

Etude l'influence du télétravail et de son intensité sur la consommation tabagique et les habitudes de fume du télétravailleur fumeur

Mémoire réalisé dans le cadre de la formation en tabacologie – FARES

Stéphanie Rogge

Promoteur : Prof L Galanti

Plan de la présentation

- ▶ Télétravail et son impact sur la santé
- ▶ Objectif de l'étude
- ▶ Méthode
- ▶ Population
- ▶ Résultats et discussion
- ▶ Conclusions
- ▶ Limites
- ▶ Perspectives

Télétravail - définition

- ▶ Travail effectué hors entreprise, alors qu'il aurait pu être effectué sur site
- ▶ **Volontaire**
- ▶ Exécution régulière
- ▶ Contrat de travail ou avenant
- ▶ Technologies de l'information et de la télécommunication

- ▶ + travailleur : gain temps transport, épanouissement personnel (activités)
- ▶ + employeur : attractivité, levier motivationnel, productivité et la qualité du travail

Télétravail – législation

- ▶ Européen : accord cadre du 16 juillet 2002
 - ▶ Cadre général condition de télétravail
- ▶ Belge : CCT n°85 du 9 novembre 2005
 - ▶ Donne exécution à l'accord cadre
 - ▶ Convention écrite entre employeur et travailleur
 - ▶ **Caractère volontaire « obligatoire » : ni un droit, ni une obligation**
 - ▶ Devoir d'information de la politique d'entreprise en matière de santé et sécurité au travail
 - ▶ **Inspection du lieu de travail par le S.I.P. avec accord du télétravailleur** – bonne application de la législation santé/sécurité

Télétravail en période de pandémie

- ▶ Déploiement dans l'urgence suite à la pandémie
ex : l'enseignement
- ▶ Improvisé : absence de préparation et d'équipement
- ▶ Imposé -> détresses psychologiques (Watanabé 2022) : isolement, absence de choix
- ▶ Evolution du télétravail 24% (2019) à 40% (2022)
- ▶ Contexte de la pandémie - conditions très variables
- ▶ Graham (2021) , l'impact du télétravail obligatoire est genré et influencé par les responsabilités parentales

Télétravail en période de pandémie - impact sur les habitudes de consommation

▶ **Alcool** ↗

- ▶ Japon fréquence > 1x/sem et absence de préférence (Watanabé, 2022)
- ▶ USA : 1/3 + susceptible de consommer pendant heures de télétravail

▶ **Alcool et de tabac** ↗

- ▶ Belgique (Vanderbruggen, 2020)
 - Vivre seul
 - Niveau d'éducation inférieur
 - Chômage technique
- ▶ Causes : 1er ennui, isolement social, perte de structure quotidienne, récompense journée de travail, solitude

Télétravail en période de pandémie - impact sur les habitudes de consommation

▶ **Mauvaises habitudes alimentaires**

- ▶ Risque accru de consommation fréquente d'aliments/boissons malsains (Kubo, 2021)
- ▶ Booth (2023) croyance habitudes de consommation est liée aux effets néfastes du covid – réduit leur consommation. A transposer au tabac ?

- ▶ Facteurs de risque de changement de comportement : femme, plus âgé, faire du télétravail, niveau d'éducation plus élevé, responsabilité de soignant (Delgado-Ortiz, 2022)

▶ **Lien tabagisme et télétravail pas spécifiquement analysé**

Télétravail et santé

- ▶ **La littérature scientifique relative aux effets du télétravail sur la santé montre des résultats divers et variés**
- ▶ Henke (2016) : risque de développer une mauvaise santé des télétravailleurs < non-télétravailleurs
- ▶ Oakman (2020) : revue de littérature
impacts sur la santé mentale et physique des individus varient considérablement.
nombre limité d'études disponibles, souvent avec des résultats contradictoires
- ▶ Nielsen (2021) : > 15 heures par semaine, le télétravail peut augmenter la consommation d'alcool
- ▶ Lunde (2022) revue systématique sur l'association entre le télétravail et la santé : peu de recherches de haute qualité – preuves recueillies est considéré comme (très) faible

Télétravail et tabagisme

- ▶ Loi 22 décembre 2009 - bien-être des travailleurs exécution de leur travail
- ▶ Droit à un air sans fumée sur le lieu de travail
- ▶ Télétravail > habitation privée
- ▶ Quid de la fume en télétravail -> règlement de travail reste d'application
- ▶ Est-ce réellement appliqué ???

Télétravail et tabagisme

- ▶ La charge de travail et la surcharge technologique ont influencé significativement et positivement le stress comportemental (Ingusci, 2021).

Le stress comportemental peut conduire à un changement des habitudes de consommation de tabac.

- ▶ Guignard : les habitudes tabagiques pendant la crise sanitaire ont été impactées car les situations déclenchant des tensions psychologiques sont associées à une augmentation des comportements addictifs (Guignard et al., 2022).

Télétravail et tabagisme

- ▶ Variation de consommation
- ▶ Cigarette anti-stress = fumer +++ en temps de crise
- ▶ Ennui et les restrictions de mouvement stimule le tabagisme
- ▶ La COVID-19 motive à cesser de fumer (Bommelé, 2020)
- ▶ L'accessibilité au produit a été impactée par la crise

Vente de cigarettes électroniques

Le fumeur en télétravail

- ▶ Introduit au sein de l'habitation le tabagisme réglementé en entreprise
- ▶ Fume auto gérée par le télétravailleur
- ▶ Ne pas fumer pendant les communications audio-visuelles ni pendant les appels
 - ▶ Respect du RT
 - ▶ Respect des collègues non-télétravailleurs

Le fumeur en télétravail

- ▶ Habitude de fume//impact sur la consommation
 - ▶ Lieu de fume
 - ▶ dans l'habitation – risque d'augmentation de consommation tabagique (pas de limite)
 - ▶ à l'extérieur : probablement peu d'impact
 - ▶ Être attentif à sa consommation
- ▶ Opportunité de travailler la dépendance comportementale – lieu de travail (trajet, arrivée au bureau, avant/après réunion, pauses)
- ▶ Profiter du changement - Opportunité d'arrêt ?
- ▶ Protéger l'entourage du tabagisme passif
- ▶ Inciter à fumer à l'extérieur

Objectif de l'étude

- ▶ Analyser l'influence du télétravail au sein de l'habitation et de son intensité avant, pendant et après la pandémie COVID-19 sur
 - le nombre de cigarettes fumées par jour,
 - les produits du tabac consommés,
 - l'endroit de fume au sein de l'habitation,
 - les moments de fume en télétravail.

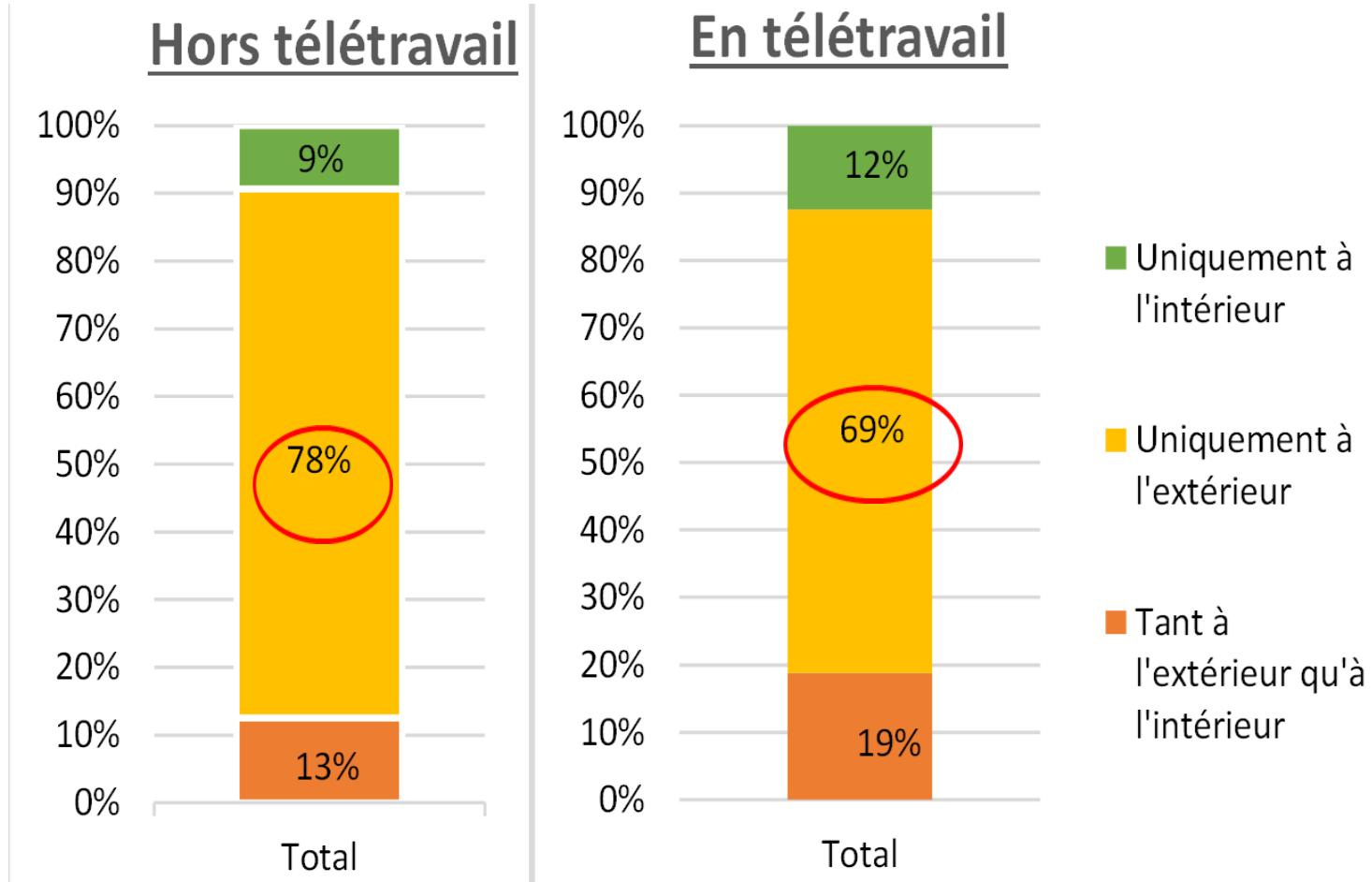
Méthode

- ▶ Questionnaire
- ▶ Profil tabagique : fumeur, non-fumeur, ex-fumeur.
- ▶ 3 périodes : avant, pendant, après la pandémie
- ▶ Plateforme payante, orientation des répondants
- ▶ Réseaux sociaux – 4 semaines
- ▶ Analyse sur Excel

Population

Caractéristiques socio-démographiques					
Statut tabagique		Fumeur 52%	Ex-Fumeur 16%	Non-Fumeur 32%	Total échantillon
Age (moyenne) ± S.D. (ans)		43 ± 9	44 ± 14	41 ± 12	43 ± 11
Genre					
	Homme	41%	80%	35%	45%
	Femme	59%	20%	65%	55%
Enseignement					
	Secondaire	22%	0	0	11%
	Supérieur	34%	40%	30%	34%
	Universitaire	44%	60%	70%	55%
Cohabitation					
	Sans enfants	44%	50%	40%	44%
	Avec enfants	56%	50%	60%	56%
	moins de 18 ans	47%	40%	45%	45%
	18 ans et plus	9%	10%	15%	11%

Lieu de fume





Influence du sexe, de la présence d'enfants



= 89,6%



= 63,3%



= 5,3%



= 5,3%



= 5,3%



= 5,3%



= 61,6%



= 30,8%

= 15,4%

= 23%



Influence du sexe, de la présence d'enfants



= 84,3%



= 58%



= 46%



= 23%



= 10,6%



= 10,6%

= 15,4%



= 5,3%



= 5,3%

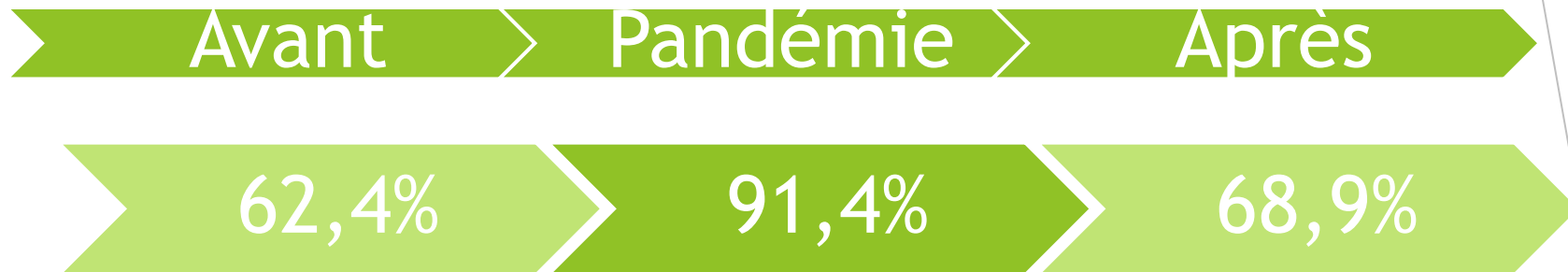
= 38,5%



= 7,7%

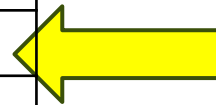


Fréquence de télétravail - fumeurs

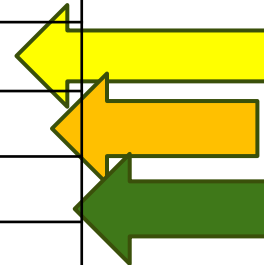


Fréquence télétravail

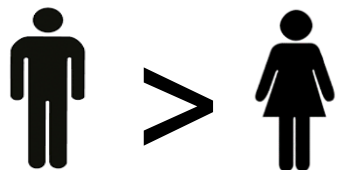
Lundi
Mardi
Mercredi
Jeudi
Vendredi
Samedi
Dimanche



Lundi
Mardi
Mercredi
Jeudi
Vendredi
Samedi
Dimanche



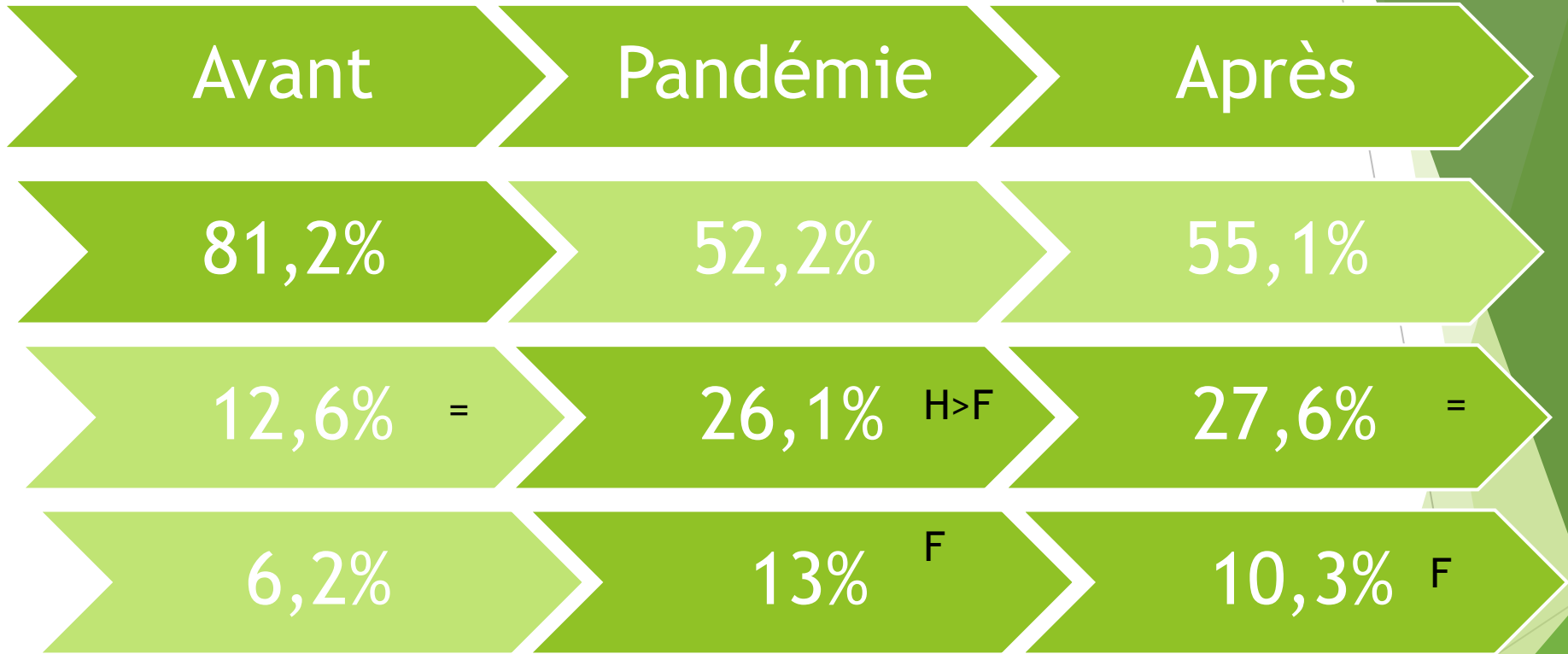
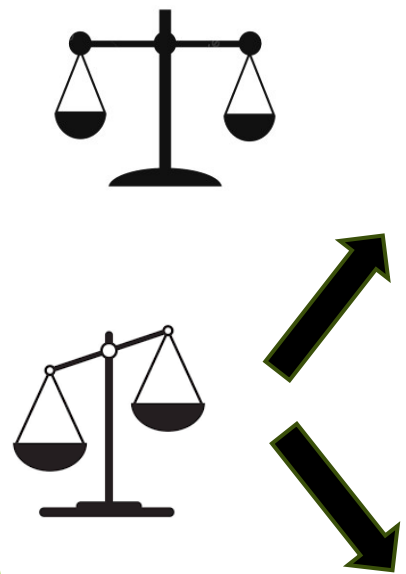
Moyenne CPJ



Consommation tabagique en télétravail

CPJ pendant le télétravail	Avant	Pandémie	Après
0	6,2%	8,7%	6,9%
1 à 10	31,2%	30,4%	51,7%
11 à 20	50,0%	47,8%	24,1%
21 à 30	12,5%	8,70%	17,2%
31 à 40	0,0%	4,4%	0,0%

Evolution de la consommation



Moment de fume en télétravail



Produits consommés – modification ?

Avant la pandémie : aucune modification des produits consommés

Pendant la pandémie : 13% modifie les produits consommés

Après la pandémie : 10,3% modifie les produits consommés

Consommation – fréquence du télétravail

Fréquence télétravail	CPJ - moyenne		
	Avant	Pendant	Après
< 1 jour	12	7	3
1 jour	14	0	9
2 jours	12	-	12
3 jours	10	15	12
4 jours	15	20	11
5 jours	18	15	18

Arrêt – souhait d'aide

Arrêt de fumer suite au télétravail	Homme	Femme	Total
Oui	8,3%	5,6%	6,7%
Non	91,7%	94,4%	93,3%

Aide souhaitée - tabagisme et télétravail	Ens. secondaire	Ens. supérieur	Ens. universitaire	Total (n=30)
Oui	6,7%	6,7%	23,3%	36,7%
Non	13,3%	30%	20%	63,3%

Télétravail

Choix du télétravail	Homme	Femme	Total
Volontaire	10%	30,8%	21,7%
Imposé	90%	69,2%	78,3%

Satisfaction télétravail	
Totalement satisfait	76,7%
Plutôt satisfait	10%
Neutre	13,3%
Plutôt insatisfait	0
Totalement insatisfait	0

Conclusions

- ▶ Légère augmentation du tabagisme en télétravail à l'intérieur de l'habitation
- ▶ Les femmes préservent plus leur environnement intérieur, particulièrement en présence d'enfants
- ▶ Le télétravail ne semble pas être une motivation à l'arrêt.
- ▶ La pandémie n'a pas paru un facteur prédominant pour les changements de consommation si ce n'est une légère augmentation chez les hommes, ni pour les habitudes de fumage à l'exception des moments
- ▶ Des conseils relatifs à l'aide au sevrage ont été considérés comme inutiles pour la majorité des répondants.

Limitations

- ▶ Taille de l'échantillon – pas généraliser les résultats à la population
- ▶ La difficulté d'atteindre la population via les réseaux sociaux a été sous-estimée
- ▶ Réponse question sur les produits consommés pas exploitables
- ▶ Pas d'analyse de l'influence du confinement sur la consommation

Perspectives

- ▶ Autre mode de distribution de l'enquête
- ▶ Approfondir les connaissances sur le tabagisme en télétravail – stratégies de prévention
- ▶ Recommander des stratégies pour encadrer le fumeur lors de l'instauration du télétravail (séances d'info, sensibilisation)
- ▶ Promouvoir l'habitation sans tabac même en télétravail – même en télétravail
- ▶ Faire respecter le règlement de travail lors du télétravail
- ▶ Rôle du tabacologue en milieu professionnel - attention portée aux télétravailleurs



Avez-vous des questions ?

Bibliographie

- ▶ Bommel , J., Hopman, P., Hipple Walters, B., Geboers, C., Croes, E., Fong, G., Quah, A., & Willemssen, M. (2020). The double-edged relationship between COVID-19 stress and smoking : Implications for smoking cessation. Tobacco Induced Diseases, 18(July). <https://doi.org/10.18332/tid/125580>
- ▶ Booth, L., Santos, J. A., Hoek, A. C., Webster, J., & Pettigrew, S. (2023a). Population subgroups at risk of unhealthy changes in food and beverage consumption during COVID-19 lockdowns. International Journal of Behavioral Medicine. <https://doi.org/10.1007/s12529-023-10165-2>
- ▶ Delgado-Ortiz, L., Carsin, A.-E., Merino, J., Cobo, I., Koch, S., Goldberg, X., Chevance, G., Bosch de Basea, M., Casta o-Vinyals, G., Espinosa, A., Carreras, A., Cortes Martínez, B., Straif, K., de Cid, R., Kogevinas, M., & Garcia-Aymerich, J. (2022). Changes in population health-related behaviors during a COVID-19 surge : A natural experiment. Annals of Behavioral Medicine. <https://doi.org/10.1093/abm/kaac054>

Bibliographie

- ▶ Graham, M., Weale, V., Lambert, K., Kinsman, N., Stuckey, R., & Oakman, J. (2021). Working at home : The impacts of COVID 19 on health, family-work-life conflict, gender, and parental responsibilities *Journal of Occupational & Environmental Medicine*. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000002337>
- ▶ Guignard, R., Quatremère, G., Pasquereau, A., Jartoux, C., Salvaing, L., Caline, G., Beck, F., & Nguyen Thanh, V. (2022). Barriers against and motivations for quitting smoking during the COVID-19 health crisis : Results of a qualitative study in France. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13051. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013051>
- ▶ Henke, R. M., Benevent, R., Schulte, P., Rinehart, C., Crighton, K. A., & Corcoran, M. (2016). The Effects of Telecommuting Intensity on Employee Health. *American journal of health promotion : AJHP*, 30(8), 604–612. <https://doi.org/10.4278/ajhp.141027-QUAN-544>

Bibliographie

- ▶ Ingusci, E., Signore, F., Giancaspro, M. L., Manuti, A., Molino, M., Russo, V., Zito, M., & Cortese, C. G. (2021). Workload, techno overload, and behavioral stress during COVID-19 emergency : The role of job crafting in remote workers. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.655148>
- ▶ Kubo, Y., Ishimaru, T., Hino, A., Nagata, M., Ikegami, K., Tateishi, S., Tsuji, M., Matsuda, S., & Fujino, Y. (2021). A cross-sectional study of the association between frequency of telecommuting and unhealthy dietary habits among Japanese workers during the COVID-19 pandemic. *Journal of Occupational Health*, 63(1). <https://doi.org/10.1002/1348-9585.12281>
- ▶ Lunde, L.-K., Fløvik, L., Christensen, J. O., Johannessen, H. A., Finne, L. B., Jørgensen, I. L., Mohr, B., & Vleeshouwers, J. (2022). The relationship between telework from home and employee health : A systematic review. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12481-2>

Bibliographie

- ▶ Nielsen, M. B., Christensen, J. O., & Knardahl, S. (2021). Working at home and alcohol use. *Addictive behaviors reports*, 14, 100377. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100377>
- ▶ Oakman, J., Kinsman, N., Stuckey, R., Graham, M., & Weale, V. (2020). A rapid review of mental and physical health effects of working at home : How do we optimise health ? *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09875-z>
- ▶ Vanderbruggen, N., Matthys, F., Van Laere, S., Zeeuws, D., Santermans, L., Van den Aemele, S., & Crunelle, C. L. (2020). Self-Reported alcohol, tobacco, and cannabis use during COVID-19 lockdown measures : Results from a web-based survey. *European Addiction Research*, 26 (6), 309–315. <https://doi.org/10.1159/000510822>
- ▶ Watanabe, C., Konno, Y., Hino, A., Nagata, M., Muramatsu, K., Tateishi, S., Tsuji, M., Ogami, A., Yoshimura, R., & Fujino, Y. (2022). Relationship between alcohol consumption and telecommuting preference-practice mismatch during the COVID-19 pandemic. *Journal of Occupational Health*, 64 (1). <https://doi.org/10.1002/1348-9585.12331>
- ▶