

## **Communiqué de Presse**

**ACHED FR:**

**29 mars 2024**

Quel coût est associé à la perte de sommeil au moment du changement d'heure de mars?



**ACHED**

Association Citoyenne  
pour une Heure Équitable et Durable,  
pour la fin de l'heure d'été double  
depuis 1983

**@ACHEDFR**

**Une étude américaine chiffre parue en 2013 a mis à jour ses chiffres en mars 2024. Selon ses calculs, au moment du changement d'heure, les Etats-Unis auraient un pic de coûts chiffrés à 672 million de dollars considérant:**

- les accidents cardiaques
- les accidents vasculaires cérébraux
- les accidents du travail
- les accidents de la route

L'étude précise "Comme l'étude précédente, nous nous sommes concentrés uniquement sur les aspects des pertes économiques pour lesquels des preuves provenant de revues à comité de lecture pouvaient être obtenues. Ces études ont prouvé que le passage à l'heure d'été entraînait une augmentation des crises cardiaques (infarctus du myocarde), des accidents vasculaires cérébraux, des accidents du travail (dans des industries spécifiques et des accidents de la route. **Il est important de noter que ces impacts ne se sont produits qu'avec le changement de mars (lorsque nous perdons une heure de sommeil) et non lors du changement d'automne.** Cela est logique, étant donné que le problème ici n'est pas le changement d'heure lui-même, mais la perte de sommeil qui en résulte. "

L'étude dit aussi "De plus, il existe d'autres impacts de pertes économiques, tels que les coûts supportés par les compagnies aériennes, que nous ne prenons pas en compte dans cette analyse."

L'étude fait un calcul de "coût économique de l'heure d'été pour chaque zone statistique métropolitaine (MSA) aux États-Unis."

**En faisant une règle de trois sur les populations respectives, on peut considérer "très grosso modo" le coût du passage à l'heure d'été en France à 150 million d'euros** (faute d'une étude équivalente pour la France).

### **L'ACHED ajoute:**

-les coûts de développement **informatique** et de résolution de bugs. Les coûts de **complication** des logiciels et des expériences **scientifiques**. Les coûts de complication des calculs d'**horaires** et de **salaires**. Nous n'avons pas d'études de référence. Les accidents informatiques sont épisodiques.

-les coûts de **désynchronisation** entre pays. C'est une étude américaine. Tous les états américains changent d'heure en même temps.

**Egalement non inclus, ajoute l'ACHED, les coûts de séjour à l'heure d'été.** L'étude Chmura considère de façon simplifiée que le passage à l'heure d'été a un effet temporaire ce qui est contestable. Pour preuve, l'étude Giuntella Mazzonna que notre présidente Laetitia Moreau Gabarain avait remarqué dès sa publication en mai 2019. Voir le communiqué de presse de l'ACHED du 20 mai 2019 [http://heure-ete.net/CP\\_20190520\\_FR.pdf](http://heure-ete.net/CP_20190520_FR.pdf)

**A noter des coûts associés à l'extension de l'heure d'été jusqu'à novembre aux Etats-Unis,** les accidents de la circulation sont fréquents aux Etats-Unis fin octobre début novembre AVANT le changement d'heure.

**En ce qui concerne les accidents de la route suite au passage à l'heure d'hiver que l'on avance souvent en France, il faudrait plutôt parler de coûts de "décompression" de l'heure d'été. Les études manquent.**

## **Résultats:**

**En utilisant quatre catégories de coûts “..”, nous avons estimé le coût économique total de l'heure d'été pour tous les MSA aux États-Unis à environ 672,02 millions de dollars par an.**

Détail par type de coût: “374,75 millions de dollars provenant de l'augmentation des crises cardiaques, 251,53 millions de dollars provenant de l'augmentation des accidents vasculaires cérébraux, 18,35 millions de dollars provenant des accidents de travail supplémentaires et 27,39 millions de dollars provenant de l'augmentation des accidents de la route.”

### Détail par zone métropolitaine statistique (MSA, Metropolitan Statistical Area):

“Les résultats montrent que Texarkana, Texas-Arkansas aura probablement le coût par habitant le plus élevé de l'heure d'été, soit 7,76 \$, parmi les 386 zones métropolitaines du pays.

“Les MSA avec les coûts par habitant les plus bas comprennent Bozeman, Montana (1,12 \$), Rochester, Minnesota (1,37 \$) et Iowa City, Iowa (1,46 \$).”

“Nous n'avons pas inclus les MSA de l'État de l'Arizona et d'Hawaï dans notre classement, car ces deux États n'observent pas l'heure d'été dans leurs zones statistiques métropolitaines.”

“Tous les MSA n'incluent pas l'ensemble des États-Unis. Les coûts nationaux totaux seraient probablement légèrement plus élevés dans la mesure où environ 12 à 14 % de la population américaine vit en dehors d'une MSA.”

## **Méthode:**

“En 2013, Chmura Economics & Analytics a réalisé une étude examinant les coûts économiques de l'heure d'été . Nous avons maintenant mis à jour cette étude avec des informations provenant des recherches universitaires les plus récentes et des facteurs de coûts. Comme l'étude précédente, nous nous sommes concentrés uniquement sur les aspects des pertes économiques pour lesquelles des preuves provenant de revues à comité de lecture pouvaient être obtenues. Ces études ont prouvé que le changement d'heure d'été entraînait une augmentation des crises cardiaques (infarctus du myocarde), des accidents vasculaires cérébraux , des accidents du travail (dans des industries spécifiques et des accidents de la route .”

Sur la base de ces augmentations, nous avons pu calculer le coût économique de l'heure d'été pour chaque zone statistique métropolitaine (MSA) aux États-Unis. Nos estimations des coûts économiques incluent non seulement le coût direct d'une blessure ou d'un accident, mais également le coût indirect associé à un incident, y compris la perte de salaire/de productivité due à une blessure. Dans des circonstances malheureuses où des décès sont survenus en raison d'une crise cardiaque, d'un accident vasculaire cérébral, d'accidents du travail ou d'accidents de la route, nous avons également pris en compte les coûts de l'augmentation du nombre de décès à l'aide d'une estimation officielle de la « Valeur statistique de la vie » (VSL).”

### Les crises cardiaques

“Sur la base des résultats d'une étude précédente, nous avons supposé que le taux d'accidents vasculaires cérébraux augmente de 8 % les deux premiers jours après l'heure d'été du printemps pour tous les MSA”

Étude de référence: 2019 doi: 10.3390/jcm8030404 Daylight Saving Time and Acute Myocardial Infarction: A Meta-Analysis <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6463000/>

### Blessures au travail

“Une étude de 2009 a montré une augmentation statistiquement significative des accidents du travail dans l'industrie minière suite au changement d'heure d'été. Nous avons raisonnablement supposé que cette augmentation pourrait s'appliquer à d'autres emplois impliquant une activité physique dans les industries suivantes : Agriculture, Foresterie, Pêche et Chasse ; Extraction minière, exploitation en carrière et extraction de pétrole et de gaz ; Utilitaires ; Construction; Fabrication; et transport et entreposage.”

Etude de référence: 2009, Changing to Daylight Saving Time Cuts into Sleep and Increases Workplace Injuries Christopher M. Barnes and David T. Wagner, Michigan State University

### Accidents de la circulation

“Sur la base d'une étude récente portant sur les effets de l'heure d'été sur le risque d'accidents de la circulation, nous avons supposé que ces accidents augmentent de 6 % le lendemain du passage à l'heure d'été.”

Sources: [https://www.cell.com/current-biology/fulltext/S0960-9822\(19\)31678-1#relatedArticles](https://www.cell.com/current-biology/fulltext/S0960-9822(19)31678-1#relatedArticles)