



Exposition à des horaires atypiques au cours de la carrière : une comparaison nationale entre professionnels de santé et autres métiers dans la cohorte Constances

Hanifa Bouziri

En collaboration avec Adeline Renuy, Alexis Descatha, Jack Siemiatycki, Marie Zins, Marcel Goldberg et Antoine Duclos

26/05/2026

9^e Journée Scientifique Constances & Gazel



anr

MINISTÈRE
DE L'ENSEIGNEMENT
SUPERIEUR
ET DE LA RECHERCHE

Inserm

Université
Paris Cité

université
PARIS-SACLAY

UVSQ

l'Assurance
Maladie
Agir ensemble, protéger chacun

Cnav
Retraite
& Action
sociale
Sécurité sociale

Horaires atypiques de travail : un enjeu majeur de santé publique

Définitions :

Les **horaires atypiques (HA)** correspondent à des organisations de travail qui s'écartent des horaires standards de journée.

Les HA sont de plus en plus fréquents

Associations avec de nombreux indicateurs de santé² :



2

Infographie tirée du rapport de l'insee sur les horaires atypiques. France, portail social – Edition 2025 A.Lambert, C.Rauch & L.Lesnard)

Rapport de la DARES sur le travail en horaires atypiques, publié en 2022

²Littérature internationale (ex: Descatha et al., OEM, 2024 ; Choi et al., *J Affect Disord*, 2021 ; Touitou et al., *Life Sciences*, 2017 ; Vetter et al., *JAMA*, 2016)



Professionnels de santé : des métiers structurellement vulnérables aux horaires atypiques

Dans un contexte de :



- Continuité des soins 24h/24 et 7j/7
- Augmentation des besoins et pénuries de personnels
- Tensions hospitalières croissantes
- Difficultés de fidélisation des professionnels

Focus sur les médecins et infirmier(ère)s :

- Professions centrales du système de soins
- Organisations du travail relativement homogènes
- Métiers fortement structurants dans les services en tension



Objectif de l'étude



Est-ce que les professionnels de santé sont les plus exposés aux HA au cours de leur carrière dans la cohorte Constances ?



Méthode : Données utilisées

Sélection de la population :

- Adultes de 18-69 ans inclus dans la cohorte CONSTANCES entre 2013-2017 (car pondérations disponibles)

Profession la plus longuement :

- Calculée à partir des calendriers professionnels



HA issus des auto-questionnaires :

- 6 HA & jusqu'à 3 périodes mentionnées (+ calcul du nb d'HA par profession max)

Travail le
week-end

Horaires
extrêmes

Repos <48h
conséc/sem

Horaires
alternants

Longues
journées (≥10 h/j)

Horaires
de nuit



Méthode : Analyses statistiques

Prévalences pondérées des HA par profession la plus longuement exercée

- Chaque participant reçoit un poids qui indique le « nombre de personnes » qu'il représente dans la population, après correction du plan de sondage et de la non-réponse.

Objectif

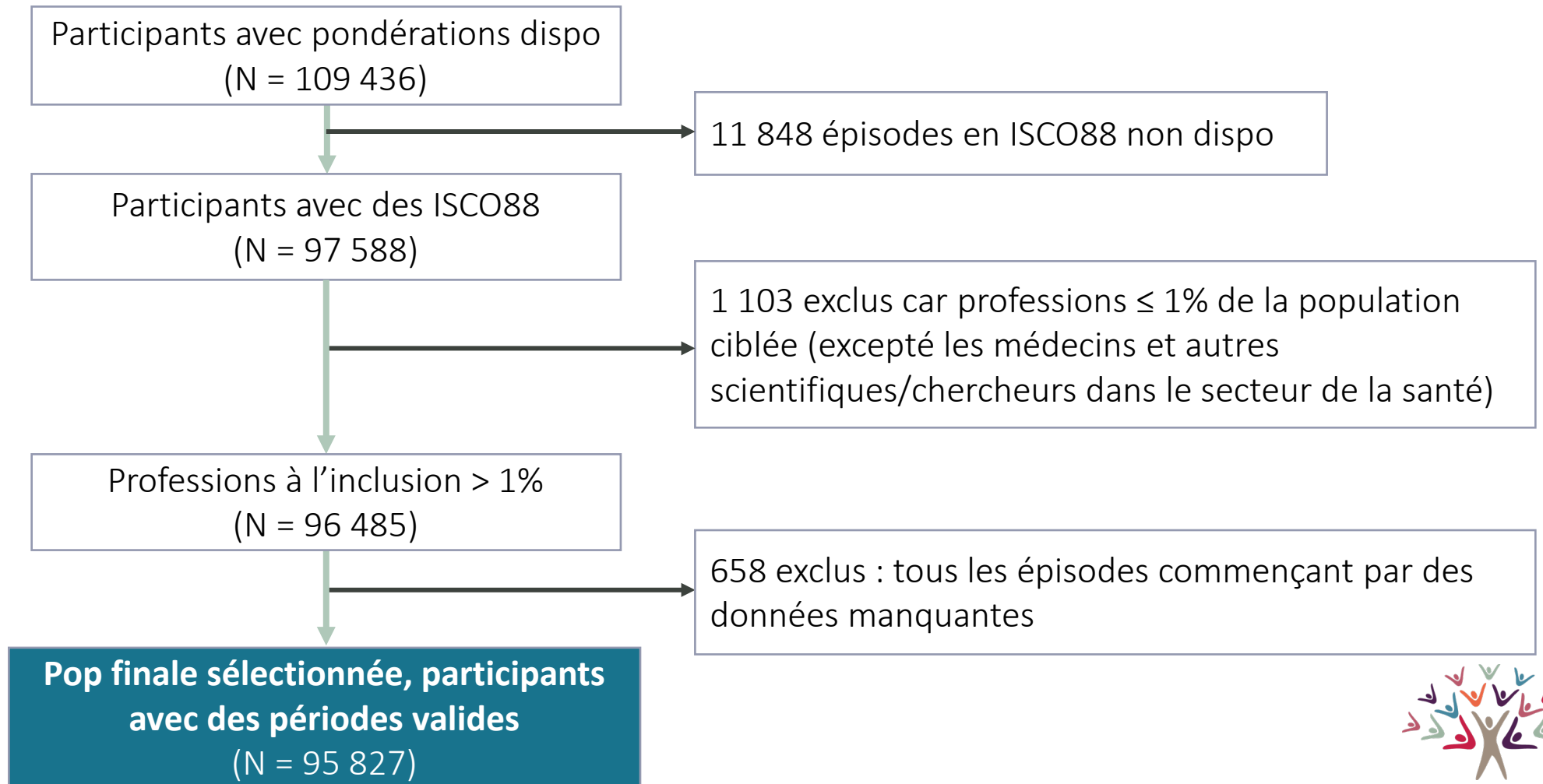
- Rendre les analyses représentatives de la population cible de CONSTANCES

Principe

- Corriger deux biais :
 - les probabilités inégales d'inclusion dans la cohorte
 - Et la non-réponse -> les personnes qui participent peuvent différer de celles qui ne participent pas
- Les poids ont été recalés selon des marges connues : âge, sexe, centres d'examens de santé...



Population finale sélectionnée



Caractéristiques des 95 827 participants sélectionnés

45,3% Hommes
N = 43 405

Population
d'étude

Presque 2/3 de la population
exposée au moins aux HA une
fois au cours de la carrière

54,7% Femmes
N = 52 422



Caractéristiques des 95 827 participants sélectionnés

45,3% Hommes
N = 43 405

5,6% Prof. de Santé
N = 5 336

15,5% Autres Prof. de Santé
N = 829

Population
d'étude

Professionnels
de santé vs
Pop G

Parmi
professionnels
de santé

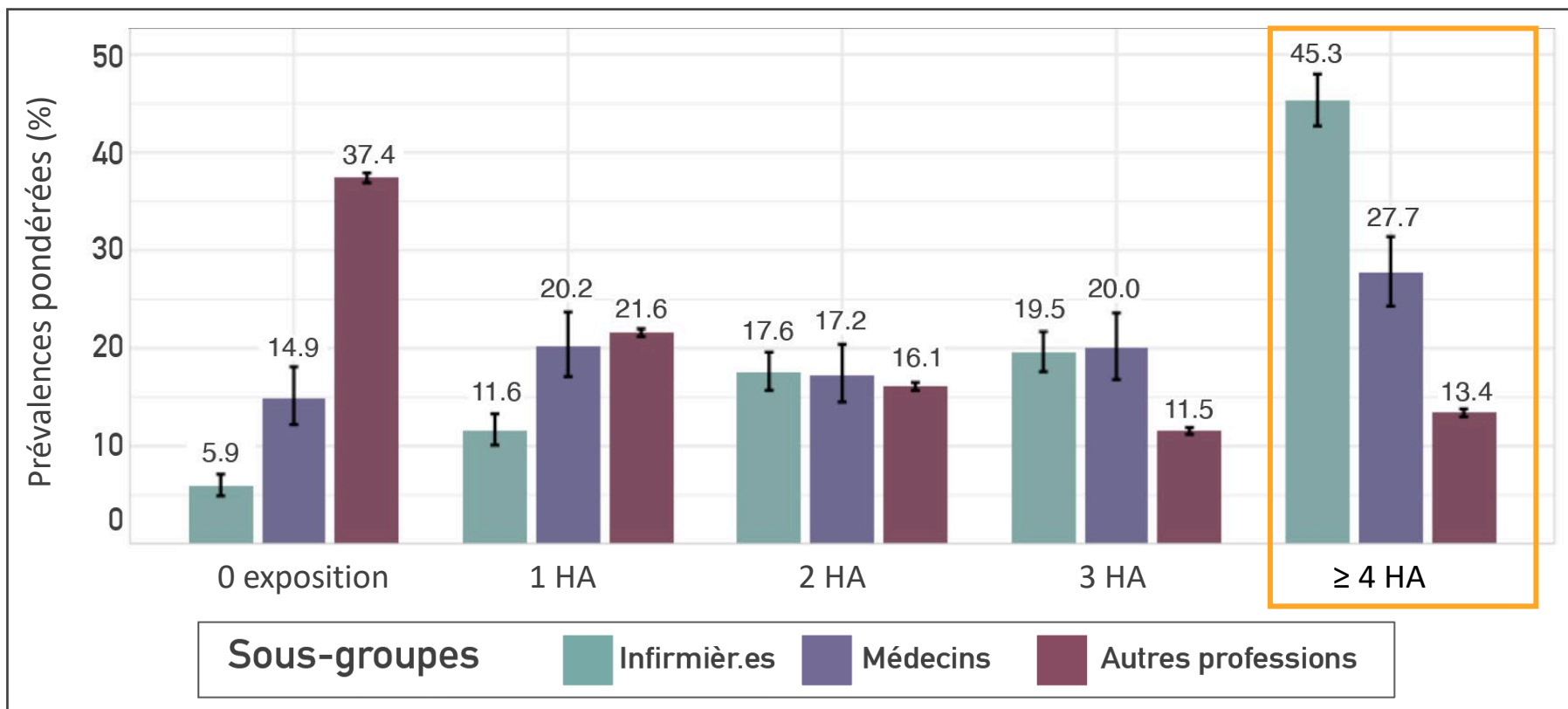
54,7% Femmes
N = 52 422

22% Médecins
N = 1 173

62,5% Infirmiers
N = 3 334



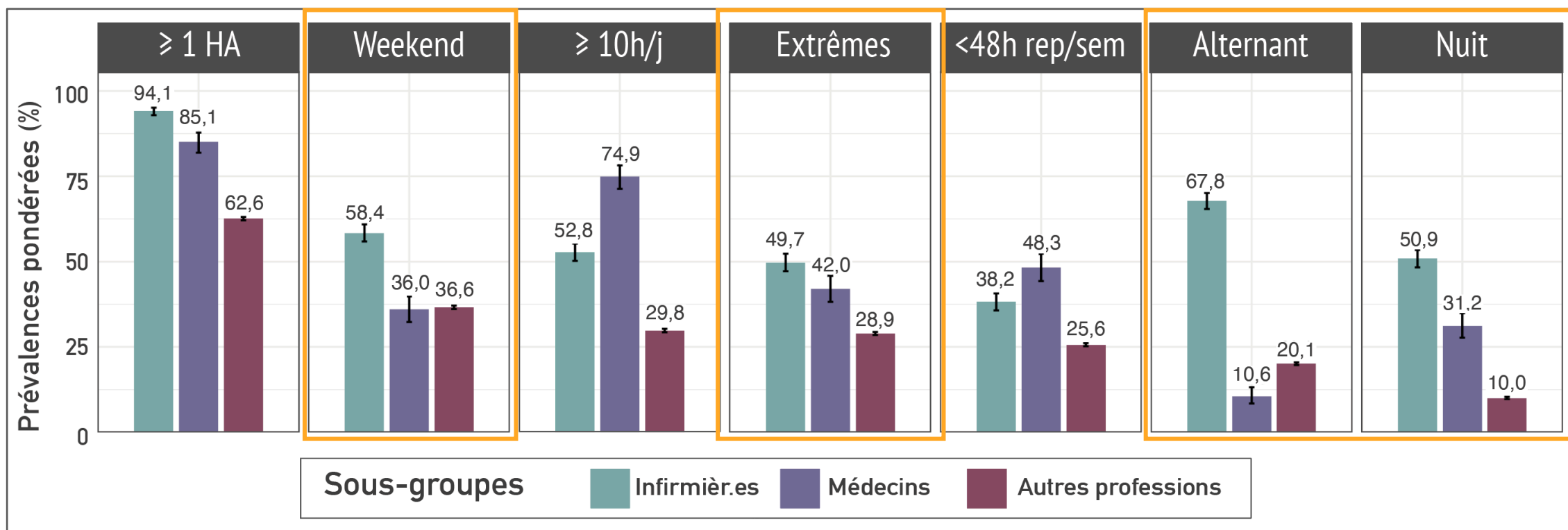
Prévalences pondérées du nombre d'horaires atypiques au cours de la carrière



- Les **infirmier·ères cumulent le plus d'HA** : près de 2 fois plus que les médecins et plus de 3 fois plus que les autres travailleurs.



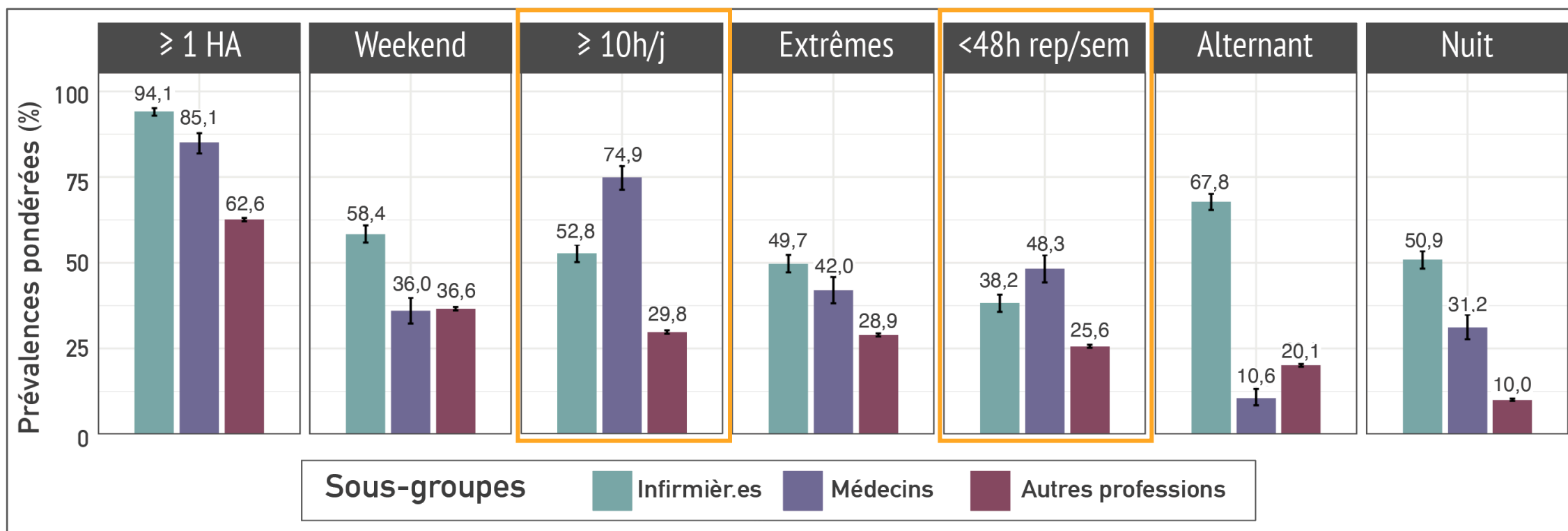
Prévalences pondérées par horaires atypiques au cours de la carrière



- Les infirmier·ères sont surtout exposé·es aux **horaires alternants, week-ends, nuits et postes extrêmes**



Prévalences pondérées par horaires atypiques au cours de la carrière



- Les infirmier·ères sont surtout exposé·es aux **horaires alternants, week-ends, nuits et postes extrêmes**
- les médecins aux **longues journées et au repos hebdomadaire insuffisant.**



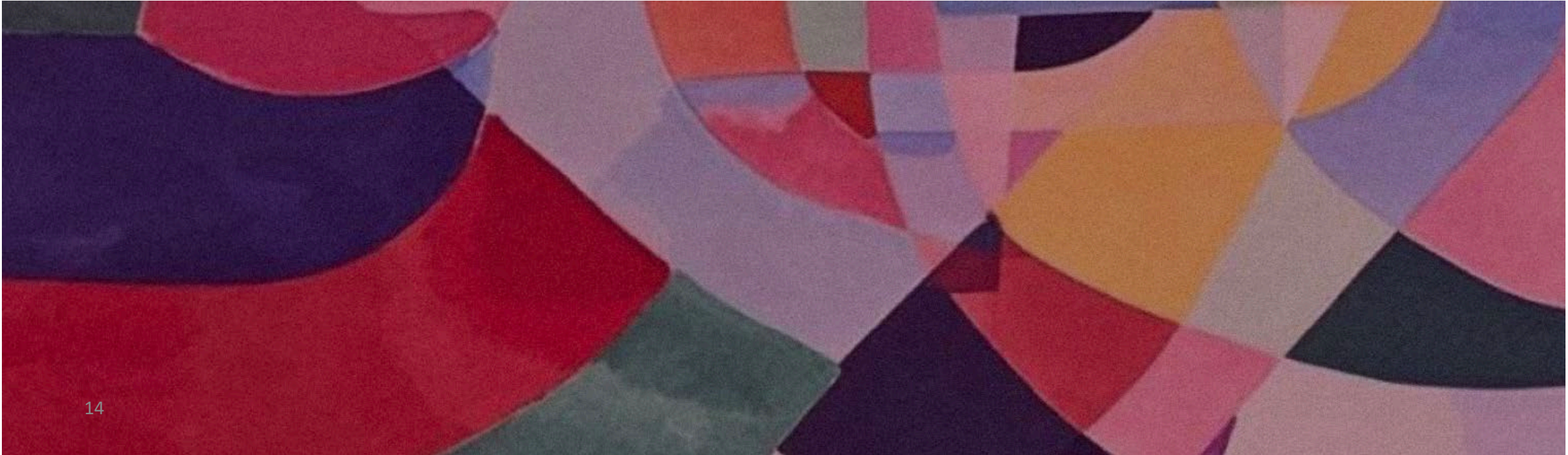
Conclusion : Messages clés et portée en santé publique

Résultats clés	Interprétation	Apport scientifique	Implications en santé publique
~ 2/3 des travailleurs exposés	Exposition fréquente, au-delà des professionnels de santé	<ul style="list-style-type: none"> • Vision carrière entière • Mesure du cumul de nb d'expos • Comparaison avec l'ensemble des professions 	Reconnaître un plus large panel d'HA comme risque professionnel majeur
Infirmier(ère)s très exposés	Nuit, week-end, horaires irréguliers, postes extrêmes		Prévenir fatigue chronique, usure et sorties précoces du métier
Médecins : profil différent	Longues journées + récupération insuffisante		Agir sur repos, amplitudes horaires et charge de travail
Concentration encore + importante que ce qu'on pensait dans le soin	Exposition liée à la continuité des soins 24/7 et au manque de personnel		Repenser les effectifs, planification et répartition des contraintes organisationnelles

- Limites : les expositions sont autodéclarées et mesurées de façon binaires (50j/an), sans information fine sur la fréquence ou l'intensité
- Les HA doivent être traités comme un **risque structurel**, nécessitant des réponses organisationnelles, au-delà de l'adaptation individuelle.

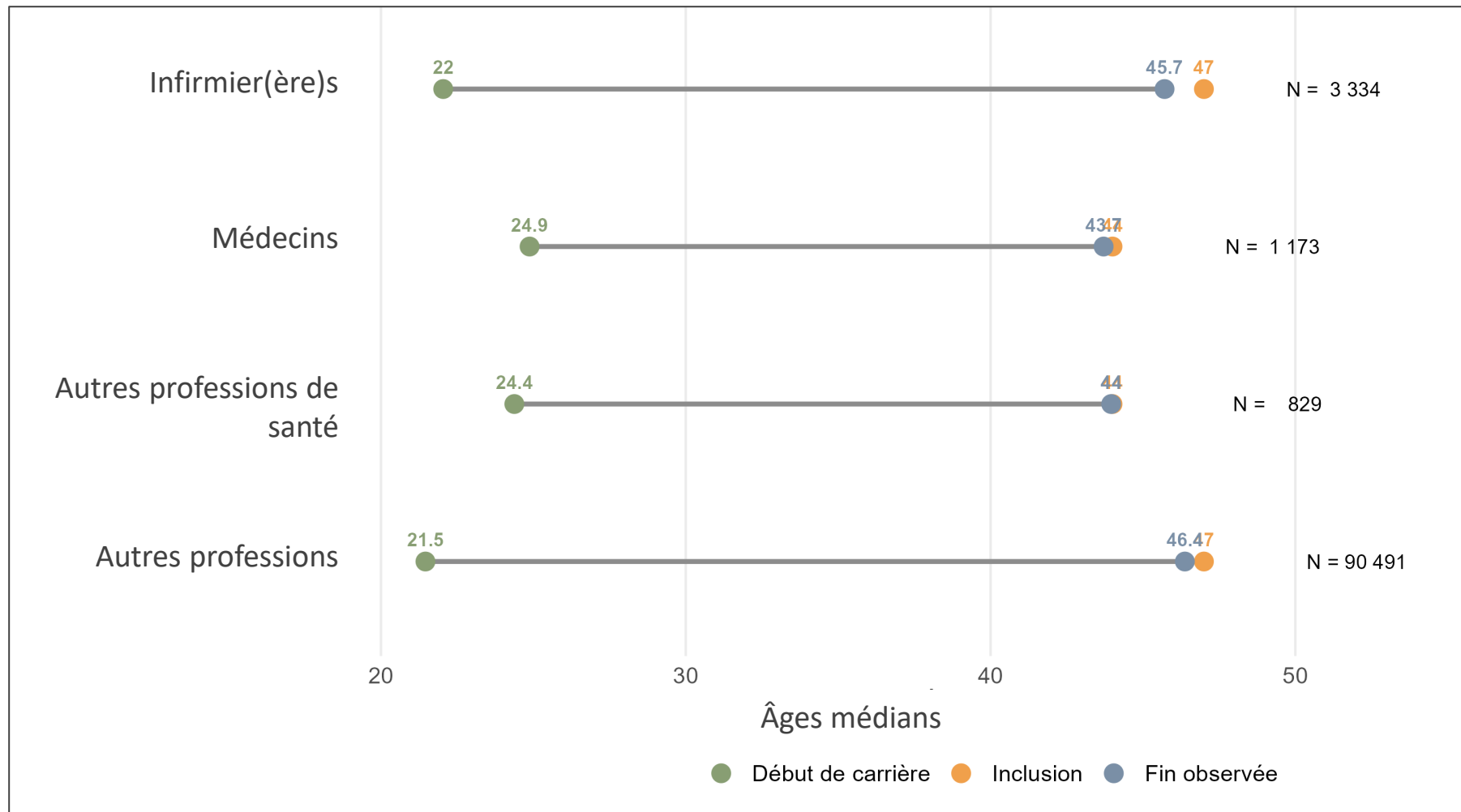


Merci pour votre attention !

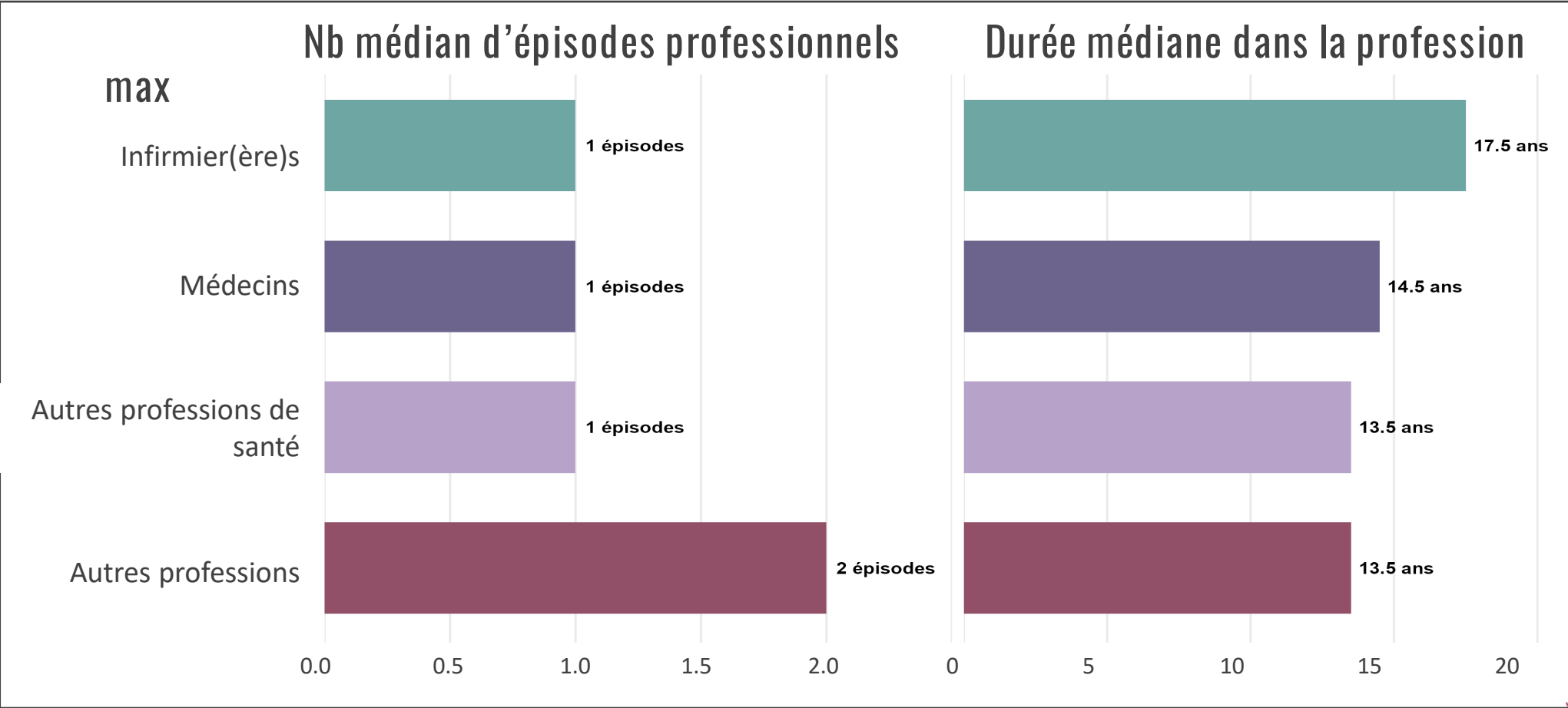


Âges médians de début de carrière, d'inclusion et de date de fin observée

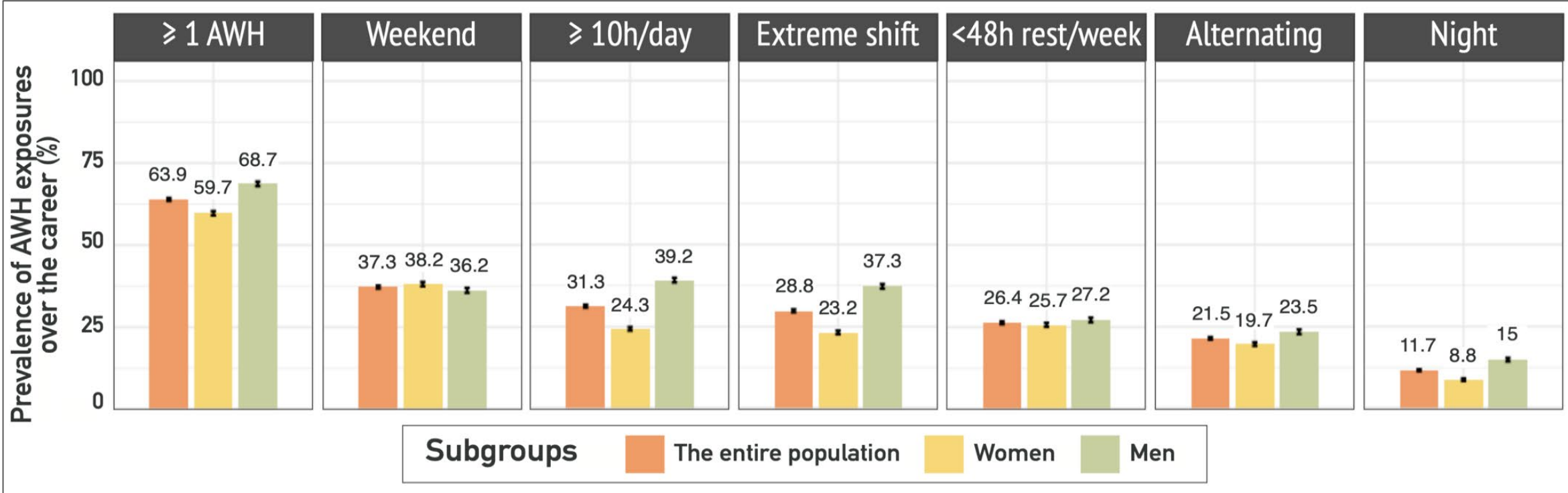
Diapo en plus



Nombre médian d'épisodes et durée des trajectoires professionnels par profession la plus longuement exercée



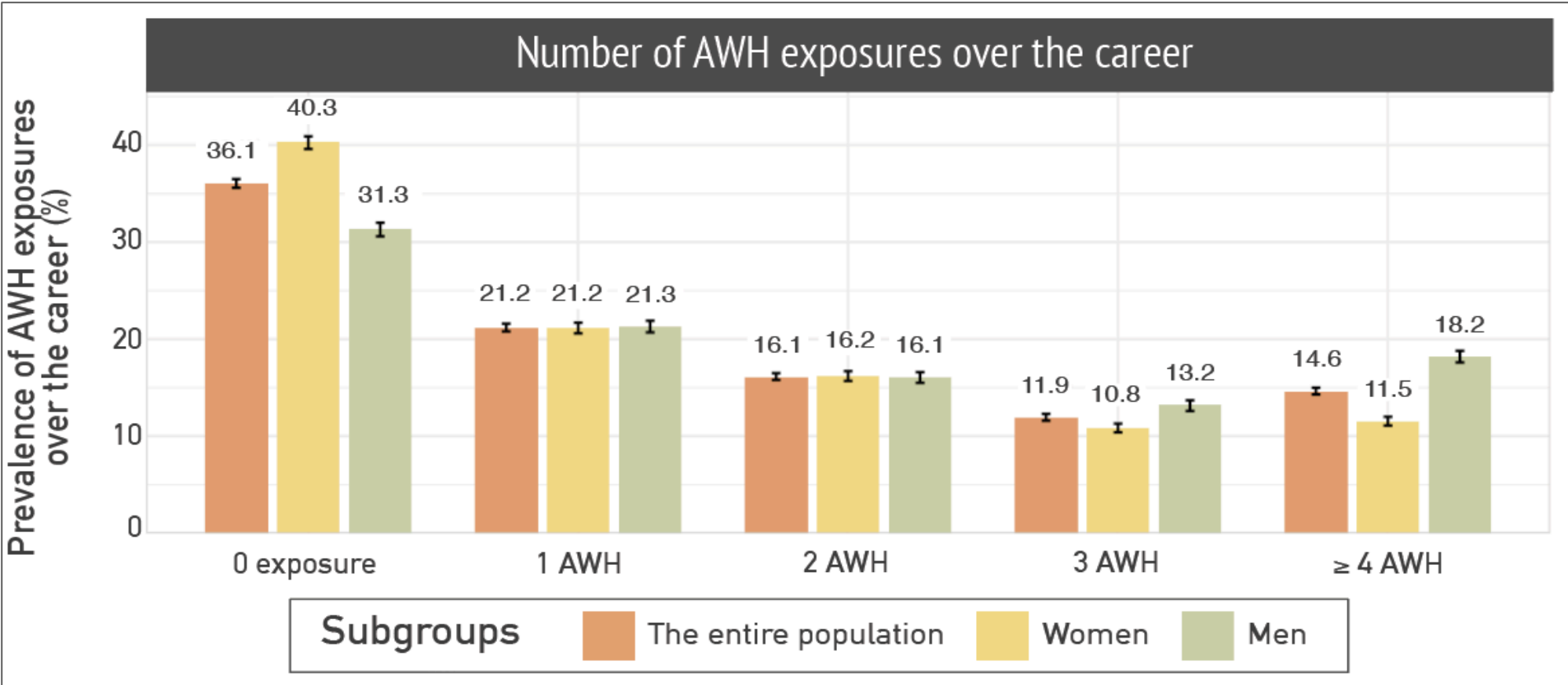
Prévalences pondérées par horaires atypiques au cours de la carrière par genre



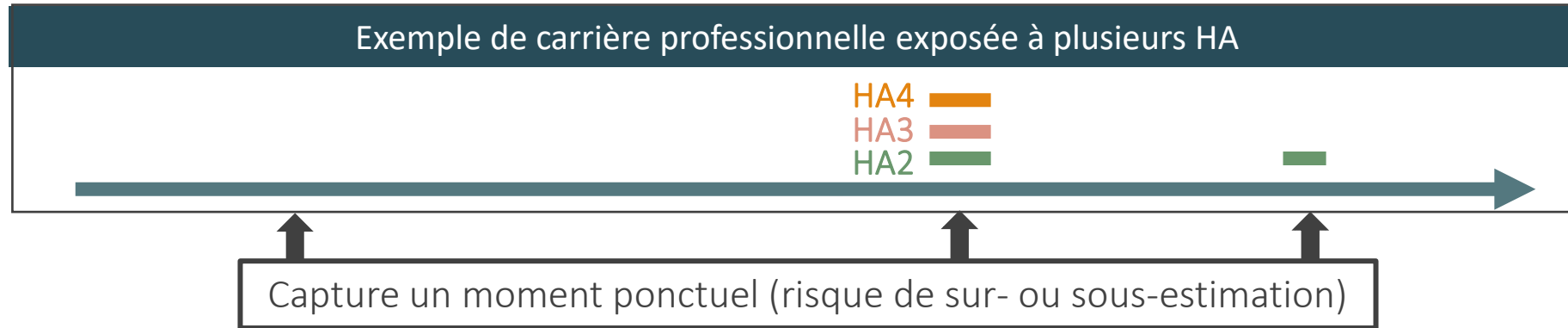
- ~2/3 de la pop au moins exposé une fois aux HA (cf => 64%)



Prévalences pondérées par nb d'HA au cours de la carrière par genre



Limites des études actuellement existantes



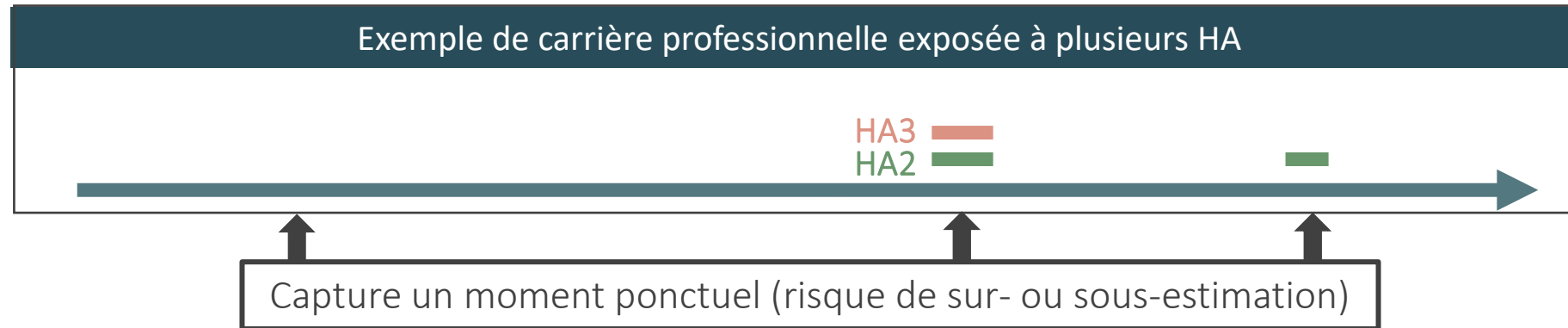
- Études transversales :
 - sur un temps restreint

19 ¹Rapport de la DARES sur le travail en horaires atypiques, publié en 2022

²Littérature internationale (ex: Descatha et al., OEM, 2024 ; Choi et al., *J Affect Disord*, 2021 ; Touitou et al., *Life Sciences*, 2017 ; Vetter et al., *JAMA*, 2016)



Limites des études actuellement existantes



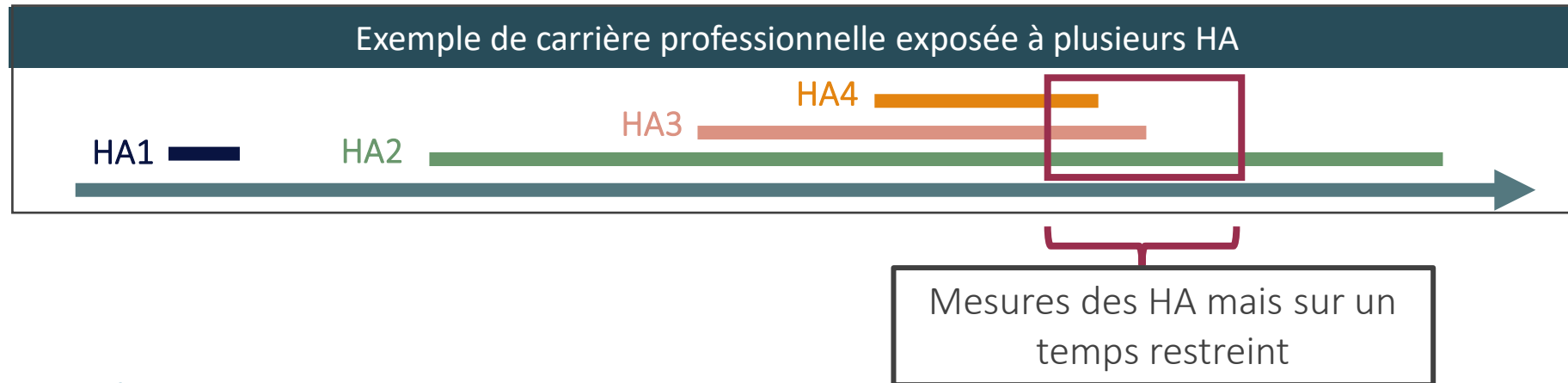
- Études transversales :
 - sur un temps restreint
 - Et qui se focalisent sur un nombre restreint d'HA

4 ¹Rapport de la DARES sur le travail en horaires atypiques, publié en 2022

²Littérature internationale (ex: Descatha et al., OEM, 2024 ; Choi et al., *J Affect Disord*, 2021 ; Touitou et al., *Life Sciences*, 2017 ; Vetter et al., *JAMA*, 2016)



Limites des études actuellement existantes



- Études transversales :
 - sur un temps restreint
 - Et qui se focalisent sur un nombre restreint d'HA
- Peu de données sur l'ensemble de la carrière et de comparaisons à l'échelle nationale

4 ¹Rapport de la DARES sur le travail en horaires atypiques, publié en 2022

²Littérature internationale (ex: Descatha et al., OEM, 2024 ; Choi et al., *J Affect Disord*, 2021 ; Touitou et al., *Life Sciences*, 2017 ; Vetter et al., *JAMA*, 2016)



Fin des diapos et supp mat

