

Q. Que seriez-vous prêt(e) à mettre en place pour rester performant(e) et maintenir une image de vous dynamique au sein de l'entreprise ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%



75%
Prêt à mettre au moins un de ces éléments en place



Les changements envisagés pour rester performant au travail



1180
Salarie(e)s

Q. Que seriez-vous prêt(e) à mettre en place pour rester performant(e) et maintenir une image de vous dynamique au sein de l'entreprise ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	SEXE		AGE			STATUT	
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 à 49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-
Sous-total Prêt à mettre au moins un élément en place	75%	72%	78%	86%	76%	65%	79%	71%
Pratiquer une activité physique régulière ou suivre un programme de remise en forme	44%	43%	44%	52%	43%	38%	47%	40%
Suivre des formations pour rester à jour sur les nouveaux outils et évolutions technologiques (intelligence artificielle, numérique, etc.)	35%	31%	39%	32%	39%	32%	44%	26%
Adapter votre alimentation ou adopter de meilleures habitudes de vie	33%	33%	34%	37%	33%	31%	33%	34%
Accorder davantage d'attention à votre apparence (soin, style vestimentaire, cosmétique, etc.)	18%	17%	19%	25%	19%	13%	19%	18%
Envisager, si nécessaire, des interventions esthétiques non invasives	8%	8%	7%	15%	6%	4%	7%	9%
Autre	3%	3%	2%	5%	2%	2%	2%	3%
Ne rien changer, considérant que l'expérience et les compétences priment	25%	28%	22%	14%	23%	34%	20%	29%



Les changements envisagés pour rester performant au travail



1180
Salarie(e)s

Q. Que seriez-vous prêt(e) à mettre en place pour rester performant(e) et maintenir une image de vous dynamique au sein de l'entreprise ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
Sous-total Prêt à mettre au moins un élément en place	75%	73%	66%	76%	78%	79%
Pratiquer une activité physique régulière ou suivre un programme de remise en forme	44%	42%	37%	36%	51%	45%
Suivre des formations pour rester à jour sur les nouveaux outils et évolutions technologiques (intelligence artificielle, numérique, etc.)	35%	29%	33%	40%	31%	46%
Adapter votre alimentation ou adopter de meilleures habitudes de vie	33%	32%	29%	32%	38%	34%
Accorder davantage d'attention à votre apparence (soin, style vestimentaire, cosmétique, etc.)	18%	15%	14%	20%	19%	24%
Envisager, si nécessaire, des interventions esthétiques non invasives	8%	9%	3%	5%	6%	14%
Autre	3%	4%	4%	2%	3%	1%
Ne rien changer, considérant que l'expérience et les compétences priment	25%	27%	34%	23%	21%	21%

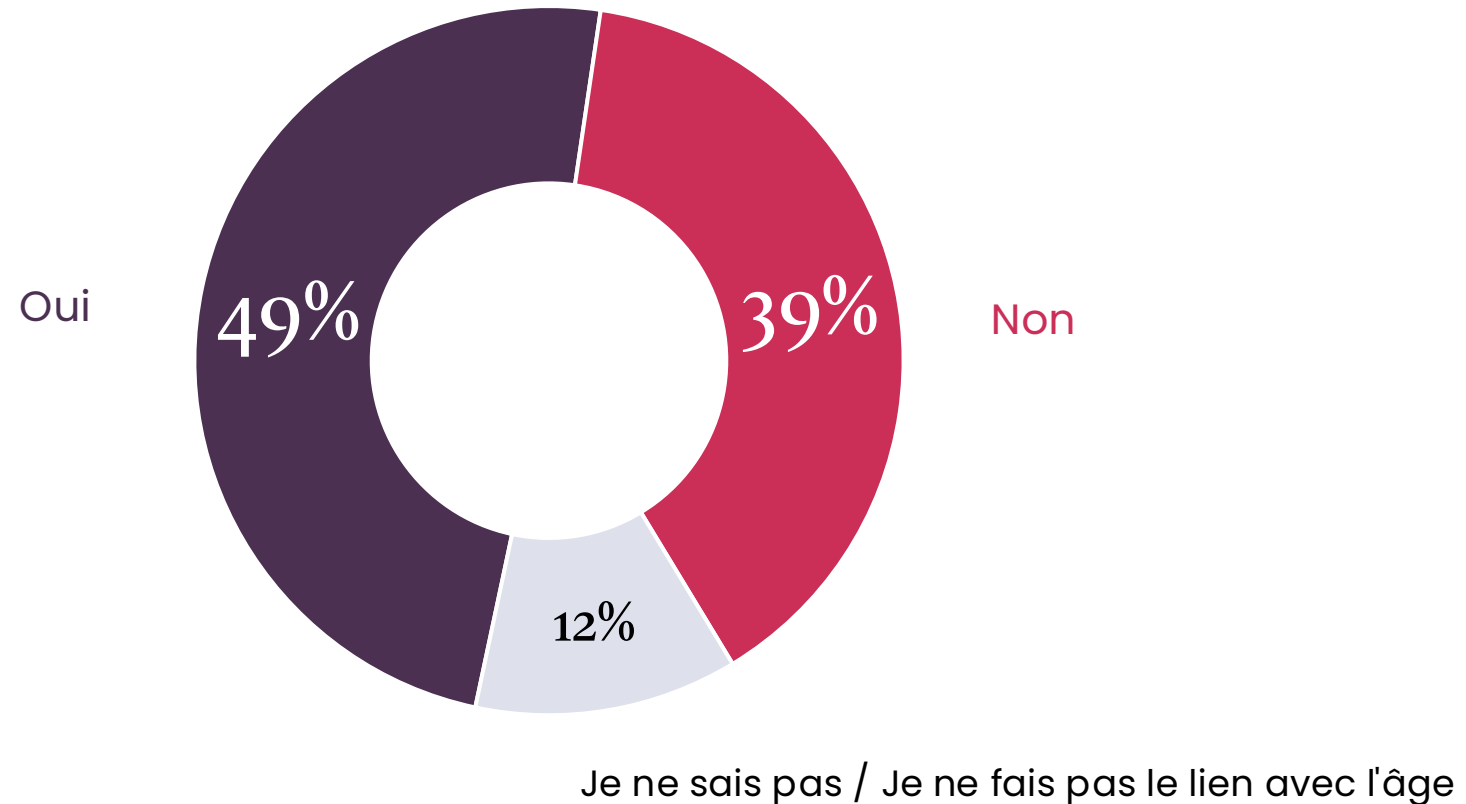


Le ressenti de l'avancée en âge dans son travail



1180
Salarié(e)s

Q. Avez-vous déjà ressenti, dans le cadre de votre activité professionnelle, un signal de santé que vous associez à l'avancée en âge ? Par exemple : fatigue inhabituelle, baisse d'énergie, difficultés de concentration, troubles de la mémoire, etc.



” Le ressenti de l'avancée en âge dans son travail



1180
Salarie(e)s

Q. Avez-vous déjà ressenti, dans le cadre de votre activité professionnelle, un signal de santé que vous associez à l'avancée en âge ? Par exemple : fatigue inhabituelle, baisse d'énergie, difficultés de concentration, troubles de la mémoire, etc.

	Total	SEXE		AGE			STATUT	
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 à 49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-
Oui	49%	49%	49%	42%	47%	57%	49%	50%
Non	39%	40%	38%	50%	41%	29%	41%	37%
Je ne sais pas / Je ne fais pas le lien avec l'âge	12%	11%	13%	8%	12%	14%	10%	13%

	Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
Oui	49%	52%	50%	42%	49%	51%
Non	39%	36%	37%	43%	40%	39%
Je ne sais pas / Je ne fais pas le lien avec l'âge	12%	12%	13%	15%	11%	10%

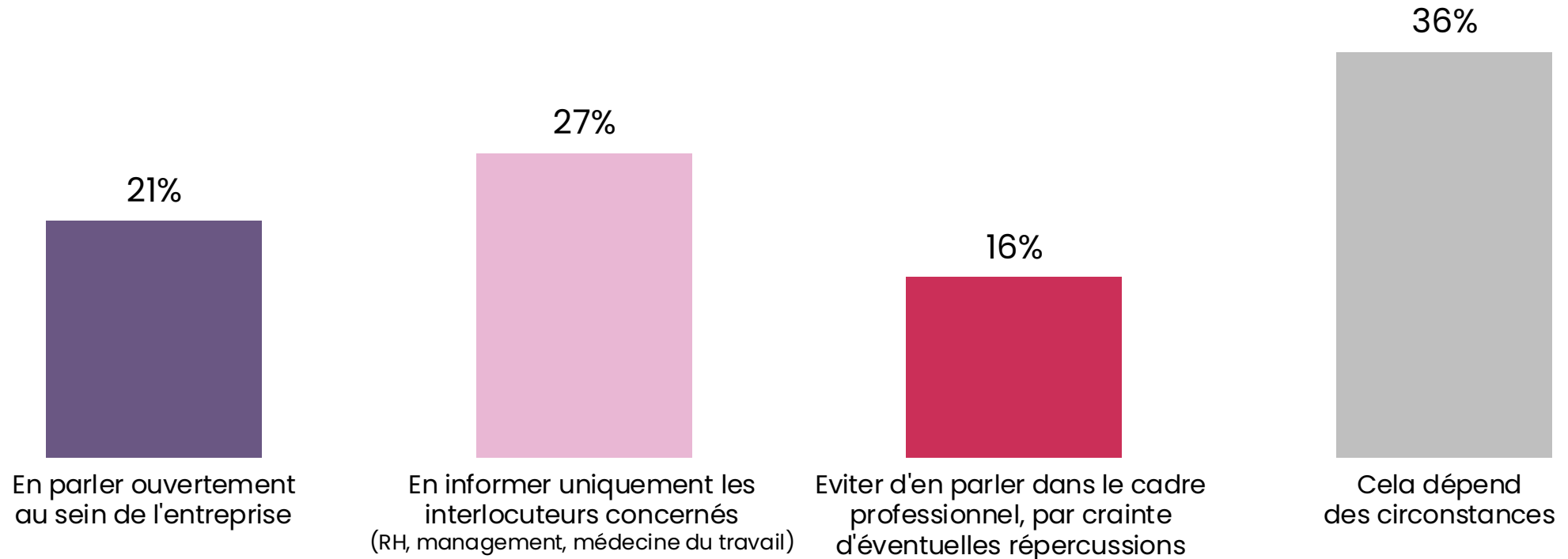


L'attitude à adopter en cas de pathologie grave



1180
Salarié(e)s

Q. En cas de pathologie grave (cardiovasculaire, cancer, etc.), quelle attitude vous semblerait la plus appropriée dans le cadre professionnel ?





L'attitude à adopter en cas de pathologie grave



1180
Salarie(e)s

Q. En cas de pathologie grave (cardiovasculaire, cancer, etc.), quelle attitude vous semblerait la plus appropriée dans le cadre professionnel ?

	Total	SEXE		AGE			STATUT	
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 à 49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-
En parler ouvertement au sein de l'entreprise	21%	22%	19%	21%	24%	18%	21%	21%
En informer uniquement les interlocuteurs concernés (RH, management, médecine du travail)	27%	28%	26%	34%	23%	26%	28%	26%
Eviter d'en parler dans le cadre professionnel, par crainte d'éventuelles répercussions	16%	15%	17%	11%	16%	19%	16%	16%
Cela dépend des circonstances	36%	34%	37%	34%	37%	36%	34%	37%



L'attitude à adopter en cas de pathologie grave



1180
Salarié(e)s

Q. En cas de pathologie grave (cardiovasculaire, cancer, etc.), quelle attitude vous semblerait la plus appropriée dans le cadre professionnel ?

	Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
En parler ouvertement au sein de l'entreprise	21%	23%	20%	21%	20%	21%
En informer uniquement les interlocuteurs concernés (RH, management, médecine du travail)	27%	24%	24%	30%	27%	30%
Eviter d'en parler dans le cadre professionnel, par crainte d'éventuelles répercussions	16%	14%	14%	17%	18%	17%
Cela dépend des circonstances	36%	39%	41%	31%	34%	31%



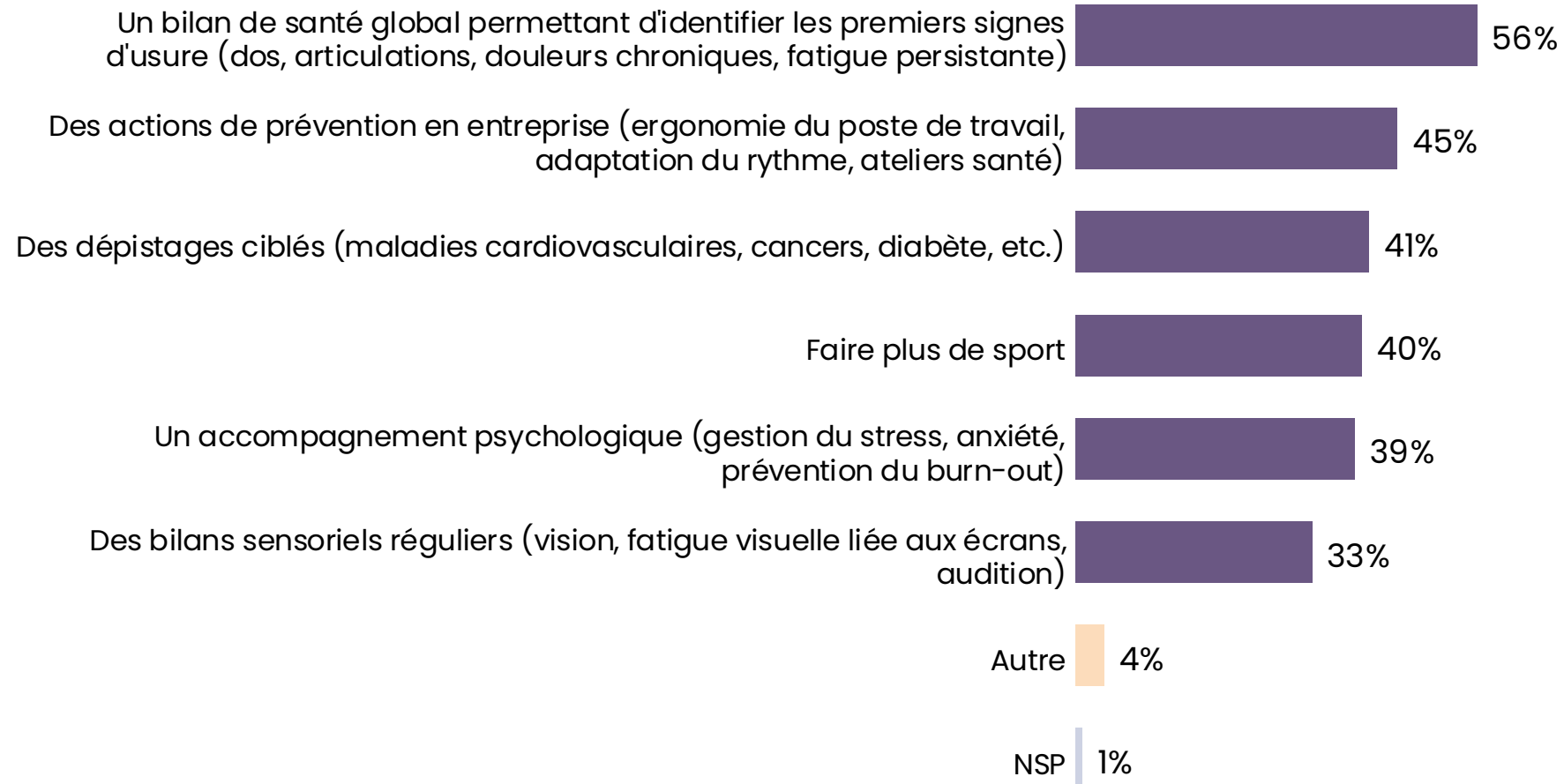
Les mesures de prévention à mettre en place



1180
Salarié(e)s

Q. Selon vous, quelles mesures de prévention devraient être mises en place plus tôt pour anticiper les problèmes de santé liés à l'avancée en âge ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%





Les mesures de prévention à mettre en place



1180
Salarié(e)s

Q. Selon vous, quelles mesures de prévention devraient être mises en place plus tôt pour anticiper les problèmes de santé liés à l'avancée en âge ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	SEXE		AGE			STATUT	
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 à 49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-
Un bilan de santé global permettant d'identifier les premiers signes d'usure (dos, articulations, douleurs chroniques, fatigue persistante)	56%	56%	57%	51%	57%	59%	56%	57%
Des actions de prévention en entreprise (ergonomie du poste de travail, adaptation du rythme, ateliers santé)	45%	41%	48%	43%	44%	46%	43%	46%
Des dépistages ciblés (maladies cardiovasculaires, cancers, diabète, etc.)	41%	41%	42%	34%	44%	44%	43%	40%
Faire plus de sport	40%	42%	38%	49%	43%	30%	41%	39%
Un accompagnement psychologique (gestion du stress, anxiété, prévention du burn-out)	39%	33%	44%	34%	42%	38%	41%	37%
Des bilans sensoriels réguliers (vision, fatigue visuelle liée aux écrans, audition)	33%	31%	35%	30%	35%	33%	38%	29%
Autre	4%	4%	3%	3%	4%	4%	4%	3%



Les mesures de prévention à mettre en place



1180
Salarié(e)s

Q. Selon vous, quelles mesures de prévention devraient être mises en place plus tôt pour anticiper les problèmes de santé liés à l'avancée en âge ?

Plusieurs réponses possibles - Total supérieur à 100%

	Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
Un bilan de santé global permettant d'identifier les premiers signes d'usure (dos, articulations, douleurs chroniques, fatigue persistante)	56%	58%	56%	57%	54%	58%
Des actions de prévention en entreprise (ergonomie du poste de travail, adaptation du rythme, ateliers santé)	45%	45%	44%	48%	41%	47%
Des dépistages ciblés (maladies cardiovasculaires, cancers, diabète, etc.)	41%	40%	44%	44%	38%	43%
Faire plus de sport	40%	42%	34%	36%	43%	41%
Un accompagnement psychologique (gestion du stress, anxiété, prévention du burn-out)	39%	44%	34%	40%	35%	43%
Des bilans sensoriels réguliers (vision, fatigue visuelle liée aux écrans, audition)	33%	31%	33%	32%	34%	36%
Autre	4%	3%	4%	5%	3%	4%

opinionway

PARIS • BORDEAUX • VARSOVIE • CASABLANCA • ABIDJAN

Fondé en 2000 sur cette idée radicalement innovante pour l'époque, OpinionWay a été précurseur dans le renouvellement des pratiques de la profession des études marketing et d'opinion.

Forte d'une croissance continue depuis sa création, l'entreprise n'a eu de cesse de s'ouvrir vers de nouveaux horizons pour mieux adresser toutes les problématiques marketing et sociétales, en intégrant à ses méthodologies le Social Média Intelligence, l'exploitation de la smart data, les dynamiques créatives de co-construction, les approches communautaires et le storytelling.

Aujourd'hui OpinionWay poursuit sa dynamique de croissance en s'implantant géographiquement sur des zones à fort potentiel que sont l'Europe de l'Est et l'Afrique.

Enable today, shape tomorrow

C'est la mission qui anime les collaborateurs d'OpinionWay et qui fonde la relation qu'ils tissent avec leurs clients.

Le plaisir ressenti à apporter les réponses aux questions qu'ils se posent, à réduire l'incertitude sur les décisions à prendre, à tracker les insights pertinents et à co-construire les solutions d'avenir, nourrit tous les projets sur lesquels ils interviennent.

Cet enthousiasme associé à un véritable goût pour l'innovation et la transmission expliquent que nos clients expriment une haute satisfaction après chaque collaboration - 8,9/10, et un fort taux de recommandation - 3,88/4.

Le plaisir, l'engagement et la stimulation intellectuelle sont les trois mantras de nos interventions.

Restons connectés !



Recevez chaque semaine nos derniers résultats d'études dans votre boîte mail en vous abonnant à notre newsletter !

Je m'abonne

Votre contact OpinionWay

Bruno Jeanbart
Vice-président

Tel. +33 1 81 81 83 00
bjeanbart@opinion-way.com

esomar Corporate 2026

