

## RECHERCHE ORIGINALE

# Travail, télétravail et consommation d'alcool

Victoria Mora<sup>1,\*</sup>, Daphné de Sigaldi<sup>2</sup>, Hélène Attali<sup>1</sup>, Pierre-Yves Montéléon<sup>1</sup>, Magali Noyé<sup>1</sup>, Oren Semoun<sup>1</sup>, Caroline Wargon<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Association interprofessionnelle des centres Médicaux et Sociaux de santé au travail de la région Île-de-France (ACMS), 55 rue du Rouget de Lisle 92158 Suresnes Cedex

<sup>2</sup> Université Saint Quentin en Yvelines-UFR Simone Veil- Santé, 2 avenue de la source de la Bièvre 78180 Montigny-le-Bretonneux

\* Correspondance : Victoria Mora, Association interprofessionnelle des Centres Médicaux et Sociaux de santé au travail de la région Île-de-France (ACMS), 55 rue du Rouget de Lisle 92158 Suresnes Cedex, [victoria.mora@acms.asso.fr](mailto:victoria.mora@acms.asso.fr)

**Résumé :** **Contexte :** L'étude s'intéresse au lien entre travail, télétravail (TT) et consommation d'alcool, en 2022. **Méthodes :** Étude épidémiologique transversale, descriptive, analytique, par auto-questionnaire rempli par les travailleurs intégrant l'AUDIT-C. **Résultats :** Sur 929 répondants (53,9 % de femmes, âge moyen de 37,67 ans), 11% ne s'estiment pas en bonne santé, 81,6 % consomment de l'alcool, 43,4 % ont un mésusage ou une possible dépendance. 48,4 % télétravaillent en moyenne 19 heures par semaine, 79,5% des télétravailleurs ont fait le choix du TT, 81,3 % s'estiment satisfaits de leurs conditions de TT. Il y a plus de situations de mésusage chez les répondants ayant une activité de TT par rapport aux travailleurs exclusivement en présentiel ( $p < 0,01$ ), moins de mésusage si le TT a débuté avant mars 2020 ( $p < 0,05$ ), ceux en mésusage estiment que TT et travail sont responsables d'une majoration de leur consommation ( $p < 0,001$ ), ceux travaillant plus de 35 heures ont plus de mésusage ( $p < 0,05$ ), la consommation modérée est associée à une satisfaction professionnelle et le mésusage, à une insatisfaction ( $p < 0,01$ ). **Discussion :** Choisir le TT serait une tentative d'adaptation à une situation de travail jugée insatisfaisante, source potentielle de mésusage. Cette solution serait d'autant plus thérapeutique que le télétravail serait exclusif et ancien pour des raisons de bénéfice pour la santé d'une stabilité organisationnelle bienfaisante. **Conclusion :** Les conséquences du mésusage d'alcool sur la mortalité et la morbidité, impliquent autant de former les professionnels de santé en addictologie que de sensibiliser les entreprises à l'impact positif sur la santé de la prévention du risque psychosocial.

**Mots-clés :** travail ; télétravail ; alcool ; audit -C ; santé au travail

**Abstract: Background:** The study looks at the link between work, teleworking (TW) and alcohol consumption in 2022. **Methods:** Cross-sectional, descriptive, analytical epidemiological study using a worker self-questionnaire incorporating the AUDIT-C. **Results:** Out of 929 questionnaires, 53.9% were women, average age 37.67, 11% did not consider themselves to be in good health, 81.6% drank alcohol, 43.4% were misusers or possibly addicts, 48.4% teleworked: on average 19 hours a week, 79.5% of teleworkers have chosen to telework, 81.3% are satisfied with their working conditions; there are more situations of misuse among respondents with a TW activity compared with exclusively face-to-face workers ( $p < 0.01$ ), less misuse if TW began before March 2020 ( $p < 0.05$ ), those who misuse consider that TW and work are responsible for an increase in their consumption ( $p < 0.001$ ), those working more than 35 hours have more misuse ( $p < 0.05$ ), moderate consumption is associated with job satisfaction and misuse with dissatisfaction ( $p < 0.01$ ). **Discussion:** Choosing to telework would be an attempt to adapt to a work situation considered unsatisfactory, a potential source of misuse. This solution would be all the more therapeutic if teleworking were exclusive and long-standing, for reasons of the health benefits of beneficial organizational stability. **Conclusion:** The consequences of alcohol misuse on mortality and morbidity mean that health professionals need to be trained in addictology, and companies need to be made aware of the positive impact on health of preventing psychosocial risk.

**Key words:** work; teleworking; alcohol; audit-C; occupational health

## 1. INTRODUCTION

La pandémie liée au SARS-CoV-2 a catalysé la généralisation du télétravail en France. En 2017, le télétravail ne concernait que 4 % des salariés, essentiellement des cadres [1]. Chez ces derniers, cela représentait 26,1% des télétravailleurs. Selon l'Institut National de la Statistique et des Études Économiques (INSEE), en 2021, 22 % des salariés ont télétravaillé [2]. Parmi eux, 44 % ont télétravaillé toute la semaine et 56 % une partie de la semaine. Cette nouvelle organisation du travail peut générer de nouveaux risques pour la santé des actifs, en particulier des conduites addictives. Plusieurs études suggèrent une association entre télétravail et consommation d'alcool [3-5]. Parmi elles, deux menées hors confinement lié à la pandémie de SARS-CoV-2 s'affranchissent ainsi de biais dus au stress généré par cette situation [6,7]. Le travail est source possible de risques psychosociaux (RPS) avec conduites addictives consécutives [8]. L'alcool est une des substances psychoactives (SPA) les plus consommées en France [9] avec conséquences graves sur la morbidité et la mortalité dont celles liées au risque routier. C'est dans ce contexte que cette étude a été conçue afin de rechercher, décrire, analyser la consommation d'alcool et ses liens avec le travail et le TT, dans un but de prévention tant en santé au travail qu'en santé publique.

## 2. MATERIELS ET METHODES

Il s'agit d'une étude épidémiologique, anonyme et reposant sur le volontariat par consentement éclairé préalable à la participation-, transversale, quantitative, descriptive et analytique ayant eu lieu du 20 avril au 15 juin 2022,

- Les salariés reçus par le service de prévention et de santé au travail inter-entreprises ACMS (Association interprofessionnelle des centres médicaux et sociaux de santé au travail de la région Île-de-France), dans le cadre de leur suivi individuel médical ou infirmier, ont été informés et invités par le professionnel chargé de leur accueil et par voie d'affichage, à compléter, à l'aide de leur smartphone, un auto-questionnaire en ligne (annexe 1).
- Cet auto-questionnaire a aussi été diffusé via les réseaux sociaux : LinkedIn, Facebook et Twitter, et auprès de répondants préinscrits sur un outil de sondage (qui n'était ni public ni lié à l'université Saint Quentin en Yvelines).

Ce questionnaire a été réalisé avec LimeSurvey®, hébergé par l'ACMS.

L'étude a inclus tous les travailleurs répondants, qu'ils télétravaillent ou non, qu'ils consomment ou non de l'alcool. Les critères d'exclusion étaient les individus sans activité professionnelle.

Le questionnaire en ligne n'utilisait que des cookies de session nécessaires à son fonctionnement, qui expiraient à l'issue de la session.

Pour quantifier la consommation d'alcool, ce questionnaire a intégré le test court de repérage d'une consommation d'alcool à risque (Audit-C) portant sur la consommation des 12 derniers mois (Annexe 3), validé en médecine de premier recours dont la santé au travail, auquel a été ajoutée une option de réponse « non concerné » pour les non-consommateurs d'alcool [10-12].

La saisie des auto-questionnaires était réalisée en ligne à l'aide du logiciel LimeSurvey®

- via un QR code
- ou en se connectant sur l'adresse internet inscrite sur l'annexe 2,
- ou via le panel de sondages.

L'étude des données recueillies a été réalisée à l'aide du logiciel IBM SPSS® en procédant à une description de l'échantillon puis à son analyse univariée et bivariée entre la variable AUDIT-C réduite à deux dimensions : consommation modérée et mésusage et les variables du travail et du télétravail (test du Khi-2 pour les variables catégorielles/qualitatives et test T de Student pour les variables quantitatives/continues).

Le questionnaire (annexe 1) comportait :

- Une première partie de données sociodémographiques : genre, âge, catégorie socioprofessionnelle, temps de travail hebdomadaire, pratique ou non du télétravail.

Quatre questions ont été ajoutées pour les répondants faisant du télétravail : date de début du télétravail, volume horaire de télétravail hebdomadaire, caractère choisi ou non du télétravail, appréciation des conditions de télétravail ;

- Une deuxième partie évaluant la consommation d'alcool par l'AUDIT-C ;

- Une troisième partie composée de questions qualitatives sur le ressenti du travailleur concernant l'impact de son travail ou télétravail sur sa consommation d'alcool, son niveau de stress et de satisfaction au travail, l'estimation de son état de santé.

À la fin du questionnaire se trouvait un rappel des recommandations de Santé Publique France relatives aux repères de consommation d'alcool.

### 3. RESULTATS

#### 3.1. Étude descriptive

##### 3.1.1. Caractéristiques individuelles et socio-professionnelles

L'origine des questionnaires provient : ACMS à 38,4%, Réseaux sociaux (LinkedIn, Facebook et Twitter) à 21,1%, Panel de sondage à 40,5%.

La majorité des questionnaires provenait du panel de sondages et de l'ACMS.

##### 3.1.2. Caractéristiques individuelles et socio-professionnelles

L'ensemble des caractéristiques individuelles et socio-professionnelles est présenté dans le tableau 1

Genre	N	%
Femmes	501	53,9
Hommes	428	46,1
Âge		
Moins de 26 ans	114	12,3
De 26 à 35 ans	343	36,9
De 36 à 45 ans	235	25,3
De 46 à 55 ans	161	17,3
56 ans et plus	76	8,2
Catégorie socio-professionnelle		
Secteur privé	826	88,9
Chefs d'entreprise	21	2,3
Cadres avec fonction d'encadrement	159	17,1
Cadres sans fonction d'encadrement	171	18,4
Agents de maîtrise	55	5,9
Employés	344	37
Ouvriers	40	4,3
VRP	1	0,1
Apprentissage ou alternance	11	1,2
Étudiants	24	2,6
Fonctionnaires	61	6,6
Catégorie A	18	1,9
Catégorie B	16	1,7
Catégorie C	22	2,4
Autres	5	0,5
Indépendants	42	4,5
Agriculteurs	2	0,2
Artisans	4	0,4
Commerçants	7	0,8
Exercice libéral	25	2,7
Portage salarial	1	0,1
Auto-entrepreneurs	3	0,3

**Tableau 1 :** Caractéristiques individuelles et socio-professionnelles

La proportion de femmes est plus importante. L'âge de la population étudiée se situe en majorité entre 25 et 45 ans. Le secteur privé est majoritaire.

**3.1.3. Catégories socio-professionnelles (CSP)**

Un regroupement de catégories CSP+/CSP- a été réalisé :

CSP+ :

**Les salariés du secteur privé :** chef d'entreprise, cadre avec fonctions d'encadrement, cadre sans fonctions d'encadrement, agent de maîtrise, VRP

**Les fonctionnaires :** catégorie A, autre

CSP- : autres catégories socio-professionnelles

La répartition des CSP+ et CSP- est respectivement de 50,3% (n= 497) et 49,7% (n=49,7%).

Les proportions de CSP +/- telles que regroupées sont comparables.

Les contrats des salariés du secteur privé se répartissaient comme suit : Contrat à durée indéterminée : 87,4 %, Contrat à durée déterminée : 9,4 %, Intérim : 2,2 %, et Autres : 1 % (3 chefs d'entreprise étaient mandataires sociaux, 3 étudiants étaient internes en médecine, 1 était médecin en EHPAD, 1 salarié avait un contrat dans le cadre d'un mécénat).

**3.1.4. Temps de travail**

Le temps de travail hebdomadaire est de 38 heures (Médiane), 37,13 heures en moyenne (Ecart type 9,05 ; Minimum : 1 ; Maximum : 90).

Le temps de travail hebdomadaire moyen et médian est de plus de 35 heures et de moins de 39h.

Ainsi, les caractéristiques socio démographiques principales de l'échantillon mettaient en évidence : Un peu plus de femmes (53,9%), Un âge moyen de l'effectif de 37,67 ans avec un minimum à 18 ans et un maximum à 70 ans, Des répondants issus surtout du secteur privé (88,9 %), Une majorité de CDI (87,4%), Un travail à temps plein le plus souvent (37, 13 heures) et Une proportion comparable de CSP + et de CSP - telles que regroupées.

**3.1.5. Pratique du télétravail**

La pratique du TT représente 48,4% (n= 450) (contre 479, 51,6%). Près de la moitié des répondants pratique le TT.

La distribution de la date de début du TT est présentée dans le tableau 2

Minimum	1 <sup>er</sup> quartile	Médiane	3 <sup>e</sup> quartile	Maximum
Mai 1997	Février 2020	Mars 2020	Janvier 2021	Mai 2022

**Tableau 2 :** date de début du TT

L'étude a montré que 74,2 % (334) des répondants télétravailleurs ne faisaient pas de TT avant le premier confinement lié à la pandémie de Sars-CoV2 (mars 2020).

Au moment de l'enquête la quantité horaire médiane hebdomadaire de TT était de 16h et la moyenne de 19h 28mn, avec un minimum de 2h et un maximum de 55h. En moyenne, le temps de TT représentait 51,7% du temps de travail total (médiane 45,1 %). On note que 14,9 % des télétravailleurs (n = 67) avaient une activité exclusive de TT.

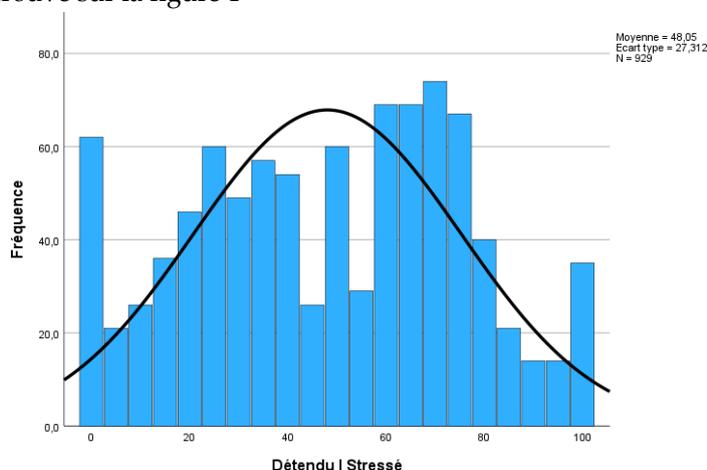
Pour 79,55 % des répondants (n = 358), le TT était un choix.

Les réponses, selon l'échelle des visages, de l'estimation des conditions de travail en TT, sont présentées dans le tableau 3.

						Total
N	0	13	71	212	154	450
%	0	2,9	15,8	47,1	34,2	100,0

**Tableau 3 :** estimation des conditions de travail en télétravail

81,3 % des salariés déclaraient être satisfaits ou très satisfaits de leurs conditions de travail en TT. La répartition des réponses à la question « professionnellement, êtes-vous stressé ou détendu ? » se trouve sur la figure 1

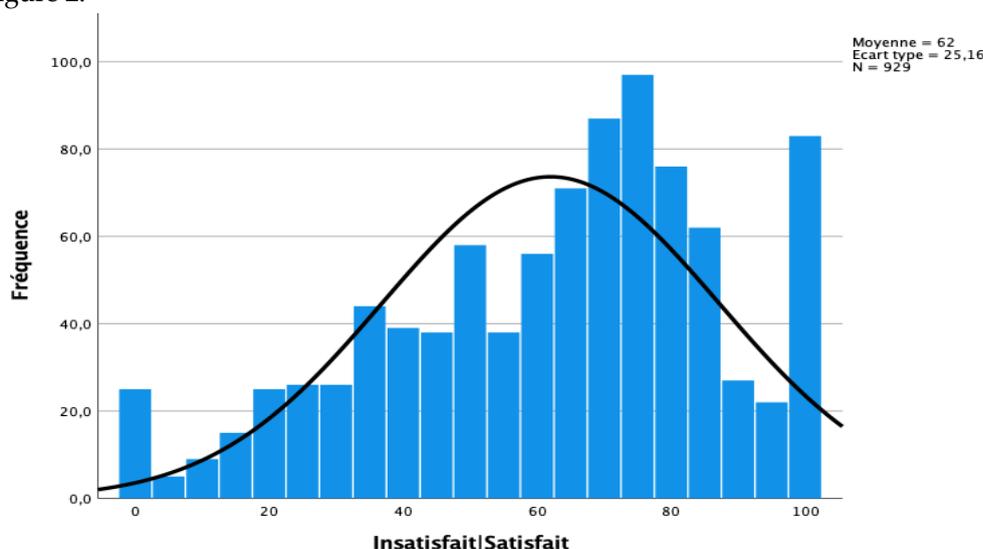


**Figure 1** : répartition des réponses à la question « professionnellement, êtes-vous stressé ou détendu ? »

La population se déclare professionnellement stressée dans près de la moitié des cas.

### 3.1.6. Estimation de la satisfaction professionnelle

La répartition des réponses à la question « professionnellement, êtes-vous satisfait ? » se trouve sur la figure 2.



**Figure 2** : répartition des réponses à la question « professionnellement, êtes-vous satisfait ? »

La population se déclare insatisfaite professionnellement dans près de la moitié des cas.

### 3.1.7. Auto-évaluation de l'état de santé

À la question « estimez-vous être en bonne santé ? Les répondants étaient : 11,0 % (102) à ne pas s'estimer en bonne santé et 89,0 % (827) à s'estimer en bonne santé.

### 3.1.8. Fréquence de consommation de boissons contenant de l'alcool

La répartition de la fréquence de consommation de boissons contenant de l'alcool se trouve dans le tableau 4

	N	%
Jamais	171	18,4
1 fois par mois ou moins	194	20,9
2 à 4 fois par mois	289	31,1
2 à 3 fois par semaine	207	22,3
Au moins 4 fois par semaine	68	7,3
Total	929	100,0

**Tableau 4 :** fréquence de consommation de boissons contenant de l'alcool  
Plus de la moitié des répondants déclare consommer de l'alcool entre 2 fois par mois et 3 fois par semaine.

### 3.1.9. Nombre de verres standards bus au cours d'une journée ordinaire où il y a consommation d'alcool

La répartition des réponses concernant le nombre de verres standards bus au cours d'une journée ordinaire où il y a consommation d'alcool se trouve dans le tableau 5

	N	%
1 ou 2	544	58,6
3 ou 4	159	17,1
5 ou 6	34	3,7
7 à 9	12	1,3
10 ou plus	9	1,0
Non concerné <sup>1</sup>	171	18,4
Total	929	100,0

**Tableau 5 :** nombre de verres standards bus au cours d'une journée ordinaire où il y a consommation d'alcool

Plus des  $\frac{3}{4}$  des répondants déclarent consommer entre 1 et 4 verres par jour.

### 3.1.10. Fréquence de boire six verres standard ou plus au cours d'une même occasion

La répartition des réponses à la question « au cours d'une même occasion, à quelle fréquence vous arrive-t-il de boire six verres standard ou plus ? » se trouve dans le tableau 6

	N	%
Jamais	491	52,9
Moins d'une fois par mois	241	25,9
Une fois par mois	122	13,1
Une fois par semaine	62	6,7
Tous les jours ou presque	13	1,4
Total	929	100,0

**Tableau 6 :** Au cours d'une même occasion, à quelle fréquence vous arrive-t-il de boire six verres standard ou plus ?

Pour près de la moitié des répondants il leur arrive de consommer au moins 6 verres d'alcool au cours d'une même occasion.

### 3.1.11. Classification AUDIT-C

Après calcul du score AUDIT-C (annexe 3), portant sur le total des questions relatives aux fréquence et niveau de consommation, la répartition des différents profils de consommation d'alcool est décrite dans le tableau 7. Un score < 3 chez la femme et 4 chez l'homme a été considéré comme une consommation modérée, un score  $\geq 3$  chez la femme et  $\geq 4$  chez l'homme doit faire évoquer un mésusage, un score  $\geq 10$  dans les deux genres doit faire évoquer une possible dépendance.

	N	%
Absence de consommation	171	18,4
Consommation modérée	355	38,2
Mésusage	388	41,8
Possible dépendance	15	1,6

Tableau 7 : Répartition des différents profils de consommation d'alcool

Le mésusage et la possible dépendance représentaient 43,4% des répondants.

### 3.1.12. Perception de l'éventuel lien entre travail et consommation d'alcool

Cette question a été posée aux répondants qu'ils consomment de l'alcool ou non.

La répartition des réponses de la perception de l'éventuel lien entre le travail et la consommation d'alcool se trouve dans le tableau 8

	N	%
Ne modifie pas votre consommation d'alcool	700	75,3
Vous conduit à réduire votre consommation d'alcool	172	18,5
Vous conduit à augmenter votre consommation d'alcool	57	6,1
Total	929	100,0

Tableau 8 : perception de l'éventuel lien entre travail, télétravail et consommation d'alcool

### 3.1.13. Perception de l'éventuel lien entre télétravail et consommation d'alcool

Cette question a été posée aux télétravailleurs qu'ils consomment de l'alcool ou non.

La répartition des réponses de la perception de l'éventuel lien entre le télétravail et la consommation d'alcool se trouve dans le tableau 9

	N	%
Ne modifie pas votre consommation d'alcool	347	77,1
Vous conduit à réduire votre consommation d'alcool	73	16,2
Vous conduit à augmenter votre consommation d'alcool	30	6,7
Total	450	100,0

Tableau 9 : perception de l'éventuel lien entre le TT et la consommation d'alcool

Pour respectivement 6,1% et 6,7% des répondants, le travail ou le TT conduit à augmenter leur consommation d'alcool.

## 3.2. Étude analytique

La variable AUDIT-C a été réduite à 2 dimensions par regroupement : une consommation modérée : regroupant l'absence de consommation et la consommation modérée ; et un mésusage : regroupant mésusage et possible dépendance. La variable AUDIT C réduite (AUDIT Cr) a ensuite été croisée avec les autres données recueillies. Les résultats de ces croisements avec la variable AUDIT Cr sont présentés dans ce qui suit.

### 3.2.1. Origine de l'accès au questionnaire

Le niveau de consommation d'alcool selon l'origine de l'accès au questionnaire est présenté dans le tableau 10

	ACMS %	Réseaux Sociaux %	Panel de sondage %	Total des consommateurs %
Consommation modérée	66,4	42,3	54,8	56,6
Mésusage	33,6	57,7	45,2	43,4
Total %	100,0	100,0	100,0	100,0

Tableau 10 : niveau de consommation d'alcool des consommateurs selon l'origine de l'accès au questionnaire

Les répondants ayant utilisé le lien des réseaux sociaux ont déclaré plus fréquemment un mésusage d'alcool que les autres répondants ( $p < 0,001$ ).

### 3.2.2. TT ou non et consommation d'alcool

Le tableau 11 représente les croisements réalisés entre le TT ou non et la consommation d'alcool.

Consommation	Pas de télétravail (%)	Télétravail (%)
Consommation modérée	61,6	51,3
Mésusage	38,4	48,7

**Tableau 11** : TT ou non et consommation d'alcool

Proportion significativement plus élevée de situations de mésusage chez les répondants ayant une activité de TT par rapport aux travailleurs exclusivement en présentiel ( $p < 0,01$ ).

### 3.2.3. Volume horaire de télétravail et consommation d'alcool

Le tableau 12 représente les croisements entre la quantité de télétravail et la consommation d'alcool.

Consommation	Pas de TT (%)	TT partiel (%)	TT exclusif (%)
Consommation modérée	61,6	49,9	59,7
Mésusage	38,4	50,1	40,3

**Tableau 12** : Volume horaire de télétravail et consommation d'alcool

Les télétravailleurs partiels étaient plus à risque de mésusage que les travailleurs en présentiel ou en télétravail exclusif ( $p < 0,01$ ).

### 3.2.4. Début du TT et consommation d'alcool

Le tableau 13 représente les résultats des croisements entre la date de début du TT et la consommation d'alcool

Consommation	Avant mars 2020 (%)	Mars 2020 ou plus tard (%)
Consommation modérée	61,2	47,9
Mésusage	38,8	52,1

**Tableau 13** : date de début du télétravail et consommation d'alcool

Il y a moins de mésusage chez les répondants qui avaient déjà une activité de TT avant le premier confinement ( $p < 0,05$ ).

### 3.2.5. Travail TT et consommation d'alcool

Les tableaux 14 et 15 rapportent les résultats des effets déclarés du travail et du télétravail sur la consommation d'alcool selon l'AUDIT-Cr

	Pas de modification (%)	Réduction (%)	Augmentation (%)
Consommation modérée	57,9	64	19,3
Mésusage	42,1	36	80,7

**Tableau 14** : effet déclaré du travail sur la consommation d'alcool selon l'AUDIT-Cr

	Pas de modification (%)	Réduction (%)	Augmentation (%)
Consommation modérée	53,9	53,4	16,7
Mésusage	46,1	46,6	83,3

**Tableau 15** : effet déclaré du TT sur la consommation selon l'AUDIT-Cr

Les travailleurs en situation de mésusage estiment que le TT et le travail sont responsables d'une augmentation de leur consommation d'alcool ( $p < 0,001$ ).

### 3.2.6. Travail, TT et variation de la consommation d'alcool

Le tableau 16 présente l'impact du travail et du télétravail sur la variation de la consommation

	Consommation modérée (%)	Mésusage (%)
Ils réduisent la consommation	73,5	26,5
Ils ne modifient pas la consommation	55,8	44,2

Le travail augmente la consommation, le télétravail la réduit	37,5	62,5
Ils augmentent la consommation	8,3	91,7

**Tableau 16** : impact du travail et du TT sur la variation de la consommation

Chez ceux en mésusage selon l'AUDIT-Cr, le travail et le TT augmentent la consommation ( $p < 0,001$ )

### 3.2.7. CSP et consommation d'alcool

Le tableau 17 présente le niveau de consommation d'alcool selon la CSP - réduite par regroupement aux 2 classes CSP+ et CSP- des répondants.

	CSP- (%)	CSP+ (%)	Total (%)
Consommation modérée	61,0	52,2	56,6
Mésusage	39,0	47,8	43,4
Total	100,0	100,0	100,0

**Tableau 17** : consommation d'alcool et CSP

On retrouve plus de mésusage dans les CSP+ que dans les CSP- ( $p < 0,01$ ).

### 3.2.8. Temps de travail hebdomadaire (4 classes) et consommation d'alcool

Le tableau 18 présente le niveau de consommation d'alcool selon 4 classes de temps de travail hebdomadaire.

	<35 heures (%)	35 heures (%)	>35 heures (%)	>46 heures (%)
Consommation modérée	59,5	63,1	54,0	48,1
Mésusage	40,5	36,9	46,0	51,9
Total	100,0	100,0	100,0	100,0

**Tableau 18** : niveau de consommation d'alcool selon 4 classes de temps de travail hebdomadaire

Les répondants qui déclarent travailler plus de 35 heures par semaine ont un taux de mésusage plus important ( $p < 0,05$ ).

### 3.2.9. Satisfaction au travail et consommation d'alcool

Le tableau 19 présente les croisements entre le type de consommation d'alcool et la satisfaction au travail.

	Très satisfait (%)	Satisfait (%)	Neutre (%)	Insatisfait (%)	Très insatisfait (%)
Consommation modérée	64,9	51,5	62,4	52,7	44,3
Mésusage	35,1	48,5	37,6	47,3	55,7
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

**Tableau 19** : type de consommation d'alcool sur la satisfaction au travail

Les salariés qui ont une consommation modérée d'alcool sont plus souvent satisfaits professionnellement et ceux qui sont en mésusage sont plus souvent insatisfaits ( $p < 0,01$ ).

## 4. DISCUSSION

Le travail source possible de RPS peut générer des pratiques addictives consécutives [8]. Cette étude se situe dans l'après pandémie de SARS-Cov-2 alors que le télétravail au moins partiel est institué dans les entreprises dont la vocation le permet. Elle avait pour but de rechercher les liens possibles entre travail ou télétravail et consommation d'alcool, en s'exonérant de biais liés au confinement pendant la pandémie tel que le stress qui pouvait avoir un impact sur les pratiques addictives indépendamment du travail, comme deux précédents travaux le montrent [6,7].

Les résultats montrent une proportion de femmes légèrement plus importante, un échantillon d'âge moyen relativement jeune, au sein duquel plus d'un salarié sur dix ne s'estime pas en bonne santé. Près de la moitié des répondants télétravaillent, le plus souvent par choix et ils sont majoritairement satisfaits de leurs conditions de télétravail. La majorité des répondants consomme de l'alcool, près d'un quart de la population étudiée plus de deux verres par jour, plus de 5 % des répondants déclarent augmenter leur consommation du fait du travail ou du télétravail, presque la moitié des

répondants ont un mésusage de l'alcool et sa proportion est significativement plus élevée chez les télétravailleurs versus ceux qui travaillent en présentiel et chez les télétravailleurs partiels versus les travailleurs en présentiel ou en télétravail exclusif. Il existe moins de mésusage chez les télétravailleurs qui avaient déjà une activité de télétravail avant le premier confinement de mars 2020, ceux qui travaillent plus de 35 h hebdomadaire sont plus en mésusage et le mésusage est associé à une insatisfaction professionnelle et la consommation modérée à une satisfaction.

Concernant les hommes et les femmes en emploi, la bibliographie indique, qu'en France [13,14,15] : 9,8 % des hommes et 2,8 % des femmes consomment quotidiennement de l'alcool, appartenir à une catégorie socio-professionnelle supérieure est plutôt protecteur par rapport à la consommation d'alcool chez les hommes à la différence des femmes et en particulier chez les femmes cadres, il existe des disparités selon les postes de travail : les secteurs où les travailleurs sont exposés quotidiennement au public consomment davantage. On observe également des différences selon l'âge : les jeunes actifs de 18-35 ans seraient particulièrement concernés par des modalités d'usage plutôt de type alcoolisation ponctuelle importante « binge drinking », alors que les générations plus âgées seraient davantage exposées à une consommation chronique excessive (au moins 2 verres par jour chez la femme et 4 verres par jour chez l'homme).

Quelques études suggèrent qu'il existe une association entre télétravail et consommation d'alcool. Cependant, l'étude de la Mildeca auprès de 4000 travailleurs, à l'issue du premier confinement, a montré que le télétravail n'influence pas la consommation d'alcool. C'est le sentiment d'isolement qui est un facteur de consommation, que ce soit en travail in situ ou en télétravail [15].

Une étude américaine portant sur 3 000 télétravailleurs a relevé que 32 % étaient plus susceptibles de boire durant leurs heures de télétravail que lorsqu'ils étaient sur leur lieu de travail habituel [4].

Une étude canadienne a évalué que 18% des Canadiens qui télétravaillaient pendant la pandémie de COVID-19 buvaient de l'alcool plus fréquemment [5].

En France, un sondage Odoxa portant sur le ressenti des salariés indique que, selon eux, le risque de pratiques addictives est accru en télétravail, notamment pour la consommation d'alcool [3].

Nielsen et al. [6] ont mesuré le nombre d'unités d'alcool consommées en une semaine par des salariés faisant au moins deux jours de télétravail par semaine, comparativement aux salariés au-dessous de ce seuil. Ils ont retrouvé une consommation d'alcool plus importante dans le premier groupe.

Henke et al. [7] rapportent, pour un temps de travail partiellement en télétravail, que des effets bénéfiques sont observés sur la consommation d'alcool. Notre étude a trouvé davantage de mésusage chez les télétravailleurs partiels que chez ceux n'effectuant pas de télétravail ou que chez les télétravailleurs exclusifs. Elle a également décrit moins de mésusage chez les répondants ayant débuté le télétravail avant mars 2020.

Selon une étude portant sur les conséquences sur la santé des nouvelles organisations de travail comme le « flexoffice », il semble que le télétravail apparaisse comme une réaction à ces organisations plus rigides que flexibles et apportant un confort au travail possiblement insuffisant [16]. La population de notre échantillon est relativement jeune et pourtant plus d'un salarié sur dix répond à cette enquête de santé au travail qu'il ne s'estime pas en bonne santé. L'hypothèse se pose ainsi d'un mésusage consécutif au RPS généré par certaines organisations de travail qui conduiraient à choisir le télétravail. Dans notre étude, pour la majorité des télétravailleurs, c'est effectivement un choix de télétravailler, et ils s'estiment satisfaits de leurs conditions de télétravail. Ce qui interroge sur leurs motivations. Ainsi consommer plus en télétravail partiel comme c'est le cas dans notre étude pourrait s'expliquer par le travail qui aurait poussé à tenter de s'en extraire du fait d'un environnement professionnel potentiellement toxique en optant pour le télétravail qui, quand il est exclusif ou bien quand il a débuté il y a un certain temps selon nos résultats, deviendrait thérapeutique probablement grâce à la distanciation avec « l'objet pathogène : travail » et à la stabilité de cette organisation. On peut imaginer dans le même ordre d'idées que les travailleurs en présentiel dans notre échantillon soient satisfaits de leurs conditions de travail c'est-à-dire moins exposés au RPS et ses possibles

conséquences sur la santé comme les pratiques addictives. Cette question serait à approfondir en interrogeant les personnes en mésusage au sujet de leur motivation à préférer le télétravail. Serait-ce comme solution d'adaptation au RPS [8] ou pour pouvoir s'abstraire d'obligations sociales et « consommer » librement ?

Qu'il s'agisse de télétravail ou de travail, l'impact de l'organisation du travail en général sur la santé et en particulier sur les pratiques addictives consécutives au risque psychosocial a été démontré [8]. Notre étude retrouve ainsi un mésusage de l'alcool plus souvent chez ceux qui travaillent plus de 35h hebdomadaire ainsi que chez ceux qui rapportent une insatisfaction professionnelle. De plus, l'isolement retrouvé comme cause au mésusage d'alcool que l'on télétravaille ou non dans l'étude Mildeca [15] est aussi décrite comme conséquence du risque psychosocial. En effet, des organisations de travail agressives, en cherchant à évaluer les individus, sont susceptibles d'entraîner une dissolution du collectif de travail protecteur et porteur de sens. Le travailleur qui n'est plus intégré à une communauté se retrouve en proie à un sentiment d'insécurité terreau de l'altération de la santé et de conduites addictives telles que la consommation d'alcool en particulier [8,17,18].

La prévention primaire repose sur :

- La suppression des facteurs liés au travail favorisant les consommations de substances psychoactives. Le rapport de l'ANSES 2023-2024 synthétise les connaissances sur le télétravail et son impact sur la santé. Il relate notamment les études qui montrent une augmentation de la consommation en télétravail et met l'accent quoiqu'il en soit sur l'importance cruciale du dialogue social dans la prévention des effets délétères du travail sur la santé [19].
- La formation et l'information des travailleurs concernant les risques liés aux pratiques addictives, les aides, la réglementation [8].
- La formation des professionnels de santé dont les professionnels de santé au travail, en addictologie et en particulier au repérage et à la prise en charge des situations de mésusage et de dépendance [20,21].

#### **Limites de l'étude :**

Il existe un biais de sélection de l'échantillonnage qui ne peut exclure les doublons notamment du fait des 3 modes de remplissage du questionnaire et l'échantillon n'est pas nécessairement représentatif de la population active, avec un questionnement relatif en particulier à la différence des résultats retrouvés entre les 3 modes de recrutement, révélant une consommation plus importante chez les répondants via les réseaux sociaux et bien que l'échantillon soit de moindre taille que celle des deux autres modes de recrutement ( ACMS et panel de sondage ). La constitution de l'échantillon par auto-sélection des répondants questionne sur sa représentativité notamment en raison de la sur-représentativité des consommateurs d'alcool : le titre de l'étude a pu conditionner les répondants à y participer ou non. Il existe un possible biais de méthodologie car le questionnaire ne pose pas de question relative à l'isolement alors que cet élément causal du mésusage d'alcool a été retrouvé dans la grande étude Mildeca. Le nombre de répondants à notre enquête limite la puissance de notre étude. Il existe un biais d'interprétation potentiel, la compréhension des questions par les répondants n'étant pas uniforme. Le choix d'une étude transversale par souci de faisabilité ne permet pas de déterminer de causalité. L'utilisation de l'AUDIT-C en 3 questions ne permet pas de connaître le moment de la consommation d'alcool (pendant ou hors temps de travail). L'utilisation de l'AUDIT-C en 3 questions se rapporte exclusivement aux consommateurs, ne prévoyant pas la possibilité de réponse de non-consommation.

#### **Forces de l'étude :**

Notre étude a été réalisée en auto-questionnaire, de façon anonyme, encourageant les participants à une expression libre et sans retenue. Elle a été réalisée hors période de confinement ce qui limite les biais de confusion (stress et conditions de travail liés à la pandémie, télétravail imposé, ...). L'évaluation de la consommation d'alcool par la grille AUDIT-C est reproductible.

## 5. CONCLUSION

Cette étude met en évidence un lien entre travail, télétravail et consommation d'alcool et implique de poursuivre l'effort de sensibilisation des entreprises et salariés aux conséquences sur la santé du risque psychosocial généré possiblement par le travail ainsi qu'à sa prévention organisationnelle, technique, médicale s'agissant ici des pratiques addictives.

La prévention du mésusage et de la dépendance vis-à-vis de l'alcool, qui commence par la formation des professionnels de santé en addictologie, est un défi autant de santé publique que de santé au travail, à relever compte-tenu de la morbidité et mortalité en particulier dues aux accidents graves voire mortels, pouvant être des accidents du travail ou de trajet.

D'autres études pourraient compléter ce travail. Une étude s'intéressant au moment de la consommation d'alcool, pendant ou hors temps de travail ou de télétravail. Une étude prospective et qualitative auprès de travailleurs et télétravailleurs en situation de mésusage permettant de rechercher les facteurs explicatifs professionnels en particulier de leur consommation.

**Contribution des auteurs :** Tous les auteurs ont contribué de manière significative à l'article. Tous les auteurs ont lu et accepté de publier cet article.

**Liens et/ou conflits d'intérêts :** Les auteurs déclarent que la recherche a été menée en l'absence de toute relation commerciale ou financière qui pourrait être interprétée comme un conflit d'intérêts potentiel

## 6. REFERENCES

1. Direction de l'animation de la recherche, des études et des statistiques. Étude portant sur l'année 2017 [Internet]. Publiée en novembre 2019. Disponible sur: [https://dares.travail-emploi.gouv.fr/sites/default/files/pdf/dares\\_analyses\\_salaries\\_teletravail.pdf](https://dares.travail-emploi.gouv.fr/sites/default/files/pdf/dares_analyses_salaries_teletravail.pdf)
2. INSEE. Télétravail en 2021 - INSEE Focus n°263 [Internet]. 2022 mars 9. Disponible sur: <https://www.insee.fr/fr/statistiques/6209490>
3. Odoxa. Pour les Français, le télétravail accroît les pratiques addictives [Internet]. Disponible sur: <http://www.odoxa.fr/sondage/francais-teletravail-accroit-pratiques-addictives/>
4. Alcohol.org. Drinking Alcohol When Working from Home [Internet]. Disponible sur: <https://alcohol.org/guides/work-from-home-drinking/>
5. Topiwala A, Allan CL, Valkanova V, Zsoldos EE, Filippini N, Sexton C, et al. Moderate alcohol consumption as risk factor for adverse brain outcomes and cognitive decline: longitudinal cohort study. *BMJ* [Internet]. 2017;357:j2353. Available from: file:///S:/Publics/PEC/Bibliographie/Citavi/E
6. Nielsen MB, Christensen JO, Knardahl S. Working at home and alcohol use. *Addict Behav Rep.* 2021 ;14 :100377. doi: 10.1016/j.abrep.2021.100377
7. Henke RM, Benevent R, Schulte P, Rinehart C, Crighton KA, Corcoran M. The effects of telecommuting intensity on employee health. *Am J Health Promot.* 2016 ;30(8) :544-551. doi: 10.4278/ajhp.141027-QUAN-544.
8. Hache P. Alcool et travail. *Références en Santé au Travail.* 2015 déc ;144:29-48.
9. Castano P. Addictions. Ce qu'il faut retenir. INRS. 2020 [Internet]. Disponible sur : <https://www.inrs.fr/risques/addictions/ce-qu-il-faut-retenir.html>.
10. Gual A, Segura L, Contel M, Heather N, Colom J. Audit-3 and audit-4 : effectiveness of two short forms of the alcohol use disorders identification test. *Alcohol Alcohol.* 2002 nov 1 ;37(6):591-6.
11. Bradley KA, DeBenedetti AF, Volk RJ, Williams EC, Frank D, Kivlahan DR. AUDIT-C as a brief screen for alcohol misuse in primary care. *Alcohol Clin Exp Res.* 2007 juill ;31(7) :1208-17.
12. Gordon AJ, Maisto SA, McNeil M, Kraemer KL, Conigliaro RL, Kelley ME, et al. Three questions can detect hazardous drinkers. *J Fam Pract.* 2001 avr ;50(4):313-20
13. Andler R, Rabet G, Guignard R, Pasquereau A, Quatremère G, et al. Consommation de substances psychoactives et milieu professionnel. Résultats du Baromètre de Santé publique France 2017. Saint-Maurice : SPF; 2021.
14. Atlas P, Benmehidi M, Fuentes S. Alcool et travail : parlons-en ! 3e Journée nationale de prévention des conduites addictives en milieu professionnel. *Références en Santé au Travail.* 2018 sept ;155 :97-103.

15. Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives. Les conduites addictives de la population active - chiffres clés issus de la cohorte Constance. Paris : MILDECA ; 2021
16. Maillot AS. Nouvelles organisations de travail, entre ressources et contraintes pour les salariés : cas du télétravail et du flex-office. In : Lekeufack J, éd. Nouvelles organisations du travail et impacts à court et moyen termes sur la santé. Journée thématique ADEREST ; 2024 nov 24; Paris. Références en Santé au Travail. 2025 ;181 :97-98.
17. Dejours C. L'évaluation du travail à l'épreuve du réel. Critique des fondements de l'évaluation. Versailles : Éditions Quae; 2016. 82 p.
18. Caroly S, Clot Y. Du travail collectif au collectif de travail : développer des stratégies d'expériences. Formation Emploi. 2004;(88):43-55.
19. Roquelaure Y, Cros F, Bodin J, Fadel M, Descatha A. Télétravail : effets sur la santé et les conditions de travail – revue de la littérature. ANSES / Inserm ; 2024. 204 p.
20. Bouajila N, André J, Paille F, Basset B, Benyamina A, Ané S, et al. Besoin et attentes des professionnels de santé sur la thématique de l'alcoologie : résultats d'une enquête réalisée en France en 2022. Alcoologie et Addictologie. 2025 ;45(1):154-72.
21. de Sigaldi D. Le télétravail est-il un facteur associé au mésusage de l'alcool ? [Thèse de doctorat en médecine]. Versailles : Université de Versailles Saint Quentin-en-Yvelines ; 2024 mars 14.

## 7. ANNEXES

### Annexe 1 : auto-questionnaire

#### Travail, télétravail et consommation d'alcool

Bonjour,

Ce questionnaire s'inscrit dans une étude visant à évaluer l'impact du travail et du télétravail sur la consommation d'alcool.

Vous pouvez le compléter que vous soyez télétravailleur ou non et quelle que soit votre consommation d'alcool.

Y répondre vous prendra moins de 3 minutes.

Ce questionnaire est strictement anonyme et volontaire. Il n'utilise que les cookies de session nécessaires à son fonctionnement. Ceux-ci expirent lorsque l'on quitte le questionnaire.

Vous consentez à participer à cette étude de façon libre et éclairée :

1) Vous êtes \*

- Un homme
- Une femme

2) Quel âge avez-vous ? \* \_\_\_\_\_

3) Quelle est votre catégorie socio-professionnelle ? \*

*Réponse au masculin et réponse au féminin*

- Chef d'entreprise
- (Salarié du secteur privé) Cadre avec fonctions d'encadrement
- (Salarié du secteur privé) Cadre sans fonctions d'encadrement
- (Salarié du secteur privé) Agent de maîtrise

- (Salarié du secteur privé) Employé
- (Salarié du secteur privé) Ouvrier
- (Salarié du secteur privé) VRP
- (Fonctionnaire) Catégorie A
- (Fonctionnaire) Catégorie B
- (Fonctionnaire) Catégorie C
- (Fonctionnaire) autre
- (Indépendant) Agriculteur
- (Indépendant) Artisan
- (Indépendant) Commerçant
- (Indépendant) Exercice libéral
- (Indépendant) portage salarial
- (Autre) étudiant
- (Autre) Recherche d'emploi
- (Autre) Retraité

4) Quel est votre contrat de travail ? \*

- Contrat à durée indéterminée (CDI)
- Contrat à durée déterminée (CDD)
- Intérim
- Autre, précisez \_\_\_\_\_

5) En moyenne, quel est votre temps de travail par semaine ?

.... heure(s)

6) Faites-vous du télétravail actuellement ? \*

- Oui
- Non

7) Depuis quand faites-vous du télétravail ? \*

mois /année

8) En moyenne, quel est votre temps de télétravail par semaine ? \*

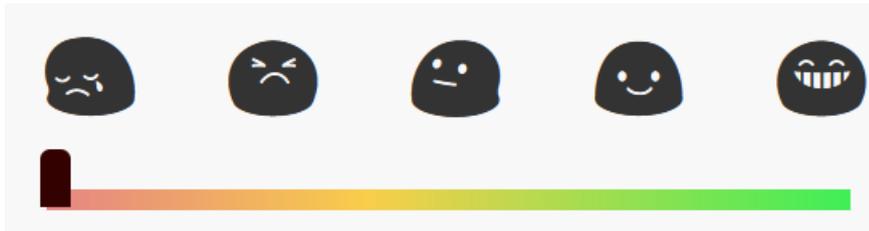
....heures

9) Ce télétravail est-il un choix personnel ? \*

- Oui
- Non

10) En télétravail, comment estimez-vous vos conditions de travail ? \*

*sélectionner une seule des propositions suivantes sur le curseur*



11) A quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ? \*

- Jamais
- 1 fois par mois ou moins
- 2 à 4 fois par mois
- 2 à 3 fois par semaine
- Au moins 4 fois par semaine

Définition d'un verre standard :

**Un verre d'alcool = 10 g d'alcool pur =**



12) Combien de verres standards buvez-vous au cours d'une journée ordinaire où vous buvez de l'alcool ? \*

- 1 ou 2
- 3 ou 4
- 5 ou 6
- 7 à 9
- 10 ou plus
- Non concerné

13) Au cours d'une même occasion, à quelle fréquence vous arrive-t-il de boire six verres standard ou plus ? \*

- jamais
- moins d'une fois par mois
- une fois par mois
- une fois par semaine
- tous les jours ou presque

14) Selon vous, votre travail : \*

- vous conduit à réduire votre consommation d'alcool
- ne modifie pas votre consommation d'alcool

vous conduit à augmenter votre consommation d'alcool

15) Selon vous, le fait de télétravailler : \*

vous conduit à réduire votre consommation d'alcool

ne modifie pas votre consommation d'alcool

vous conduit à augmenter votre consommation d'alcool

16) Professionnellement, êtes-vous? \*

*Déplacer les curseurs soit en les faisant glisser, soit en cliquant à l'endroit où vous souhaitez les positionner.*

17) Estimez-vous être en bonne santé ? \*

Oui

Non

18) Commentaires :

## Annexe 2 : document contenant QR code et lien Internet vers le questionnaire

### Enquête

#### Travail, télétravail et consommation d'alcool

du 25 avril au 31 mai 2022 inclus



Ce questionnaire s'inscrit dans une étude visant à évaluer l'impact du travail et du télétravail sur la consommation d'alcool.

**Vous pouvez le compléter que vous soyez télétravailleur ou non et quelle que soit votre consommation d'alcool.**

Y répondre vous prendra moins de 3 minutes.



**Comment faire ?**

- **Scanner le QR code** ci-contre avec votre smartphone.
- **Répondez** aux questions.
- **Envoyez** vos réponses.

Si besoin, téléchargez une application de lecture de QR code.

Ou bien rendez-vous à la page web : <http://epidemio.acms.asso.fr/index.php/724369>

*Nous vous remercions pour votre participation.*

Questionnaire strictement anonyme et volontaire, aucune donnée de connexion n'est collectée

### **Annexe 3 : questionnaire AUDIT-C en 3 questions**

#### **1. À quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ?**

- (0) Jamais
- (1) 1 fois par mois ou moins
- (2) 2 à 4 fois par mois
- (3) 2 à 3 fois par semaine
- (4) Au moins 4 fois par semaine

#### **2. Combien de verres standard buvez-vous au cours d'une journée ordinaire où vous buvez de l'alcool ?**

- (0) 1 ou 2
- (1) 3 ou 4
- (2) 5 ou 6
- (3) 7 à 9
- (4) 10 ou plus

#### **3. Au cours d'une même occasion, à quelle fréquence vous arrive-t-il de boire six verres standard ou plus ?**

- (0) Jamais
- (1) Moins d'une fois par mois
- (2) Une fois par mois
- (3) Une fois par semaine
- (4) Tous les jours ou presque

Un score  $\geq 3$  chez la femme et  $\geq 4$  chez l'homme doit faire évoquer un mésusage.

Un score  $\geq 10$  dans les deux sexes doit faire évoquer une dépendance