

Impact de l'exposition à de longues heures de travail sur la santé

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) et l'Organisation internationale du travail (OIT) travaillent actuellement ensemble afin de réaliser une estimation de la charge de morbidité et des traumatismes liés à l'activité professionnelle ("*The WHO/ILO joint methodology for estimating the work-related burden of disease and injury*"). En collaboration avec un vaste réseau d'experts, nous avons examiné la littérature scientifique et analysé les résultats d'études antérieures concernant l'impact de l'exposition à de longues heures de travail sur le nombre de décès et d'« années de vie en bonne santé perdues » en raison de consommation d'alcool et de troubles liés à celle-ci, d'accidents vasculaires cérébraux, de cardiopathies ischémiques et de dépression. En outre, des semaines de travail standard de 35 à 40 heures ont été comparées sur la base de trois aspects (prévalence, incidence et mortalité) avec des semaines de travail plus longues séparées en trois catégories :

1. 41 à 48 heures par semaine
2. 49 à 54 heures par semaine
3. ≥ 55 heures par semaine

Consommation d'alcool, comportement à risque et troubles y liés : 14 études (104 599 participants). L'exposition à de longues heures de travail peut augmenter la consommation d'alcool; plus le nombre d'heures de travail par semaine est élevé, plus la consommation d'alcool est importante. L'impact de l'augmentation du nombre d'heures de travail sur les comportements de consommation d'alcool à risque est incertain, car le risque n'augmente pas avec le nombre d'heures. Aucune étude n'a encore été effectuée concernant l'impact de l'exposition à de longues heures de travail sur les problèmes d'alcool. Il n'est donc pas encore possible de réaliser des estimations scientifiquement fondées sur les problèmes d'alcool liés à l'exposition à de longues heures de travail.

Accidents vasculaires cérébraux : 22 études (839 680 participants). En ce qui concerne l'incidence des accidents vasculaires cérébraux, des estimations scientifiquement fondées ne peuvent être réalisées que pour les personnes travaillant de 49 à 54 heures par semaine ou plus. Le risque d'accident vasculaire cérébral augmente à partir de 49 heures par semaine, et on constate une augmentation pertinente sur le plan clinique à partir de 55 heures par semaine. L'impact de l'exposition à de plus longues heures de travail sur la mortalité due aux accidents vasculaires cérébraux ne peut être établi avec certitude.

Cardiopathies ischémiques : 37 études (768 751 participants). En ce qui concerne les cardiopathies ischémiques, des estimations peuvent être faites pour les semaines de travail supérieures à 54 heures, les résultats d'études antérieures ayant été jugés suffisants. À partir d'une semaine de travail de plus de 55 heures, on observe une augmentation pertinente sur le plan clinique du risque de survenue de cardiopathies ischémiques et des décès qu'elles entraînent.

Dépression : 22 études (109 906 participants). Nous n'avons trouvé aucune étude concernant l'impact de l'exposition à de longues heures de travail sur la prévalence de la dépression ou sur le nombre de décès dus à ce trouble mental. L'impact de l'exposition à de longues heures de travail sur l'incidence de la dépression ne peut être établi avec certitude. Davantage d'études sont nécessaires sur la relation entre l'exposition à de longues heures de travail et le risque de dépression.

Des examens systématiques de l'OMS et de l'OIT montrent qu'il existe des preuves suffisantes d'un risque plus élevé de cardiopathie ischémique et d'accident vasculaire cérébral chez les personnes

travaillant de longues heures (≥ 55 heures/semaine) que chez celles travaillant un nombre standard d'heures (35-40 heures/semaine). Les résultats de ces études ont ensuite été utilisés comme input pour les estimations communes de l'OMS et de l'OIT. Nous avons calculé les fractions attribuables dans la population sur la base des estimations de la population exposée à de longues heures de travail et des risques relatifs d'exposition aux maladies ressortant des revues systématiques. La population exposée a été modélisée à l'aide de données provenant de 2 324 enquêtes transversales et de 1 742 ensembles de données d'enquêtes trimestrielles. La charge de morbidité attribuable a été estimée en appliquant les fractions attribuables dans la population aux Global Health Estimates de l'OMS relatives à la charge totale de morbidité.

Les personnes qui travaillent 55 heures ou plus par semaine sont nettement plus susceptibles de subir un accident vasculaire cérébral ou d'avoir un problème cardiaque : le risque d'accident vasculaire cérébral est 35 % plus élevé pour les personnes qui travaillent 55 heures ou plus par semaine par rapport à celles qui travaillent 35 à 40 heures par semaine. Le risque de décès dû à un problème cardiaque est 17 % plus élevé. En 2016, 398 000 personnes sont décédées des suites d'un accident vasculaire cérébral et 347 000 des suites d'un problème cardiaque après de longues journées de travail. Cela représente une hausse de 29 % par rapport à 2000. Le nombre de personnes qui travaillent de longues heures est en augmentation. Actuellement, 9 % de la population mondiale totale travaille 55 heures ou plus par semaine. Cette tendance étant à la hausse, le nombre de personnes exposées au risque d'incapacité de travail ou de décès prématuré augmente lui aussi.

Références :

1: Rugulies R, Sørensen K, Di Tecco C, Bonafede M, Rondinone BM, Ahn S, Ando E, Ayuso-Mateos JL, Cabello M, Descatha A, Dragano N, Durand-Moreau Q, Eguchi H, Gao J, Godderis L, Kim J, Li J, Madsen IEH, Pachito DV, Sembajwe G, Siegrist J, Tsuno K, Ujita Y, Wang J, Zadow A, Iavicoli S, Pega F. The effect of exposure to long working hours on depression: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2021 Oct;155:106629.

2: Pega F, Náfrádi B, Momen NC, Ujita Y, Streicher KN, Prüss-Üstün AM; Technical Advisory Group, Descatha A, Driscoll T, Fischer FM, Godderis L, Kiiver HM, Li J, Magnusson Hanson LL, Rugulies R, Sørensen K, Woodruff TJ. Global, regional, and national burdens of ischemic heart disease and stroke attributable to exposure to long working hours for 194 countries, 2000-2016: A systematic analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2021 Sep;154:106595.

3: Pachito DV, Pega F, Bakusic J, Boonen E, Clays E, Descatha A, Delvaux E, De Bacquer D, Koskenvuo K, Kröger H, Lambrechts MC, Latorraca COC, Li J, Cabrera Martimbiano AL, Riera R, Rugulies R, Sembajwe G, Siegrist J, Sillanmäki L, Sumanen M, Suominen S, Ujita Y, Vandersmissen G, Godderis L. The effect of exposure to long working hours on alcohol consumption, risky drinking and alcohol use disorder: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2021 Jan;146:106205.

4: Descatha A, Sembajwe G, Pega F, Ujita Y, Baer M, Boccuni F, Di Tecco C, Duret C, Evanoff BA, Gagliardi D, Godderis L, Kang SK, Kim BJ, Li J, Magnusson Hanson LL, Marinaccio A, Ozguler A, Pachito D, Pell J, Pico F, Ronchetti M, Roquelaure Y, Rugulies R, Schouteden M, Siegrist J, Tsutsumi A, Iavicoli S. The effect of exposure to long working hours on stroke: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2020 Sep;142:105746.

5: Li J, Pega F, Ujita Y, Brisson C, Clays E, Descatha A, Ferrario MM, Godderis L, Iavicoli S, Landsbergis PA, Metzendorf MI, Morgan RL, Pachito DV, Pikhart H, Richter B, Roncaioli M, Rugulies R, Schnall PL, Sembajwe G, Trudel X, Tsutsumi A, Woodruff TJ, Siegrist J. The effect of exposure to long working

hours on ischaemic heart disease: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2020 Sep;142:105739.

6: Pega F, Norris SL, Backes C, Bero LA, Descatha A, Gagliardi D, Godderis L, Loney T, Modenese A, Morgan RL, Pachito D, Paulo MBS, Scheepers PTJ, Schlünssen V, Sgargi D, Silbergeld EK, Sørensen K, Sutton P, Tenkate T, Torreão Corrêa da Silva D, Ujita Y, van Deventer E, Woodruff TJ, Mandrioli D. RoB-SPEO: A tool for assessing risk of bias in studies estimating the prevalence of exposure to occupational risk factors from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2020 Fév;135:105039.

7: Godderis L, Boonen E, Cabrera Martimbianco AL, Delvaux E, Ivanov ID, Lambrechts MC, Latorraca COC, Leppink N, Pega F, Prüss-Ustün AM, Riera R, Ujita Y, Pachito DV. WHO/ILO work-related burden of disease and injury: Protocol for systematic reviews of exposure to long working hours and of the effect of exposure to long working hours on alcohol consumption and alcohol use disorders. *Environ Int.* 2018 Nov;120:22-33.

