

Synthèse publiable du rapport final

Titre du projet	Santé et qualité de vie du personnel hospitalier de nuit : état des lieux, enjeux et perspectives d'intervention à l'ère du COVID-19
Coordonnateur scientifique du projet	Lorraine Cousin Cabrol Inserm UMR-S 1123 ECEVE, Paris, France Inserm UMR-S 1252 SESSTIM, Marseille, France
Référence de l'appel à projets (année)	Recherches pour réduire et lutter contre le tabagisme en Santé Publique – 2019 (DOC)

1) Contexte et objectifs du projet

À l'hôpital, la prise en charge des patients est continue de jour comme de nuit. Les équipes intervenant la nuit pour assurer la continuité des soins sont particulièrement exposées à un risque de dégradation de leur santé. En effet le travail de nuit, peut altérer les rythmes circadiens, les rythmes hormonaux et les rythmes sociaux. Concrètement les conséquences du décalage de ces rythmes peuvent entraîner à la fois des troubles du sommeil, des problèmes de santé mentale ainsi que des risques d'usage de substances psychoactives (SPA) et des difficultés sociales. Ces associations ont été retrouvées dans la littérature majoritairement étrangère dans des pays où les systèmes de santé sont différents du système français. De plus, il n'existe pas d'étude actuellement en France sur la santé et la qualité de vie au travail des travailleurs hospitaliers de nuit (THN). Si la santé des travailleurs hospitaliers de jour a été particulièrement investiguée pendant la pandémie, ce n'est pas le cas du vécu et la santé des THN n'ayant jamais fait l'objet de recherches spécifiques.

Au vu des lacunes en termes de connaissances sur la santé et les comportements addictifs des THN en France, ce travail de thèse s'est intéressé à ce sujet et il s'est développé autour de plusieurs objectifs. D'abord, permettre une description, une évaluation et une compréhension des consommations de substances psychoactives en lien avec l'environnement de travail des THN. Puis fournir une évaluation des troubles de la santé mentale (e.g. anxiété, dépression, stress post traumatique), du sommeil et des facteurs qui les affectent pendant la première vague de la pandémie. Enfin, cette thèse a investigué les préférences et attentes d'interventions concrètes des THN pour l'amélioration de leur qualité de vie au travail.

2) Méthodologies utilisées

Mon travail de thèse s'appuie sur deux enquêtes (quantitative et qualitative) sur lesquelles je suis intervenue dès leur conception et qui ont permis l'obtention de données qualitatives et quantitatives entre décembre 2019 et septembre 2020. Ces données portaient sur la santé, les comportements et le vécu de l'impact de la pandémie des THN.

Pour le volet qualitatif, une approche inductive générale et une analyse thématique ont été mobilisées pour analyser et interpréter les données issues d'entretiens semi-directifs. Plus

particulièrement, les analyses ont porté sur les relations implicites et explicites entre l'environnement de travail et les consommations de substances psychoactives. Concernant le volet quantitatif de l'étude, une enquête en ligne a été diffusée à l'ensemble des THN de l'Assistance Publique des Hôpitaux de Paris. Les données ont été analysées pour estimer la prévalence des consommations des différentes substances psychoactives mais aussi des troubles de la santé mentale. Des modèles de régression (logistiques et autres) ont été utilisés pour étudier la relation entre les changements organisationnels du travail, la perception du travail de nuit sur la santé mentale des THN. Une analyse lexicométrique et une analyse thématique ont été mobilisées pour le traitement des réponses textuelles du questionnaire. Cela a permis d'identifier plus finement les besoins des THN et de proposer des pistes d'interventions visant à améliorer la qualité de vie au travail des THN.

3) Principaux résultats

Ce travail a permis de mettre en évidence que plus de 60% des THN déclarent subir des bouleversements dans l'organisation de leur travail pendant la pandémie de Covid-19 ainsi que des représentations négatives sur leur travail. Ce sont les spécificités du travail de nuit et les difficultés sociales associées à celui-ci, qui influent sur la santé mentale ainsi que sur les consommations de SPA. En effet, les THN présentent des niveaux élevés d'anxiété, de dépression, d'insomnies et de stress post traumatique qui semblent faciliter le recours à l'usage de substances psychoactives. Les SPA sont consommées non seulement comme moyen de gestion du stress et pour améliorer la qualité du sommeil mais aussi pour affronter l'isolement au travail qui a un impact particulièrement important sur la dimension psychosociale de la vie des THN. Leur santé mentale est significativement liée aux changements organisationnels de leurs vies professionnelles liés au Covid-19 ainsi qu'aux représentations négatives du travail de nuit des autres professionnels hospitaliers et de leur entourage. Pour améliorer la qualité de vie au travail, il existe des propositions et perspectives d'interventions qui peuvent être classées en 3 niveaux distincts : au niveau individuel, au niveau du système de santé et au niveau institutionnel. Les thématiques des interventions sont les suivantes : renforcement de la formation proposée aux THN, amélioration des relations et collaborations entre professionnels, changement de la collation, meilleure ergonomie des espaces de travail et un meilleur matériel, optimiser les temps de travail et de repos, reconnaître le travail de nuit, augmenter les salaires et les effectifs.

4) Impacts potentiels de ces résultats

Ces résultats soulignent l'importance de la mise en place d'interventions complexes multiniveaux pour améliorer la qualité de vie au travail et la santé des THN. Complexes car nécessitant de prendre en compte le contexte et les conditions de mises en oeuvre. Multiniveaux car s'implantant dans toutes les dimensions : individuelle, du service et de l'institution pour une approche holistique de la problématique.