

ACCOLADE : étude des relations entre les conditions de travail difficiles, les troubles du sommeil, la dépression et les conduites addictives chez des travailleurs en situation de précarité dans la cohorte **CONSTANCES**

Synthèse

Guillaume Airagnes et Joane Matta
(Responsables scientifiques)
AP-HP

Nadine Hamieh
Chercheur chargé du projet

Marie Zins
Directrice de l'infrastructure de recherche **CONSTANCES**

Les rapports *Valorisation de la Recherche* sont des travaux de chercheurs et chercheuses ayant bénéficié d'une contribution financière de la Dares. À ce titre, ils n'engagent que leurs auteurs et autrices, et ne représentent pas la position de la Dares ni celle du ministère du Travail, de la Santé et des Solidarités.

Note de synthèse

Ce rapport a été réalisé dans le cadre d'un appel à projet de recherches qualitatives et quantitatives intitulé « Santé mentale, expériences du travail, du chômage et de la précarité », lancé en 2019 et financé par la Dares et la Drees.

ACCOLADE : étude des relations entre les conditions de travail difficiles, les troubles du sommeil, la dépression et les conduites addictives chez des travailleurs en situation de précarité dans la cohorte CONSTANCES

Guillaume Airagnes et Joane Matta (Responsables scientifiques, AP-HP)

Nadine Hamieh (Chercheur chargé du projet)

Marie Zins (Directrice de l'infrastructure de recherche CONSTANCES)

La recherche, de nature quantitative, s'appuie sur la cohorte CONSTANCES, cohorte épidémiologique de très grande taille en population générale, réalisée dans le cadre d'un partenariat entre la Caisse nationale d'assurance maladie (Cnam), la Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav), l'Inserm, l'Université de Versailles Saint-Quentin, l'Université de Paris et la Direction Générale de la Santé. L'échantillon est constitué désormais de plus de 200 000 volontaires tirés au sort visant à la représentativité de la population française âgée de 18 à 69 ans. Les données sont très riches : examen de santé complet, auto-questionnaire annuel pour suivre notamment l'évolution de l'état de santé et de la situation socioéconomique et professionnelle, appariement annuel aux données du système national de données de santé (SNDS) et de la Cnav.

Methodologie

À l'issue des analyses exploratoires, deux types d'expositions professionnelles ont été retenues comme pouvant être associées à des modifications dans les usages d'alcool, de tabac, de cannabis, de gras et de sucre : l'épuisement physique au travail et les horaires de travail atypiques.

L'épuisement physique au travail a été mesuré avec l'échelle de Borg (Borg Rating of Perceived Exertion Scale), en demandant aux travailleurs de noter entre 6 et 20 l'intensité de leurs efforts physiques durant une journée de travail typique. Les personnes ayant donné une note supérieure à 12 sont considérées comme ayant un niveau élevé d'épuisement au travail.

Différents types d'horaires de travail atypiques ont été étudiés, tels que le travail de nuit, le travail en week-end et le travail à horaires variables. Lorsque ces informations étaient disponibles, la durée d'exposition à ces horaires de travail atypique a été prise en compte dans des analyses complémentaires.

Pour ces deux types d'expositions, les analyses conduites ont cherché à identifier si les associations retrouvées pouvaient être expliquées par des facteurs confondants tels que les facteurs sociodémographiques, professionnels, cliniques ou par d'autres conditions de travail difficiles telles que le stress au travail. Pour cela, des modèles de régression logistique généralisés ont été utilisés, ajustés pour l'âge, le sexe, le niveau éducatif (en utilisant la version 2011 de l'International Standard Classification of Education, ISCED-CITE), les revenus du foyer, le statut socioprofessionnel (faible : postes manuels et de bureau ; moyen : postes techniques ; élevé : postes de direction) et l'existence d'un état dépressif. Dans ce cadre, le statut socio-économique est apprécié à partir d'un score numérique, créé par une analyse en composante principale prenant en compte trois variables : le niveau d'éducation, le statut socioprofessionnel et le revenu du ménage. Mais les résultats ne sont pas affectés par le fait d'inclure les trois variables séparément ou le score. L'état dépressif a quant à lui été évalué par un

score supérieur ou égal à 19 sur l'échelle CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale), pour étudier les liens entre épuisement professionnel et conduites addictives. Pour l'étude des horaires atypiques, comme certains items du CES-D relatifs aux troubles du sommeil pouvaient être trop corrélés au fait de travailler en horaires atypiques, l'indicateur de l'état dépressif retenu a été le diagnostic d'une dépression traitée par le médecin lors de l'examen de santé réalisé à l'inclusion des individus dans la cohorte.

Les effectifs étaient de 100 612 actifs occupés pour étudier les usages de tabac et de cannabis et de 75 414 actifs occupés pour étudier les consommations d'alcool, de gras et de sucre.

Les analyses ont également cherché à identifier si les associations retrouvées pouvaient fluctuer entre les différentes catégories de travailleurs, notamment en se basant sur des indicateurs de précarité : type de contrat (permanent, temporaire), type de travail (temps plein / temps partiel) et statut socioprofessionnel (Agriculteurs, ouvriers et artisans / Employés / Professions intermédiaires / Cadres). Enfin, les différences en fonction du sexe ont été systématiquement recherchées.

Pour cela des modèles stratifiés et des modèles à risques proportionnels de Cox ont été mis en œuvre.

Relations longitudinales entre l'épuisement physique au travail et les conduites addictives

L'épuisement physique au travail est associé à la consommation de tabac, de cannabis, de gras et de sucre :

- Risque diminué d'arrêter de fumer chez les fumeurs actuels
- Risque augmenté de rechute chez les anciens fumeurs
- Risque augmenté de devenir gros fumeurs (≥ 20 cigarettes/jour) chez les fumeurs actuels
- Risque augmenté de consommation de cannabis au moins une fois par mois
- Risque augmenté d'avoir un régime alimentaire riche en sucre et en gras

Aucune association n'a en revanche été relevée avec la consommation d'alcool.

Relations longitudinales entre les horaires de travail atypiques et les conduites addictives

Les horaires de travail atypiques sont associés à la consommation de tabac, de cannabis et d'alcool :

- Travail de nuit
 - Risque diminué d'arrêter de fumer chez les femmes actuellement fumeuses
 - Risque augmenté de devenir grosse fumeuse chez les femmes actuellement fumeuses
 - Risque augmenté de consommer du cannabis au moins une fois par mois chez les hommes
 - Risque augmenté d'avoir un trouble de l'usage de l'alcool
- Travail le samedi
 - Risque diminué d'arrêter de fumer chez les fumeurs actuels
 - Risque augmenté de devenir gros fumeurs (≥ 20 cigarettes/jour) chez les fumeurs actuels
 - Risque augmenté d'avoir un trouble de l'usage de l'alcool
- Travail le dimanche
 - Risque augmenté d'avoir un trouble de l'usage de l'alcool chez les femmes
- Horaires de travail variables
 - Risque diminué d'arrêter de fumer chez les fumeurs actuels
 - Risque augmenté de devenir gros fumeurs (≥ 20 cigarettes/jour) chez les fumeurs actuels
 - Risque augmenté d'avoir un trouble de l'usage de l'alcool

Aucune association n'a été relevée avec la consommation de gras et de sucre.

Populations à risque et conséquences en matière de prévention

Aucune interaction n'a été mise en évidence avec les facteurs sociodémographiques ou avec la dépression, que ce soit pour l'effort physique au travail ou pour les horaires atypiques. Contrairement aux hypothèses de départ, les associations entre ces conditions de travail difficiles et les usages de substances psychoactives n'étaient pas

significativement différentes entre les actifs précaires et les autres actifs.

Ces résultats pourraient être repris dans le cadre des campagnes d'information et de prévention en santé publique et en santé au travail afin de faciliter le repérage standardisé des conduites addictives chez les travailleurs exposés à ces conditions de travail difficiles et de les orienter vers des soins spécialisés lorsque cela est nécessaire. Les auteurs montrent que, bien que le travail soit globalement un facteur protecteur de la santé des individus, l'exposition à certains risques professionnels tels que l'effort physique au travail et les horaires de travail atypiques sont associés de manière prospective à une consommation plus importante de substances psychoactives. Enfin, aucune des analyses n'a permis de montrer qu'un sous-groupe de travailleurs pourrait être plus à risque. En particulier, il convient de ne pas se focaliser uniquement sur les travailleurs précaires mais d'adresser ces mesures de santé publique à l'ensemble des travailleurs. Concernant l'exposition aux horaires de travail atypiques, des différences en fonction du sexe ont été mises en évidence. De futures études devraient chercher à explorer plus en détail ces différences.