



Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID-19. The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect, the company's public news and information website.

Elsevier hereby grants permission to make all its COVID-19-related research that is available on the COVID-19 resource centre - including this research content - immediately available in PubMed Central and other publicly funded repositories, such as the WHO COVID database with rights for unrestricted research re-use and analyses in any form or by any means with acknowledgement of the original source. These permissions are granted for free by Elsevier for as long as the COVID-19 resource centre remains active.



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



ÉDITORIAL

Vous avez dit retraite... ?

How do you feel about retirement... ?

« S'il y a un problème lié au vieillissement, celui-ci n'est certainement qu'un problème dû aux représentations de l'avancée en âge »
Adapté de Jean-Hervé Lorenzi dans « L'Erreur de Faust » 2019

Les immenses et tumultueux débats sur la « retraite » mélangeant universalité et pénibilité, âge-pivot, baisse des revenus et revendications égalitaires ont quitté les écrans pour des débats aussi passionnés sur la maladie Covid-19. À la différence de ces derniers où l'ignorance et l'incertitude dominant, les débats sur les retraites où tous et chacun expriment des vérités contraires, reposent non pas sur une ignorance comparable à celle sur le SRAS-CoV-2 mais sur des réalités actuelles, sociétales et individuelles essentielles de notre pays.

Une retraite « bien méritée »

Dès 1673, Colbert initie une retraite pour les invalides de la Marine Nationale. Deux siècles plus tard, alors que les français ont institué la retraite des militaires (1831), puis des mineurs (1894) deux compagnies canadiennes (Hudson Bay Company et Grand Trunk Railway) ont décidé vers 1870, de récompenser leurs employés en leur attribuant une rente bien méritée pour faciliter leur propre vie et celle de leur famille, en leur attribuant le repos et de bonnes conditions de vie après de longues années de dur labeur [1].

Une retraite « comme un droit social... mais une perte d'identité? »

Un siècle plus tard, les aléas économiques mondiaux ont mis à mal ces conceptions initiales et valorisantes des premières retraites. Des mesures sociétales ont radicalement réduit les années de travail et encouragé les départs

précoces en retraite. Ces départs anticipés et légaux à la retraite sont maintenant érigés comme un droit social. Cependant pour de trop nombreuses personnes, ce nouvel état libérant de toute activité professionnelle est à l'origine d'une perte d'identité sociétale, de faiblesse économique et trop souvent de vacuité temporelle et émotionnelle. Cette disparition d'identité professionnelle provoque un profond bouleversement social et psychologique et impose de reconstruire une nouvelle vie [2].

Une retraite « adaptée à la nouvelle société et au travail »

En 1950, l'espérance de vie des français était respectivement de 64 ans et 67 ans pour les hommes et les femmes. Aujourd'hui elle est de 78 et 83 ans. Ainsi, en 2020, les Français et Françaises qui partent à la retraite à l'âge de 65 ans, ont en moyenne devant eux 18 et 21 années de vie. Leurs enfants, au même âge, auront en 2070 une période vie encore plus longue, respectivement 23,4 et 25,7 années.

Ces gains majeurs, d'abord liés à la diminution de la mortalité infantile (vieillesse par le bas) sont maintenant accentués par la réduction de la mortalité au grand âge (vieillesse par le haut). Ces données démographiques brutes doivent évidemment être tempérées par la notion fondamentale de période de vie sans incapacité fonctionnelle dite « en bonne santé ». Aujourd'hui, seulement 46 % et 54 % du temps de vie restant des français et françaises de 65 ans se passeront sans incapacité dans la vie quotidienne. Ceci atteste avec force qu'un des enjeux majeurs d'un départ précoce à la retraite doit aller de pair avec une intensification de la prévention tout au long du parcours de vie.

À côté du prolongement de l'espérance de vie, la pénibilité au travail mérite une attention particulière et soulève la question de la nécessaire élévation du niveau de base des employés et de leur formation spécifique. Même si

les progrès technologiques ont diminué les tâches ingrates et lourdes et ont permis de réduire les accidents du travail, se pose en effet le délicat problème des métiers dits pénibles et précaires. Pour ces professions, la retraite apparaît comme la libération d'un travail physique lourd, d'une organisation du travail pesante (en équipe ou de travail de nuit), des risques sécuritaires et de la charge mentale et émotionnelle. Ces métiers impactent négativement l'espérance de vie, les capacités fonctionnelles et la santé auto-évaluée. Il apparaît donc logique d'envisager que nombre de ces métiers pénibles soient allégés ou remplacés par l'apport de la technologie et l'intelligence artificielle. La robotisation va permettre de réduire la pénibilité de nombreux métiers à risque (malheureusement pas tous). Est-ce que pour autant la réduction de la pénibilité professionnelle va régler les problèmes d'âge de départ à la retraite? Non, car derrière la notion de pénibilité, deux embarrassantes données doivent être évoquées. La première correspond à l'existence d'un surcroît de mortalité aux âges précoces des hommes ayant bénéficié d'une durée d'éducation courte par rapport à ceux ayant eu une éducation de longue durée. La seconde est liée au niveau socio-économique au moment du départ en retraite. En cas de précarité, celui-ci impacte négativement la santé des retraités. Comme parfaitement démontré par M. Marmot, les inégalités sociales expliquent parfaitement l'excès de mortalité des employés de base par rapport aux cadres, avant mais aussi après l'âge de la retraite [3]. Ainsi, il a été démontré que le niveau de pauvreté des hommes retraités japonais intervient négativement sur leur survie, alors que curieusement ce n'est pas le cas des femmes retraitées.

Une retraite « comme une nouvelle vie »

L'âge de départ à la retraite modifie-t-il positivement ou non la santé des personnes qui bénéficient d'un si long temps libéré? Tout et son contraire ont été démontrés [4,5]. Il est clair que les départs précoces à la retraite modifient les comportements de vie, avec moins de temps passé en transport et travail malheureusement non compensé par l'activité physique et trop souvent remplacé par une prolongation du temps d'écran. Travailler plus longtemps serait d'abord lié à une bonne perception de la santé individuelle mais ne procurerait pas de bénéfices en santé mentale et émotionnelle.

La retraite devrait être envisagée comme une nouvelle vie et le pur problème de l'âge de départ à la retraite devrait être abordé avec une approche plus holistique du vieillir et de l'intégration du retrait de l'activité professionnelle dans le processus de vie choisi, imposé ou dicté. Une retraite planifiée, pensée et organisée s'associe à plus de satisfaction qu'une retraite imposée précocement par l'atteinte de sa santé personnelle (physique, mentale ou émotionnelle) ou brutalement décidée par son employeur. Le fait de se voir dessaisi de toutes initiatives professionnelles avant la date légale de retraite aboutit à une profonde insatisfaction et un juste sentiment de frustration, alors qu'au contraire partir volontairement pour réaliser un projet de vie est aussi parfaitement perçu et favorise la santé auto-évaluée. Le processus de décision de partir en retraite est très important. Il détermine la capacité d'adaptation à un temps libéré

pour s'occuper au mieux sur le plan physique, mental et émotionnel. C'est dans ce contexte sociétal, professionnel mais aussi marital, familial, économique et culturel, que la retraite sera perçue comme une période enchantée ou catastrophique. L'intégration de la sortie de la vie professionnelle dans le processus du vieillir individuel, environnemental et culturel apparaît indispensable.

Une retraite « comme une récompense... »

Ainsi le mot retraite est passé avec le temps d'une optimiste solidarité pour des travailleurs dont l'espérance vie était courte, à un graal dont chacun voudrait bénéficier au plus tôt, au plus haut niveau et bien sûr le plus longtemps possible, même si cette condition équivaut à une perte d'identité, de contacts sociaux et de revenus. Tous les métiers, y compris ceux des cols bleus et surtout des cols blancs et académiques doivent pouvoir bénéficier d'une retraite flexible ou retraite à la carte. Parfaitement élaborés, les statuts de cette retraite flexible seraient intégrés dans les choix du parcours de vie, libérant les uns ayant des objectifs d'une vie personnelle, riche et stimulante, alors que d'autres voudraient continuer à s'exprimer sur une base rémunérée ou non dans leur profession, garder le plaisir de travailler et d'échanger dans un contexte sociétal intergénérationnel en pleine évolution. Ainsi, les années de vie en bonne santé après l'âge de la retraite réapparaîtraient comme de grande valeur sur le plan individuel (égalité des genres, valorisation au sein de la famille et facilitation du contrat intergénérationnel) et sociétal (contribution à la sécurité sociale et aux impôts, stimulation économique et par la même intégration sociale).

Enfin soulignons que « *Vieillir n'est pas forcément un naufrage* » pourvu qu'une harmonie subsiste entre le corps et l'esprit. C'est à l'âge de 62 ans que Louis Pasteur a fait la première vaccination antirabique. C'est à partir de l'âge de 74 ans que Monet a commencé à peindre sa série de 250 peintures des Nymphéas. C'est à 83 ans qu'Edison, l'inventeur du phonographe, déposa le dernier de ses 1093 brevets... Les exemples de l'expression d'une maturité épanouie et d'une productivité débordante au grand âge ne manquent pas. Ils prouvent que d'imposer sans discernement l'âge du retrait de la vie professionnelle est certainement contraire au bien de la société qui bénéficierait certainement d'une retraite à géométrie variable.

D'ailleurs pourquoi encore parler de retraite et pas de « récompense » ou d'adopter la traduction espagnole du mot « retraite » qui n'est autre que « jubilación »?

Déclaration de liens d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts

Références

- [1] Mac Donald L, Donahue P. Retirement lost? Coll Rev Canadienne du Vieillessement 2011;30:401-22.
- [2] Mo Wang, Shi J. Psychological research on retirement. Annu Rev Psychol 2014;65:209-33.

- [3] Marmot M, Shipley MJ. Do socioeconomic differences in mortality persist after retirement? 25 Year follow up of civil servants from the first Whitehall study. *BMJ* 1996;313:1177–80.
- [4] Hernaes E. Does retirement age impact mortality? Memorandum, No. 19/2012 Department of Economics, University of Oslo.
- [5] Bloemen H, Hochguertel S, Zeerink J. The causal effect of retirement on mortality: evidence from targeted incentives to retire early *Forschungsinstitut zur Zukunft der Arbeit. Institute for the Study of Labor*; 2013.

J.-P. Michel*

R. Villet

*Académie nationale de médecine, 16, rue Bonaparte,
75006 Paris, France*

* Auteur correspondant.

*Adresses e-mail : jean-pierre.michel@unige.ch
(J.-P. Michel), d.villet@club-internet.fr (R. Villet)*

Disponible sur Internet le 12 septembre 2020