

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

02 JUIN 2021

ETUDE SCIENTIFIQUE & OPÉRATION DE SENSIBILISATION

Conducteurs de poids lourd : quelle perception ont-ils de leurs comportements sur la route et de leur hygiène de vie ?

Sur la base d'une étude réalisée par une équipe de chercheurs pluridisciplinaire, la Fondation VINCI Autoroutes et la Fondation Carcept Prev ont réalisé ce mardi des opérations de prévention sur les aires d'autoroute, destinées à partager conseils et bonnes pratiques.

La Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable publie les 1^{ers} résultats d'une étude inédite sur le comportement au volant et la santé des conducteurs de poids lourd. 515 conducteurs de 17 nationalités différentes - dont 50% de Français - ont été interrogés sur plusieurs aires d'autoroutes dans le cadre d'une enquête terrain pilotée conjointement par Patricia Delhomme, Directrice de recherche au Laboratoire de psychologie et d'ergonomie appliquées de l'Université Gustave Eiffel et par Loïc Josseran, Professeur de santé publique, Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, Hôpital Raymond Poincaré de Garches (AP-HP). L'objectif des chercheurs et de la Fondation VINCI Autoroutes est de mieux connaître les comportements des conducteurs de poids lourd pour mieux orienter les messages de prévention qui leur sont destinés, aussi bien concernant leur sécurité - et celle des autres usagers - que leur santé.

Dans cet objectif, une opération de sensibilisation a été organisée ce mardi 1^{er} juin par la Fondation VINCI Autoroutes, en partenariat avec la Fondation Carcept Prev, sur 3 aires du réseau VINCI Autoroutes. Les conducteurs de poids lourd ont été invités à participer à plusieurs ateliers animés par des spécialistes du sommeil, des nutritionnistes, des sophrologues, des préparateurs sportifs et les ambassadeurs des deux fondations, pour les informer sur les risques et leur donner des conseils pratiques pour mieux les prévenir.

« La spécificité du métier de conducteur de poids lourd, qui nécessite une présence quotidienne sur les routes, leur apporte une grande expérience de la conduite. Pour autant celle-ci ne les prémunit pas contre les comportements à risques, liés notamment à l'usage - désormais généralisé sur la route - des distracteurs, aux sautes de concentration ou à la somnolence ; autant de facteurs d'accidents qui peuvent avoir des conséquences lourdes pour eux-mêmes ainsi que les autres usagers et intervenants sur la route. Les longs trajets et l'éloignement du domicile pendant plusieurs jours, sont des freins à l'adoption d'une bonne hygiène de vie, et peuvent avoir des conséquences délétères sur la santé. Les opérations de sensibilisation sur les aires, ou via les réseaux sociaux, doivent contribuer à informer et orienter les conducteurs en demande d'accompagnement. »

Bernadette Moreau
Déléguée générale de la Fondation VINCI Autoroutes

Des conducteurs de poids lourd expérimentés ...

A l'instar d'autres enquêtes menées auprès de cette catégorie professionnelle, **les conducteurs de poids lourd interrogés sont plutôt satisfaits de leur vie professionnelle**, estimant que leur métier leur procure un sentiment de liberté et appréciant le caractère indépendant de leur travail. Parmi les principales contraintes de leur activité, sur une échelle allant de 1 « pas du tout » à 5 « tout à fait », ils mentionnent :

- ▶ les embouteillages (3,9) ;
- ▶ la distance par rapport à la famille (3,3 en moyenne mais 2,9 pour l'Europe de l'Ouest, 3,9 pour l'Europe du Sud et 4,1 pour l'Europe de l'Est plus éloignée) ;
- ▶ le temps d'attente lors des chargements et déchargements (3,1) ;
- ▶ et l'imprévisibilité de la durée de leur mission (3,0).

Par ailleurs, pour améliorer leur confort et leur hygiène de vie lors des pauses, ils souhaiteraient pouvoir bénéficier de plus de services sur les aires et avoir la possibilité de mieux sécuriser leur marchandise contre les risques de vols qu'ils considèrent comme élevés.

Avec une expérience de conduite d'un poids lourd de 22 ans en moyenne, les conducteurs interrogés font largement preuve de confiance en leurs capacités de conduite. Ils s'attribuent ainsi en moyenne, sur une échelle de 1 à 5, une note supérieure à 4 pour gérer les manœuvres sur les parkings ou à quai (4,5), gérer les descentes (4,4), anticiper et gérer les dangers de la route, conserver des distances de sécurité et gérer leur fatigue (4,3).

Contrairement aux idées reçues, la responsabilité présumée des accidents mortels impliquants des poids lourds et des véhicules légers, incombe à 37% aux conducteurs de poids lourds et à 68% aux automobilistes¹. D'ailleurs, **les conducteurs de poids lourds sont 76% à considérer qu'il est probable qu'ils aient un accident avec un véhicule léger.** C'est l'insertion entre deux camions qui se suivent qui est la situation à risque la plus fréquemment citée (62%), devant une queue de poisson (54%), un dépassement suivi d'une vitesse réduite devant le poids lourd (41%) et un freinage brusque devant le poids lourd (39%).

... mais qui s'exposent à des risques d'accidents liés au manque d'attention, à la fatigue ou à la somnolence

A l'instar de l'ensemble des conducteurs, dont les comportements au volant sont analysés chaque année par la Fondation VINCI Autoroutes dans le cadre du Baromètre de la conduite responsable², **les conducteurs de poids lourd sont très connectés. Lorsqu'ils sont au volant, ils ont un usage intensif des outils connectés qui devient une source de distraction importante :**

- ▶ 83% téléphonent en conduisant avec un système Bluetooth (dont 60% souvent et très souvent) ;
- ▶ 67% programment le GPS ou règlent la radio en conduisant (dont 16% souvent ou très souvent) ;
- ▶ 27% envoient des SMS ou surfent sur internet (dont 4% souvent ou très souvent) ;
- ▶ 26% téléphonent sans kit mains-libres (dont 2% souvent ou très souvent).



Source : Etude sur le comportement et la santé des conducteurs poids lourd, Université Gustave Eiffel et Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, Hôpital Raymond Poincaré de Garches (AP-HP) - 2021

¹ La sécurité routière en France - Bilan de l'accidentalité de l'année 2019 - ONISR

² Baromètre de la conduite responsable IPSOS pour la Fondation VINCI Autoroutes - 2021

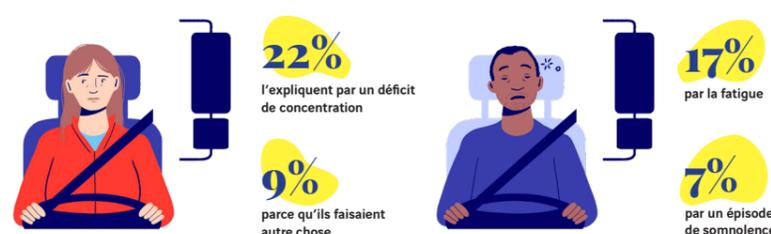
Signe de ces situations de manque de vigilance, **près d'un conducteur de poids lourd sur 2 (49%) déclare avoir roulé sur les bandes rugueuses en bordure des voies au cours de l'année précédant l'enquête**, et explique ces franchissements en premier lieu par l'inattention liée à l'usage du téléphone ou du GPS (45%), puis par la volonté de se guider par le bruit lorsqu'ils franchissent des bandes (34%) mais aussi par la somnolence (29%). Ils sont d'ailleurs 82% à estimer que les bandes rugueuses les ont aidés à reprendre une trajectoire normale, et 49% à considérer qu'elles les ont réveillés.

Par ailleurs, **la difficulté de concentration ou le « vagabondage de l'esprit » (*mind wandering*) est largement identifié comme source d'accidents ou de presque accidents**. Ainsi, 22% des conducteurs de poids lourd ayant eu un presque accident dans l'année précédant l'enquête l'expliquent par un **déficit de concentration** (et 16% de ceux qui ont eu un accident dans les trois années précédant l'enquête). **La fatigue** est mentionnée par 17% des conducteurs ayant eu un presque accident (10% de ceux ayant eu un accident dans les 3 ans). **La distraction** liée au fait de faire autre chose que la conduite est évoquée par 9% des conducteurs ayant eu un presque accident (5% de ceux ayant eu un accident dans les 3 ans) et **la somnolence** par 7% des conducteurs ayant eu un presque accident dans l'année (et 4% de ceux ayant eu un accident dans les 3 ans).

Comportements et risques d'accidents

CONDUCTEURS DE POIDS LOURD 

Parmi les conducteurs qui ont **failli avoir un accident au cours de l'année**



Source : Etude sur le comportement et la santé des conducteurs poids lourd, Université Gustave Eiffel et Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, Hôpital Raymond Poincaré de Garches (AP-HP)

Plus globalement, **l'étude fait apparaître que les conducteurs sujets à un déficit de l'attention³ ont effectivement eu plus d'accidents (2,5/6 vs. 2,3/6 pour les conducteurs qui n'ont pas de difficultés de concentration)**. Il en est de même des conducteurs les plus exposés à l'endormissement³ (2,2/4 vs. 2,0/4 pour les conducteurs qui n'ont pas de risque de s'assoupir).

« Parmi les recommandations qui peuvent être formulées à partir des enseignements de cette étude, figurent le développement d'actions de prévention, voire de formations, à destination des autres usagers de la route, pour les sensibiliser aux problématiques spécifiques rencontrées par les conducteurs de poids lourd (par exemple les angles morts), l'intégration dans l'ensemble des services qui leur sont proposés de la diversité linguistique inhérente à leur métier, ou encore l'installation à proximité des parkings qui leur sont réservés de dispositifs permettant de pratiquer des exercices physiques (agrès, parcours santé, ...). »

Patricia Delhomme

Directrice de recherche au Laboratoire de psychologie et d'ergonomie appliquées de l'Université Gustave Eiffel

³ Une variable « déficit de l'attention » sur une échelle de 1 à 6 et une variable « risque de s'assoupir » sur une échelle de 1 à 4 ont été établies en regroupant plusieurs items du questionnaire caractéristiques de chacune de ces variables.

Zoom : le risque d'accident avec des intervenants sur autoroute

Les poids lourds représentent 14% du trafic sur autoroute mais sont impliqués dans plus d'1 accident sur 2 affectant du personnel en intervention⁴. Une situation qui s'explique notamment par le fait que ceux-ci circulent majoritairement sur la partie droite de la chaussée où se trouvent plus fréquemment les intervenants et les balisages. Les conducteurs de poids lourd ont bien conscience des circonstances qui peuvent générer un accident avec un patrouilleur ou un véhicule d'intervention. **Pour eux, le risque le plus fort apparaît lorsqu'ils sont dépassés par un autre poids lourd, alors qu'ils déboitent pour éviter le véhicule d'un patrouilleur en intervention (2,9 sur une échelle de 1 « très faible » à 5 « très importante »), puis lorsqu'ils sont derrière un camion et qu'ils ne voient le patrouilleur qu'au moment où ce camion déboite devant eux (2,7/5) et enfin dans une situation impliquant uniquement un patrouilleur (1,25/5).**

Des professionnels conscients d'avoir une hygiène de vie perfectible ...

De par la nature de leur métier, qui les amène à être le plus souvent hors de leur foyer et sur la route, les conducteurs de poids lourd ont, pour beaucoup, des difficultés à avoir une alimentation équilibrée et à pratiquer une activité sportive régulière. **Ils sont ainsi 73% à être en surcharge pondérale (surpoids ou obésité selon l'indice de masse corporelle - IMC)** et cette proportion est partagée par l'ensemble des nationalités. 1 conducteur de poids lourd sur 4 (25%) présente un indice de masse corporelle normal. La répartition par âge fait apparaître que les 18-24 ans sont majoritairement de poids normal (50%) ou en surpoids (28%), que les 25-54 ans sont majoritairement en surpoids (45%) ou de poids normal (30%) et que les 55-64 ans sont très touchés par le surpoids (55%) et l'obésité (33%).

Interrogés sur la qualité de leur alimentation, les conducteurs de poids lourd sont partagés : 33% la jugent équilibrée, 33% la considèrent déséquilibrée et 34% ne savent pas la qualifier.

Moins d'un tiers des conducteurs de poids lourd (29%) déclarent pratiquer une activité sportive, et celle-ci est très liée à l'âge et décroît fortement à partir de 25 ans. Ainsi 61% des 18-24 font du sport, alors qu'à partir de 25 ans, la moyenne se situe, selon les catégories d'âge, entre 23 % et 33%. Cette pratique a un effet direct

sur l'indice de masse corporelle : les conducteurs les plus sportifs sont ceux qui ont le plus souvent un indice de masse corporelle normal.

La consommation de tabac des conducteurs de poids lourd est en moyenne de 38% avec des disparités selon les pays : 40% pour les Français soit plus de 10 points par rapport à l'ensemble des hommes fumeurs en France⁵, mais 56% pour les Bulgares et 21% pour les Polonais. Les 25-34 ans sont ceux qui consomment le plus de tabac (49%). Les 18-24 ans sont ceux qui en consomment le moins (22%). Entre 35 et 64 ans la prévalence tabagique s'infléchit avec l'avancée en âge. Les fumeurs quotidiens consomment en moyenne 18,8 cigarettes par jour (vs. 14,1 cigarettes par jour dans la population générale en Europe)⁶.

Interrogés sur leur consommation d'alcool, seul 6 conducteurs de poids lourd sur 10 ont répondu aux questions sur ce sujet. Malgré la garantie de l'anonymat exprimée par les enquêteurs, il est probable que le caractère potentiellement préjudiciable des réponses soit apparu comme un frein. Cependant, sur cet échantillon, 8% des répondants sont des consommateurs quotidiens, à comparer à 15% de la population masculine française⁷.

La consommation déclarée de produits psycho-actifs reste très limitée. Elle concerne 2% des conducteurs.

⁴ Bilan sécurité du personnel en intervention - ASFA - 2019

⁵ Baromètre de Santé Publique France - 2018

⁶ Eurostat 2017

⁷ Baromètre de Santé Publique France - 2018

... et demandeurs d'accompagnement pour améliorer leur santé et leur sécurité

Face à ces constats et ces déclarations, **les conducteurs de poids lourd sont nombreux à être intéressés par des conseils de prévention ou des propositions d'accompagnement.**

Ainsi, parmi les conducteurs en surpoids ou obèses, : 36% sont intéressés par une aide pour perdre du poids (27% des conducteurs français).

En ce qui concerne **l'aide au sevrage tabagique, 75% des conducteurs fumeurs souhaiteraient pouvoir en bénéficier** (63% des conducteurs français, soit 8 points de plus que la population générale).

« Ce travail inédit met en avant un certain nombre de constats sur la santé des conducteurs de poids lourd, comme une consommation de tabac et une surcharge pondérale supérieures à ce qui est observé dans la population générale. Ces résultats spécifiques doivent permettre de développer des moyens de prévention adaptés. »

**Loïc Josseran, Professeur de santé publique
Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, Hôpital Raymond Poincaré de Garches (AP-HP)**

Des spécialistes du sommeil, de la nutrition, des sophrologues et des coachs sportifs réunis pour délivrer leurs conseils aux conducteurs poids lourd

Fidèle à sa démarche de prévention, qui a pour vocation d'améliorer les connaissances en finançant des recherches scientifiques et de partager les résultats de ces études avec le plus grand nombre via des opérations de prévention et des campagnes de sensibilisation, **la Fondation VINCI Autoroutes a organisé, en partenariat avec la Fondation Carcept Prev, des animations à destination des conducteurs de poids lourd sur 3 aires du réseau VINCI Autoroutes, ce mardi 1^{er} juin.**



Sur 3 aires du réseau VINCI Autoroutes: Limours-Janvry (A10), Roussillon (A7) et Arc (A8), **autour d'un café offert, les ambassadeurs de la Fondation VINCI Autoroutes et de la Fondation d'entreprise Carcept Prev ont pu partager les messages de sensibilisation avec des conducteurs présents sur ces aires proposant des parkings réservés aux poids lourds:**

- **Des sophrologues** ont proposé des ateliers pour découvrir des techniques simples, issues de la préparation mentale, pour se recentrer rapidement et renforcer ses capacités attentionnelles avant de prendre la route et si nécessaire pendant la conduite ;
- **Des experts du sommeil de l'Institut national du sommeil et de la vigilance (INSV)** ont échangé avec les conducteurs pour les conseiller sur leur hygiène de sommeil et leur présenter l'application Roulez éveillé qui leur permet notamment d'évaluer leur niveau d'éveil avant de prendre le volant ;
- **Des diététiciennes nutritionnistes** ont proposé des pistes et des recettes pour adopter une alimentation saine et équilibrée et invité les professionnels du transport à suivre un coaching nutrition ;
- **Des préparateurs physiques** ont partagé des exercices d'éveil et d'entretien musculaire pour inciter les conducteurs à adopter une activité physique adaptée et régulière et invité les professionnels du Transport à s'engager dans un coaching activité physique mis en place par *Transportez-Vous Bien*, le programme de prévention des salariés du transport routier ;
- **Les ambassadeurs de la Fondation VINCI Autoroutes** ont diffusé des informations sur les risques de somnolence, d'inattention au volant et leurs conséquences pour la sécurité du personnel et rappelé les bonnes pratiques pour les prévenir ;
- **Les ambassadeurs de la Fondation d'entreprise Carcept Prev** ont échangé avec les professionnels de la route sur l'action sociale dédiée aux salariés du transport.

« L'intervention de la Fondation Carcept Prev s'inscrit dans le prolongement des actions menées par les institutions Carcept Prev et en particulier du programme de prévention santé « Transportez Vous Bien », qui accompagne l'ensemble des salariés non cadres de la branche transport depuis 2017 par des actions incitatives leur permettant d'améliorer leur hygiène de vie compte tenu des risques de santé spécifiques des métiers de la branche. »

Benjamin Laurent
Directeur délégué de la Fondation d'entreprise Carcept Prev

Méthodologie de l'étude

Etude basée sur une enquête terrain menée en mars et avril 2018 sur 4 aires de services du réseau VINCI Autoroutes : aire d'Agen-Porte d'Aquitaine (A62), aire de Roussillon (A7), aire du Canaver (A8), aire de Limours-Briis-sous-Forges (A10).

Le questionnaire anonyme développé en français a été traduit en 7 langues différentes (anglais, espagnol, italien, portugais, polonais, roumain et bulgare). La passation a été réalisée par des enquêteurs professionnels, les responsables scientifiques de l'étude et des collaborateurs de la Fondation VINCI Autoroutes. Les questionnaires ont été renseignés directement sur une tablette par les conducteurs de poids lourd sélectionnés de façon aléatoire sur les parkings des aires de services.

L'échantillon

- 515 chauffeurs dont 97,9% d'hommes et 2,1% de femmes
- 17 nationalités différentes
 - o 19% d'Europe de l'Est: Biélorusses, Bulgares, Moldaves, Polonais, Roumains, Tchèques, Ukrainiens
 - o 61,6% d'Europe de l'Ouest: Français (50%), Allemands, Anglais, Belges, Néerlandais, Luxembourgeois, Suisses
 - o 19,4% d'Europe du sud: Espagnols, Italiens, Portugais
- 45,8 ans en moyenne d'âge
- 22 ans d'expérience de conduite d'un poids lourd
- 90% de conducteurs salariés
- 9,1h de temps moyen de conduite/jour et 11,6h de temps moyen de travail/jour
- 588 km parcourus par jour (dont 387 sur autoroute et 201 sur route nationale).

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 l'évolution des comportements.

D'abord investie dans le domaine de la lutte contre l'insécurité routière, elle a pour mission de promouvoir la conduite responsable sur la route et a élargi en 2018 son champ d'action aux domaines de l'environnement et de l'éducation pour « bien (se) conduire ».

Parmi ses actions :

- financer des recherches scientifiques innovantes dans certains champs des conduites à risques, sur le thème de la préservation de l'environnement et autour de l'éducation et de la lecture comme vecteurs d'amélioration des comportements;
- mener des campagnes d'information et de sensibilisation ;
- soutenir des initiatives associatives et citoyennes en faveur d'une conduite responsable.

<http://fondation.vinci-autoroutes.com> et compte Twitter : @FondationVA, Facebook, LinkedIn, Instagram

<http://roulons-autrement.com> et compte Twitter : @RoulonsA

Contacts presse :

Samuel Beauchef : samuel.beauchef@vinci-autoroutes.com / 06 12 47 58 91

Estelle Ferron : estelle.ferron@vinci-autoroutes.com / 06 34 99 33 61

Ludovica Giobbe : ludovica.giobbe@vae-solis.com / 01 53 92 80 19

A propos de la Fondation d'entreprise Carcept Prev

La Fondation Carcept Prev a été créée par les institutions de la protection sociale du transport, Carcept Prévoyance, IPRIAC et la Mutuelle Carcept Prev, regroupées sous la marque Carcept Prev, au sein de Klesia, Groupe de Protection Sociale. La Fondation Carcept Prev a pour objet de promouvoir et soutenir la prévention en santé et la solidarité intergénérationnelle des situations d'inaptitude et de handicap auprès des acteurs du transport, et de faire bénéficier les plus fragilisés de nos concitoyens de leur action solidaire. Les métiers de Klesia : retraite complémentaire ; prévoyance ; santé ; dépendance ; épargne ; services à la personne et action sociale. Ses chiffres clés : 3,6 millions de personnes couvertes ; 300 000 entreprises clientes ; 10,9 milliards d'euros de chiffre d'affaires et 3 200 collaborateurs. Plus d'informations sur www.carcept-prev.fr et @CarceptPrev ; www.klesia.fr et @klesia

L'intervention de la fondation Carcept Prev s'inscrit dans le prolongement des actions menées par les institutions Carcept Prev et en particulier du programme de prévention santé « Transportez Vous Bien », qui accompagne l'ensemble des salariés non cadres de la branche transport depuis 2017 par des actions incitatives leur permettant d'améliorer leur hygiène de vie compte tenu des risques de santé spécifiques des métiers de la branche.

Contacts presse pour la Fondation d'entreprise Carcept Prev:

Ophélie Dujarric : ophelie.dujarric@klesia.fr / 06 86 70 30 76