

# Pourquoi autant de questions sur le travail ?

Dès l'inclusion<sup>1</sup> dans Constances, vous avez répondu à un long questionnaire sur vos conditions de travail. Dans ce Zoom, nous vous expliquerons pourquoi Constances accorde tant d'importance à tout ce qui concerne le travail.

À au travail, nous sommes tous exposés à des risques divers : nuisances chimiques, bruit, température, vibrations, rayonnements, agents biologiques, contraintes physiques et posturales, charge mentale et stress, horaires et rythme de travail. Ils concernent une grande partie de la population : par exemple, la proportion des hommes retraités ayant été exposés à l'amiante durant leur carrière professionnelle est d'environ 25%. Les maladies d'origine professionnelle sont nombreuses et diverses : cancers, troubles de l'audition, affections respiratoires, affections articulaires et musculaires, troubles psychologiques et dépressifs, troubles dermatologiques et allergiques, asthme, troubles de la reproduction, maladies cardio-vasculaires, etc.

Environ 20 000 décès seraient attribuables chaque année en France aux conditions de travail. On estime également que, parmi les hommes, 10 à 15 % de tous les cancers sont d'origine professionnelle. Quant aux douleurs articulaires et musculaires, elles constituent de loin la première cause de maladies professionnelles indemnisées et de journées de travail perdues.

Les besoins de connaissance dans ce domaine sont donc nombreux : effets, notamment à long terme, des expositions profes-

sionnelles et conditions de travail sur diverses maladies, rôle des trajectoires professionnelles et sociales dans les inégalités de santé, etc. Constances s'intéresse à différents aspects liés au travail ; nous vous proposons quelques précisions sur deux d'entre eux, les liens entre le travail et le vieillissement et ceux entre le travail et les inégalités sociales de santé.

## Travail et vieillissement

La société française est confrontée au vieillissement de sa population ; ce phénomène, qui touche également la population active, entraîne de plus en plus de conséquences sociales et économiques. Les conditions de travail et les expositions professionnelles des personnes, leur trajectoire professionnelle, sont des éléments importants qui influencent le processus de vieillissement.

Cependant, on manque de données épidémiologiques sur le vieillissement en relation avec la vie professionnelle et les conditions de travail tout au long de celle-ci. Or, les troubles qui conduisent à terme à des déficiences, incapacités et maladies prennent naissance le plus souvent tôt dans la vie active, se cumulent dans le temps jusqu'à devenir chroniques, et peuvent entraîner une sortie précoce du monde du travail.

## Travail et inégalités de santé

Les expositions professionnelles sont un des déterminants des inégalités sociales de santé. Par exemple, les inégalités sociales sont très fortes pour le cancer du poumon, dont les ouvriers meurent trois fois plus que les cadres. Ainsi, on estime que, même pour les cancers très liés à des comportements personnels (tabac et alcool principalement), la contribution des facteurs d'origine professionnelle aux inégalités sociales est considérable. Jusqu'à la moitié des différences sociales pourraient être expliquées, non pas par des comportements individuels, mais par l'exposition à des cancérogènes au travail.

Ces deux problématiques illustrent l'utilité d'étudier un grand nombre d'aspects professionnels qui pourraient sembler au premier abord ne pas avoir de liens directs avec la santé. Il y en a bien d'autres.

Certains d'entre vous ne se reconnaîtront sans doute pas dans les questions posées et les thèmes abordés dans Constances, parce qu'ils ne se sentent pas concernés par les contraintes professionnelles étudiées ou parce qu'ils rencontrent d'autres problèmes dans le cadre de leur travail.

Il est cependant indispensable de disposer aussi de données sur les personnes qui ne sont pas concernées par les risques étudiés, car pour comprendre le rôle de facteurs de

risque, il faut toujours comparer des personnes exposées avec des personnes qui ne le sont pas. Bien que Constances soit une étude qui concerne la santé en général, elle ne peut évidemment pas aborder d'emblée tous les aspects de la santé. Les questionnaires que nous vous proposons chaque année vont évoluer et s'intéresser à d'autres thèmes.

<sup>1</sup>Entrée dans la cohorte

## Vous avez passé un bilan de santé dans un des 17 Centres d'examen de santé (CES) répartis sur tout le territoire français qui participe à la cohorte Constances.

Si vous êtes toujours d'accord, poursuivons ensemble ce grand projet de recherche en santé.

### Participer à Constances... Et après ?

#### 1 Un suivi sur une longue durée

Constances a débuté en 2009 sous la forme d'une étude pilote ; il s'agit d'une cohorte dite « longitudinale ». Elle va durer de nombreuses années, ce qui nous permettra, au cours du temps, de mieux nous connaître. À partir de vos réponses, nous pourrions faire des recherches très diverses, dont vous connaîtrez bien évidemment les résultats.

#### 2 Un questionnaire annuel

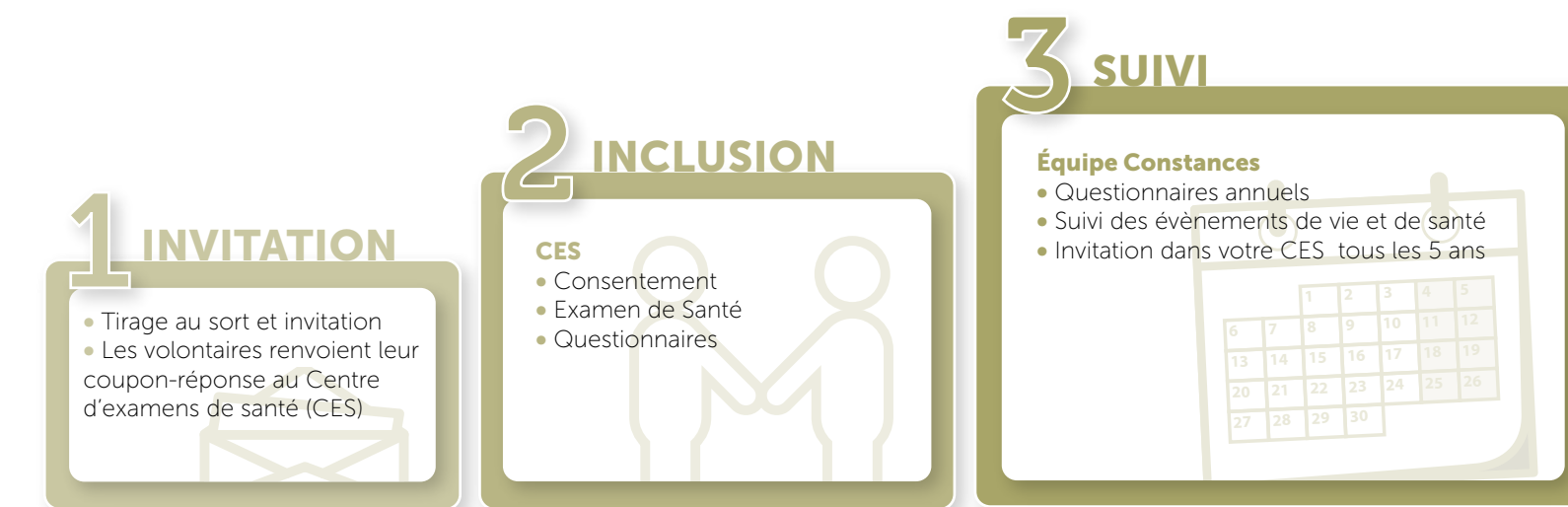
En passant quelques instants à remplir votre questionnaire, vous pourrez, de chez vous, consacrer un peu de temps à la recherche médicale. Vous avez reçu un questionnaire, et nous allons vous en adresser tous les ans. Il vous suffit de le remplir et de nous le renvoyer, dans l'enveloppe pré-affranchie. De votre participation régulière dépend la qualité des résultats. Elle est donc d'une importance capitale.

#### 3 Un examen de santé tous les 5 ans

Tous les cinq ans, vous serez invité à passer un nouvel examen de santé. Ces visites permettront un suivi avec votre CES. Une partie des résultats nous sera transmise de façon confidentielle.

#### 4 Des données complémentaires provenant de grandes administrations

Enfin, si vous avez donné votre accord, nous pourrions disposer de données recueillies de façon systématique par l'Assurance Maladie, l'Assurance Vieillesse (données médicales, parcours professionnel) sans vous demander une contribution. Ces données, très intéressantes pour la qualité de Constances, seront bien évidemment traitées de façon confidentielle.



## Comment vos résultats seront analysés ?

### Une garantie de confidentialité

L'ensemble des résultats vous concernant (questionnaires, résultats des visites dans les CES, données complémentaires) sont traités de façon confidentielle. La Commission Nationale Informatiques et Libertés (CNIL) a donné son autorisation à leur utilisation dans ces conditions, car l'équipe Constances a apporté les garanties qu'à aucun moment elle ne pourra relier votre identité à vos données de santé.

Des circuits informatiques « hermétiques » ont été mis en place : un premier circuit comprend un numéro de confidentialité et vos coordonnées, hébergé par un « tiers de confiance » ; un deuxième circuit comprend le même numéro et les réponses aux questionnaires, détenu par notre équipe. À

aucun moment, il n'est possible de fusionner ces deux circuits et ceci grâce au « tiers de confiance ». Cette personne morale indépendante assure l'étanchéité des circuits et empêche que l'on puisse relier vos réponses à votre identité.

En bref, deux fichiers sont hébergés sur des supports dédiés, distincts, sans connexion extérieure possible. Ce dispositif a été approuvé par la CNIL et garantit le respect des droits individuels concernant l'informatisation des données.

## La lombalgie commune: une question à étudier

Ce premier numéro s'intéresse au mal de dos, encore appelé « lombalgie commune », qui touche près d'un français sur deux.

### Le mal de dos : quelles causes ?

De nombreuses recherches se sont intéressées aux causes du mal de dos. On évoque souvent une origine physique de la douleur et notamment des contraintes physiques au travail : le port de charges lourdes, les torsions du rachis (avoir à se pencher ou à se tourner) ou bien l'utilisation d'engins vibrants sont, entre autres, des facteurs identifiés de lombalgie.

Dans ce domaine, la prévention et l'aménagement de certains postes de travail peuvent apporter des solutions.

### Une douleur qui persiste

Chez certaines personnes, le mal au dos va évoluer vers une douleur qui dure plus longtemps et devient « chronique », voire limitante, les empêchant de travailler et de pratiquer des activités de la vie quotidienne. Cela peut aller jusqu'à des limitations importantes et un niveau élevé de douleur : on a mal, on est exclu du milieu de travail, on ne peut plus pratiquer ses loisirs habituels, ni les activités domestiques courantes. Le poids pour la société est également important : on parle de plusieurs milliards d'euros par an de coûts de soins médicaux, de perte de journées de travail et d'indemnités.

### L'importance de la prévention : agir au plus tôt

La recherche sur le mal de dos s'intéresse aux causes de la persistance de cette douleur chez certaines personnes, alors qu'elle n'est que passagère chez d'autres. De même, les aspects de prévention en milieu de travail ou dans les activités de la vie quotidienne nécessitent d'être explorés : prévenir plutôt que guérir doit rester un objectif prioritaire. En agissant au plus tôt, il est possible d'avoir un réel impact aussi bien sur l'état de santé des personnes, que sur les conséquences socio-économiques. L'importance de la douleur ne doit pas faire oublier qu'il faut rester actif, cela n'aggraverait pas le mal de dos. (*voir encadré ci-dessous*).

## Agir pour ma santé

Dans la plupart des cas, la lombalgie, plus communément appelée « mal de dos », n'est pas liée à une cause précise et votre médecin ne vous donnera pas la cause exacte de votre douleur. Cela n'a rien d'inquiétant, vos muscles, ligaments ou articulations qui composent votre dos peuvent être douloureux. En renforçant votre dos, vous pouvez vous aider et agir ainsi pour votre santé\*.

### Quand j'ai mal au dos...

- Je reste actif et continue à pratiquer les activités de la vie quotidienne
- Le repos prolongé est mauvais pour mon mal de dos
- Bouger pour ne pas rouiller : je pratique une activité physique régulière qui peut m'aider à renforcer mon dos
- Je ne risque pas d'abîmer ma colonne vertébrale



\*Nous évoquons ici la question de la lombalgie commune, si vous avez un mal de dos persistant, accompagné d'autres symptômes, consultez votre médecin.



# Qu'est-ce qu'un CES ?

La cohorte Constances est réalisée en collaboration avec les Centres d'Examens de Santé (CES).

Les CES sont des structures gérées par le régime général de sécurité sociale.

Ils proposent aux assurés sociaux de bénéficier d'un examen périodique de santé tous les 5 ans. Les Centres d'Examens de Santé participent également à des études sur la santé des Français, études de longue durée comme Constances, ou d'autres études plus ponctuelles.



## Rencontre avec le médecin chef du CES d'Angoulême, le Dr Alain Brigand



### En quoi la cohorte Constances est-elle novatrice ?

La cohorte Constances va permettre, pour la première fois, grâce aux examens de santé qui seront réalisés dans les centres et selon des procédures spécifiquement développées, d'obtenir des informations permettant d'aborder la personne dans toutes ses dimensions, y compris d'un point de vue psychologique et social.

Les 17 centres qui ont souhaité participer sont de taille importante et disposent à la fois d'un personnel motivé et d'un plateau technique de qualité, avec une répartition géographique permettant de représenter les principales régions de France.

Par ailleurs, toutes les catégories sociales seront représentées. C'est donc une réelle opportunité pour la recherche de pouvoir travailler avec les centres dans le cadre d'un partenariat avec l'Assurance Maladie.

### Quel est l'intérêt de l'étude ?

Constances s'intéresse à un grand nombre de questions de santé. Il s'agit de mieux comprendre les causes et l'évolution des problèmes en relation avec le mode de vie, l'alimentation, l'environnement personnel et professionnel, ou encore en lien avec les événements importants de la vie.

Plusieurs grands thèmes seront particulièrement suivis : les facteurs professionnels, le vieillissement, les inégalités sociales de santé, les problèmes spécifiques de la santé des femmes, l'alimentation et l'environnement. Au fil des années, la base de données s'enrichira d'informations inédites sur l'état de santé des Français.

### Pourquoi se porter volontaire ?

Participer à la cohorte est une implication citoyenne, destinée à faire avancer la santé publique. Alors que les Français sont souvent sollicités pour des dons, il s'agit simplement là de donner un peu de leur temps et de leur motivation.

## Des résultats sur une longue durée : un apport scientifique d'une qualité exceptionnelle

Constances va bénéficier à deux grands domaines, différents, mais très complémentaires : la santé publique et la recherche.

### La santé publique

Constances est proche de la structure de la population française ; elle donnera une image de son état de santé dans toutes ses dimensions. Cela comprend la description des problèmes de santé, l'identification de groupes de population ou de problèmes de santé émergents et l'évaluation d'actions de prévention.

### La recherche

Une très grande partie des connaissances médicales vient de l'épidémiologie depuis toujours ; ainsi c'est par l'observation épidémiologique qu'on a identifié le rôle cancérigène du tabac ou de l'amiante, ou qu'on a mis en évidence le virus du sida. L'observation épidémiologique est aussi utile pour comprendre et maîtriser des problèmes déjà connus que pour identifier ceux naissant.

## Épidémiologie

[epidemjɔlɔʒi] n.f. Science qui étudie la fréquence et la répartition des maladies dans le temps et l'espace, le rôle des facteurs qui les déterminent, et cela au sein de populations humaines.

L'épidémiologie concerne la grippe ou le sida, bien sûr, que l'on appelle communément des épidémies, mais aussi tous les autres problèmes de santé, de la dépression au mal de dos, en passant par les cancers ou les maladies cardio-vasculaires.

L'épidémiologie, c'est décrire la santé et les maladies dans les populations, selon les principales caractéristiques des personnes (âge, sexe, position sociale), les lieux et leur évolution dans le temps. Compter les malades (et pas seulement ceux qui arrivent jusqu'à l'hôpital ou chez le médecin), les rapporter à l'effectif de la population (donc compter aussi les bien portants) et calculer ainsi des taux, des pourcentages qui permettront de comparer le Nord et le Sud, les jeunes et les vieux, les ouvriers et les PDG, hier et aujourd'hui (et parfois de prévoir demain), c'est cela étudier la fréquence et la répartition des maladies.

L'épidémiologie, c'est aussi un des moyens les plus efficaces pour comprendre les causes des maladies. En comparant des groupes de personnes exposées et non exposées à des « facteurs de risque » qu'on soupçonne de pouvoir être une cause de maladie, tout en tenant compte d'autres facteurs comme l'âge, le sexe, les comportements, etc. il est possible d'identifier des facteurs à l'origine de problèmes de santé et de quantifier leur importance.

<http://www.constances.fr>

## Les cohortes dans le monde

Pour mettre en perspective Constances, chaque numéro du journal vous présentera une cohorte célèbre.

La cohorte américaine « Nurses' Health Study<sup>1</sup> » a été initiée par le Dr Frank Speizer, et elle est financée par les National Institutes of Health<sup>2</sup>. Il s'agit d'une des plus grandes et plus anciennes études sur la santé des femmes. Mise en place en 1976 et élargie en 1989, les données fournies par 238 000 infirmières volontaires ont permis d'obtenir de nombreuses informations sur la santé. Bien que l'étude du cancer soit l'un des objectifs principaux de cette cohorte, elle a également fourni des résultats sur les maladies cardio-vasculaires, le diabète et de nombreuses autres pathologies. De plus, la « Nurses' Health Study » a montré la forte influence du régime alimentaire, de l'activité physique et du style de vie sur la santé. <http://www.channing.harvard.edu/nhs/>

<sup>1</sup> Étude sur la santé des infirmières

<sup>2</sup> Instituts nationaux de la Santé des USA

## Cohorte

[køərt] n.f. Type d'enquête dont le principe est le suivi dans le temps d'un groupe de sujets auprès desquels on recueille de façon « prospective » (c'est-à-dire au fur et à mesure du temps) des données diverses sur la santé et des facteurs de risque.

Une cohorte permet de répondre à de multiples objectifs de recherche : description, étude des effets de l'exposition à des facteurs de risque sur des problèmes de santé divers, évaluation de l'efficacité d'interventions de prévention, etc.

Le principal avantage des cohortes est la possibilité de tenir compte au mieux des phénomènes liés au temps.

Dans plusieurs pays, il existe depuis des décennies des cohortes épidémiologiques qui ont permis l'acquisition de très nombreuses connaissances scientifiques dans tous les domaines de la santé. En France, les cohortes se caractérisent cependant par leur taille « relativement faible », aucune ne dépassant un petit nombre de dizaines de milliers de sujets, alors que certaines cohortes dans d'autres pays peuvent atteindre, voire dépasser, plusieurs centaines de milliers de sujets. Constances doit permettre de mettre la France au niveau de ce qui existe dans des pays où la tradition épidémiologique et de santé publique est plus ancienne.

### JOURNAL D'INFORMATION DE LA COHORTE CONSTANCES

Cohorte Constances - Infrastructure Nationale de Biologie et Santé

DIRECTION DE LA PUBLICATION Marie Zins ONT COLLABORÉ À

CE NUMÉRO Alain Brigand, Matthieu Carton, Marcel Goldberg, Sophie Launay, Annette Leclerc, Sylvie Lemonnier, Mélissa Nachtigal, Anna Ozguler.

ECRIVEZ-NOUS : Cohorte Constances, Plate-forme de recherche, cohorte en populations, CESP U1018 Inserm-UVSQ, Hôpital Paul Brousse, Bât. 15/16, 16 avenue Paul Vaillant-Couturier 94807 Villejuif Cedex  
ISSN en cours



# Journal d'information de la cohorte Constances

|                          |                      |  |  |
|--------------------------|----------------------|--|--|
| p1<br>Édito              | p2<br>Zoom sur...    | p3<br>Dans les coulisses de Constances | p4<br>L'importance d'être «Constances» |
| p4<br>Agir pour ma santé | p5<br>Sur le terrain | p6<br>Les brèves                       | p6<br>Les mots de Constances           |

## ÉDITO



Nous sommes tous concernés par notre santé et celle de nos proches. Face aux questions majeures de santé, il est possible de s'unir pour agir. Choisir de participer à la cohorte Constances, c'est intégrer la plus grande étude sur la santé menée à ce jour en France et une des plus importantes au monde.

Engagée dans la recherche sur des thèmes aussi variés que le diabète, les cancers, la dépression, la cohorte Constances s'intéresse aussi aux conséquences du travail sur la santé, à l'environnement professionnel et aux clés du « bien vieillir ».

Mise en œuvre par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), l'Université de Versailles Saint-Quentin (UVSQ) et l'Assurance Maladie, Constances bénéficie du soutien du ministère de la Santé et d'un partenariat avec les principales mutuelles. Un Comité scientifique composé d'experts internationaux se porte garant de la qualité des travaux menés durant les prochaines années par les équipes de recherche françaises et étrangères. Un Comité d'éthique a pour mission de veiller au respect des droits des participants.

Votre participation à la cohorte va permettre de mieux comprendre les déterminants de nombreux problèmes de santé, d'améliorer les mesures de prévention et de faciliter la mise en œuvre des actions de santé publique. En disant « oui » à Constances vous agissez pour votre santé et celles des générations futures.

Professeur Marcel Goldberg et Docteur Marie Zins