



UNIVERSITÉ
LAVAL

Institut national
de santé publique

Québec



Conciliation travail-vie personnelle : Résultats préliminaires de l'implantation de la Norme *Entreprises en santé* dans 10 entreprises québécoises

Anne-Frédérique Lambert-Slythe, MBA, MD

Mahée Gilbert-Ouimet, PhD

Caroline Duchaine, MSc

Chantal Brisson, PhD

Marie-Michèle Mantha-Bélisle, MBA

Michel Vézina, MD, MPH, FRCPC

Plan de la présentation

- Mise en contexte
- Revue de la littérature
- Objectifs
- Méthodologie
- Résultats préliminaires
- Forces et limites
- Conclusion

Norme *Entreprises en santé* (NEES)

Norme *Entreprises en santé*

- Créée par le Bureau de normalisation du Québec (2009)
- Initiative du groupe *Entreprises en Santé*
 - Gestionnaires préoccupés par coûts liés aux problèmes de santé des employés, incluant les baisses de performance et l'absentéisme
- Maintien et amélioration durable de la santé des employés par la prévention de la maladie en milieu de travail

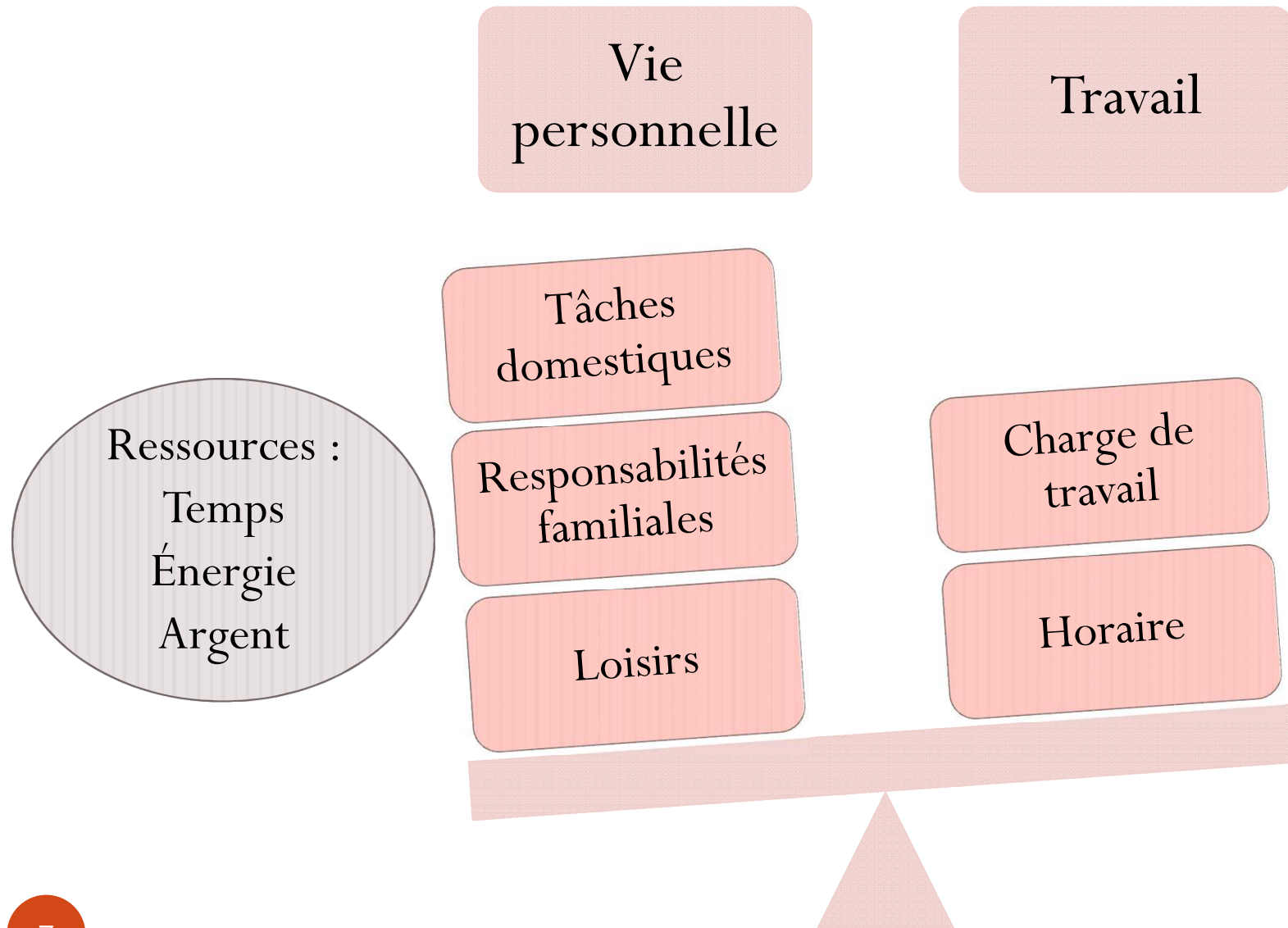
Description de l'intervention

- Quatre domaines d'activités:
 - Pratiques de gestion
 - Environnement de travail
 - Habitudes de vie
 - **Équilibre travail-vie personnelle**
- Changements organisationnels implantés à l'initiative de la direction des entreprises dans ≥ 2 domaines d'activités

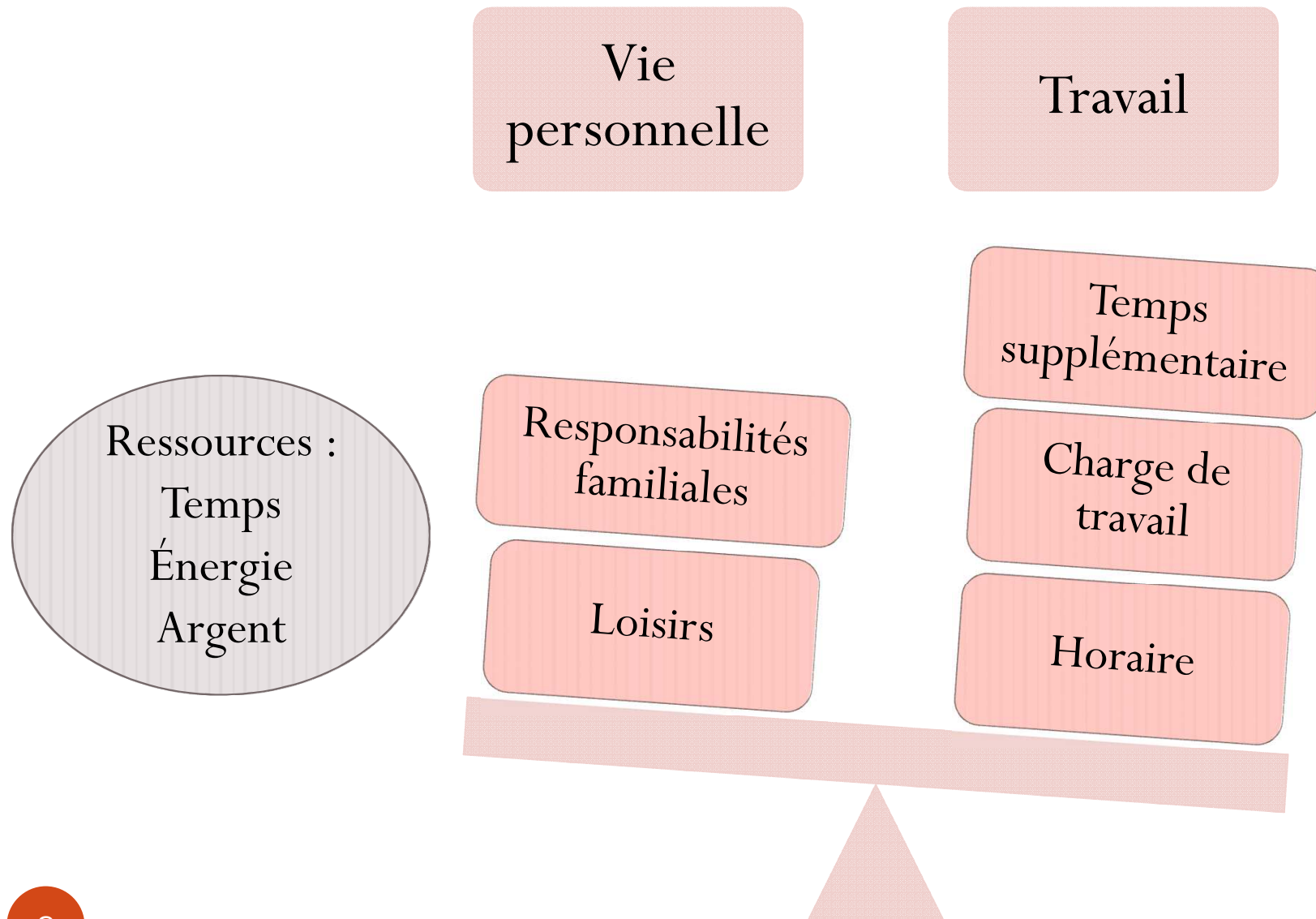
La conciliation travail-vie personnelle



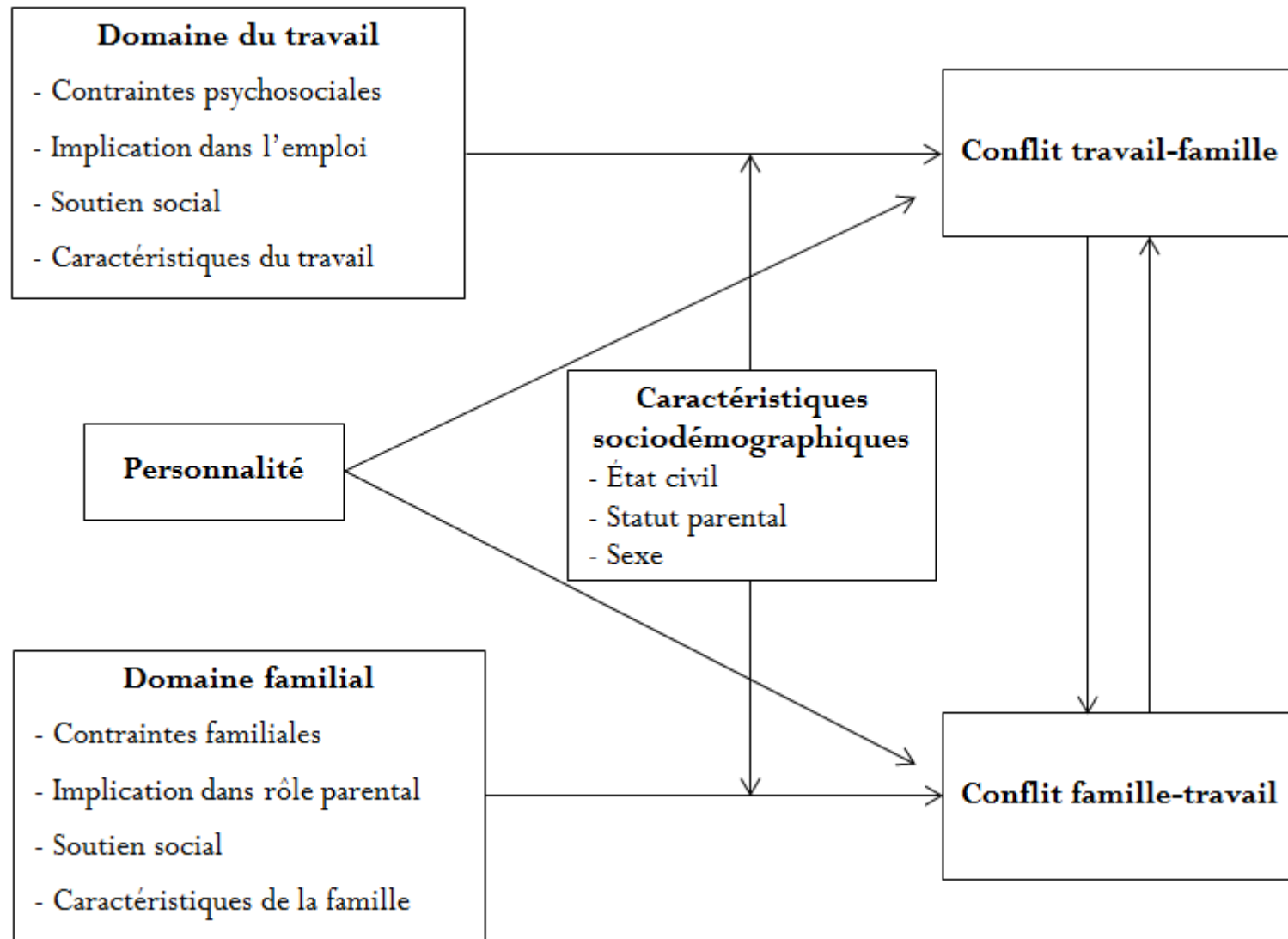
Équilibre travail-vie personnelle



Équilibre travail-vie personnelle



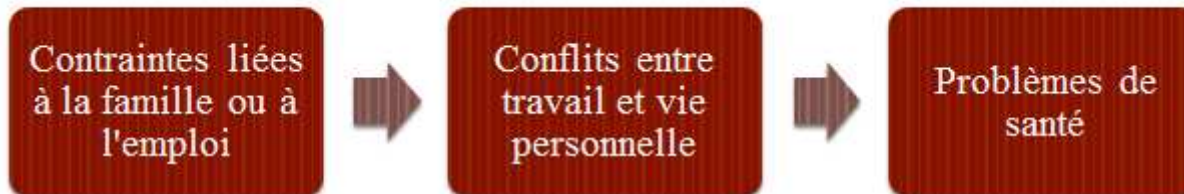
Prédicteurs d'une mauvaise CTVP



Interventions ayant le potentiel d'améliorer la CTVP

- Horaire flexible
- Échange d'heures avec un collègue
- Semaine de travail réduite
- Banque de temps
- Travail à domicile
- Garderie en milieu de travail
- Congés sans solde ou par traitement différé
- Horaire comprimé

EFFETS NÉFASTES D'UNE MAUVAISE CTVP SUR LA SANTÉ



Adapté de Byron *et al.* (2005), Michel *et al.* (2010) et St-Amour *et al.* (2013)

Répercussions potentielles

Répercussions physiques

Fatigue
Tensions musculaires
Maux de tête et migraines
Hypertension
Diabète

Répercussions psychologiques

Stress
Anxiété
Humeur dépressive
Épuisement
Détresse psychologique

Répercussions attitudinales

Insatisfaction conjugale et familiale
Insatisfaction professionnelle
Insatisfaction quant à la vie en général

Répercussions comportementales

Mauvaises habitudes de vie (alimentation, activité physique, consommation d'alcool et de drogues)
Trouble du sommeil
Problèmes relationnels à la maison et au travail
Problèmes de rendement au travail

REVUE DE LA LITTÉRATURE

Intervenir pour améliorer la conciliation travail-vie personnelle

Études d'intervention – Portrait global

- Études incluses : Études d'interventions organisationnelles visant à améliorer la CTVP
 - 7 études recensées entre 2006 et 2015
 - Temps de suivis : 4 à 20 mois après l'intervention
 - Nombre de participants : 93 à 840 travailleurs
 - Hétérogénéité des populations étudiées et des interventions implantées

Études d'intervention – Portrait global

- Interventions à une seule composante :
 - Formations pour les employeurs, les superviseurs et les employés
 - Horaire flexible
- Mesure de la Conciliation travail-vie personnelle avant et après l'intervention
- Autres issues évaluées:
 - Santé : physique ou mentale
 - Emploi: satisfaction au travail, stress lié au travail
 - Famille: temps consacré aux enfants, conflits conjugaux

Études d'intervention - Résultats

- 6/7 études: amélioration de la CTVP après interventions organisationnelles
- 4/7 études : évaluation de l'effet sur la santé
 - Issues évaluées :
 - État de santé auto-rapportée (1 item)
 - Dépression et anxiété
 - Santé physique globale (12 items)
 - Facteurs de risque cardiovasculaire
 - Résultats significatifs pour la dépression uniquement (Haslam, 2012)

Évaluation de la Norme *Entreprises en santé*

Effet sur la conciliation travail-vie personnelle

Objectif général

- Évaluer l'effet de l'implantation de la NEES sur la conciliation travail-vie personnelle et l'état de santé auto-rapportée des travailleurs

Objectifs spécifiques

- Comparer la prévalence d'une conciliation travail-vie personnelle difficile avant et après l'implantation de la NEES chez tous les travailleurs des 10 entreprises :
 1. Séparément pour les hommes et les femmes
 2. Selon les différents groupes d'âge
 3. Pour 2 entreprises ayant implanté des interventions spécifiques à l'équilibre travail-vie personnelle
- Comparer la prévalence d'une perception négative de l'état de santé auto-rapportée dans ces mêmes 2 entreprises avant et après les interventions

Méthodologie

Devis et population

- Étude d'évaluation d'intervention de type avant-après
- Travailleurs de 10 entreprises québécoises avant l'implantation de la NEES (T1, n=2849) et 24 à 38 mois après l'implantation (T2, n=2560)
- Travailleurs des secteurs manufacturier, financier, municipal, gouvernemental, du tourisme et de la santé

Collecte de données

- Questionnaire auto-administré « Diagnostic EES » de l'INSPQ:
 - 4 sphères d'activités
 - Appréciation générale de la santé
 - Renseignements sociodémographiques
 - Documentation de la démarche *Entreprises en santé* à T2
- Données dénominalisées

Évaluation de la Norme *Entreprises en santé*

- Interventions à composantes multiples
- Évaluation des effets sur la CTVP et la santé
- 2849 employés au recrutement, dans 10 entreprises
- Longue durée de suivi (24 à 38 mois)
- Implication soutenue des gestionnaires pour l'obtention de la certification

Première évaluation des effets de l'implantation d'une norme populationnelle visant l'amélioration de la CTVP

Conciliation travail-vie personnelle

CTVP : Perception globale	Facilité à concilier	Difficulté à concilier
<i>J'arrive à maintenir un équilibre entre mes obligations professionnelles et mes responsabilités personnelles</i>	<i>Souvent ou Tout le temps</i>	<i>Jamais ou De temps en temps</i>
CTVP : Satisfaction (score à 7 items)* Mesure en place ET satisfaisante = 1	CTVP satisfaisante	CTVP non satisfaisante
1. L'horaire flexible 2. La possibilité d'échanger des heures avec des collègues 3. L'accès à la semaine de travail réduite 4. L'accès à une banque de temps 5. Le travail à domicile 6. L'accès à une garderie en milieu de travail 7. L'accès au congé sans solde ou au traitement différé	Score $\geq 4^{**}$	Score < 4

*Disponible à T1 et T2 pour l'organisme 1 uniquement

**Médiane de la population = 4

État de santé auto-rapportée (ÉSAR)

- Indicateur validé : Utilisé dans le cadre de la NEES
- Question posée: « En général, diriez-vous que votre santé est » :
 - *Excellente, très bonne, bonne, passable ou mauvaise*

Fortement corrélé avec la mortalité

- Perception d'un conflit travail-vie personnelle a été corrélée à un état de santé auto-rapportée (St-Amour et al., 2013, Vézina et al., 2011, Winter et al., 2006)

État de santé auto-rapportée

- Indicateur valide

État de santé auto-rapportée	Perception positive	Perception négative
<i>En général, diriez-vous que votre santé est:</i>	<i>1. Excellente 2. Très bonne 3. Bonne</i>	<i>1. Passable 2. Mauvaise</i>

- Perception d'un conflit travail-vie personnelle a été corrélée à un état de santé auto-rapportée (St-Amour et al., 2013, Vézina et al., 2011, Winter et al., 2006)

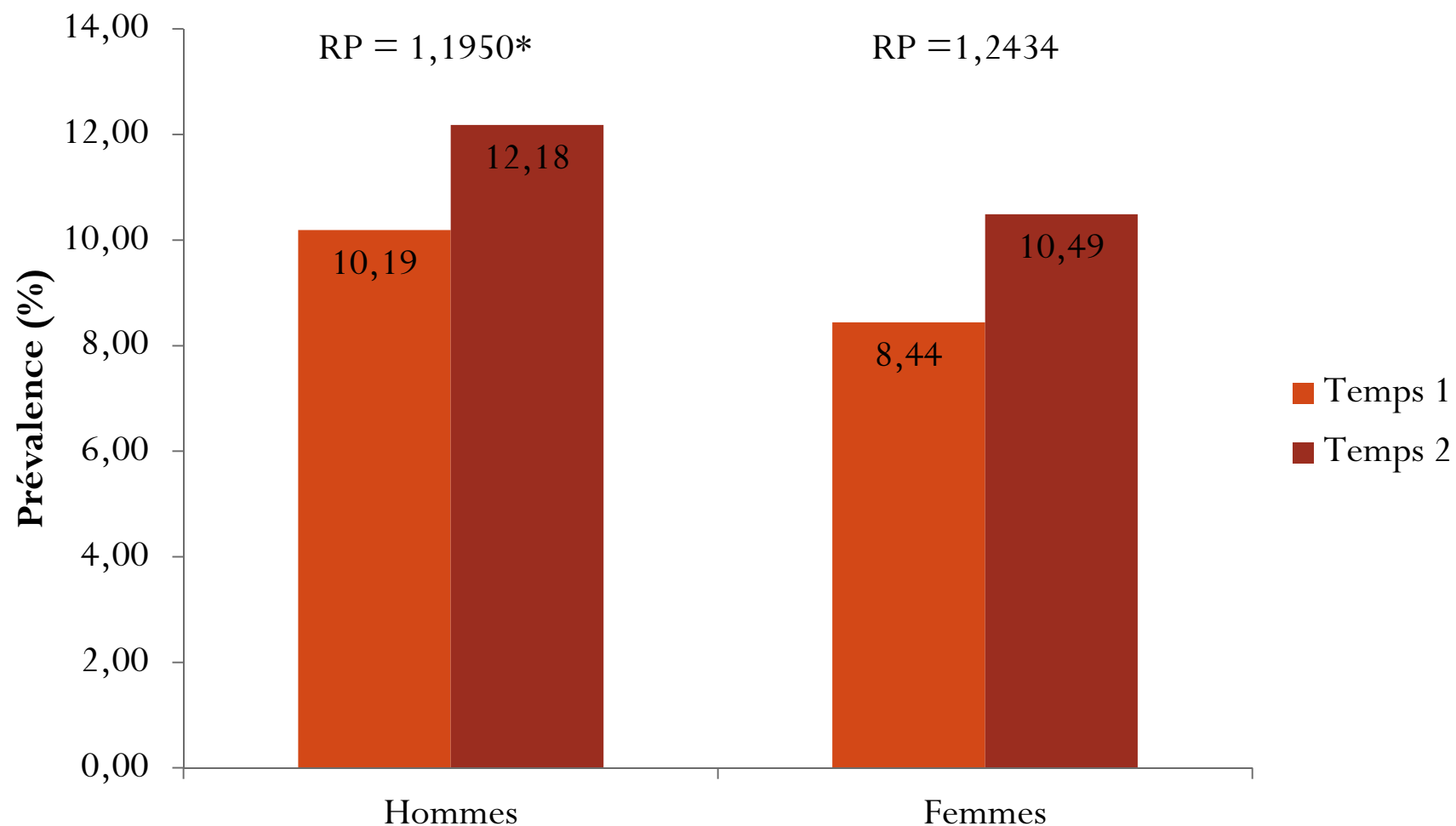
Fortement corrélé avec la mortalité

Analyses statistiques

- Rapport de prévalence à l'aide de «working poisson regression»
- Stratifiées pour le sexe et l'âge
- Ajustées pour plusieurs covariables:
 - Sociodémographiques
 - Âge, sexe, scolarité
 - Analyses de la conciliation travail-vie personnelle
 - Support social au travail, temps plein/temps partiel, latitude décisionnelle, détresse psychologique, reconnaissance, demande psychologique
 - Analyses de l'état de santé auto-rapportée
 - Activité physique, consommation de fruits et légumes, tabagisme, IMC, détresse psychologique

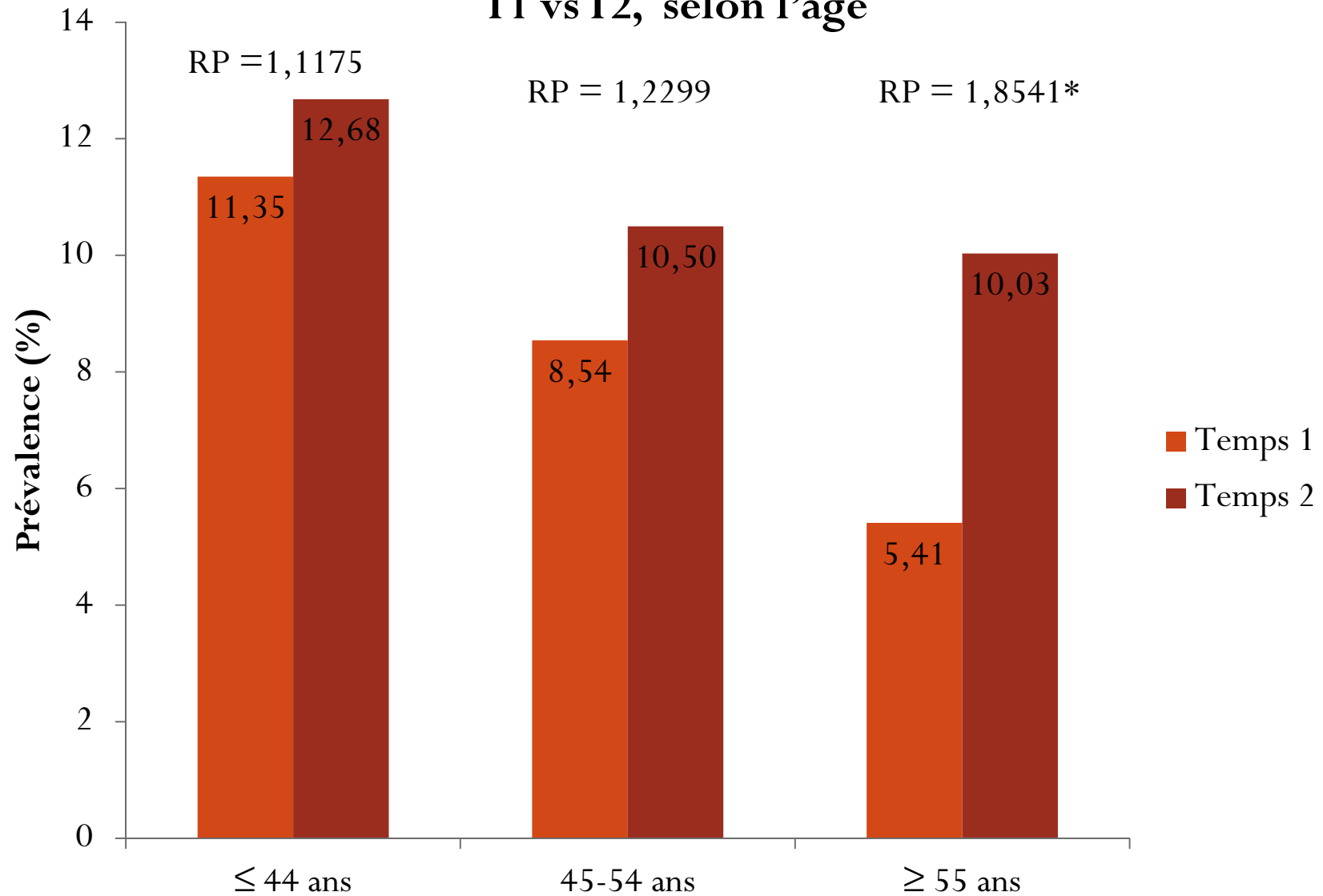
Résultats préliminaires

Difficulté de conciliation travail-vie personnelle T1 vs T2, selon le sexe



Ajusté selon : âge, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Difficulté de conciliation travail-vie personnelle T1 vs T2, selon l'âge

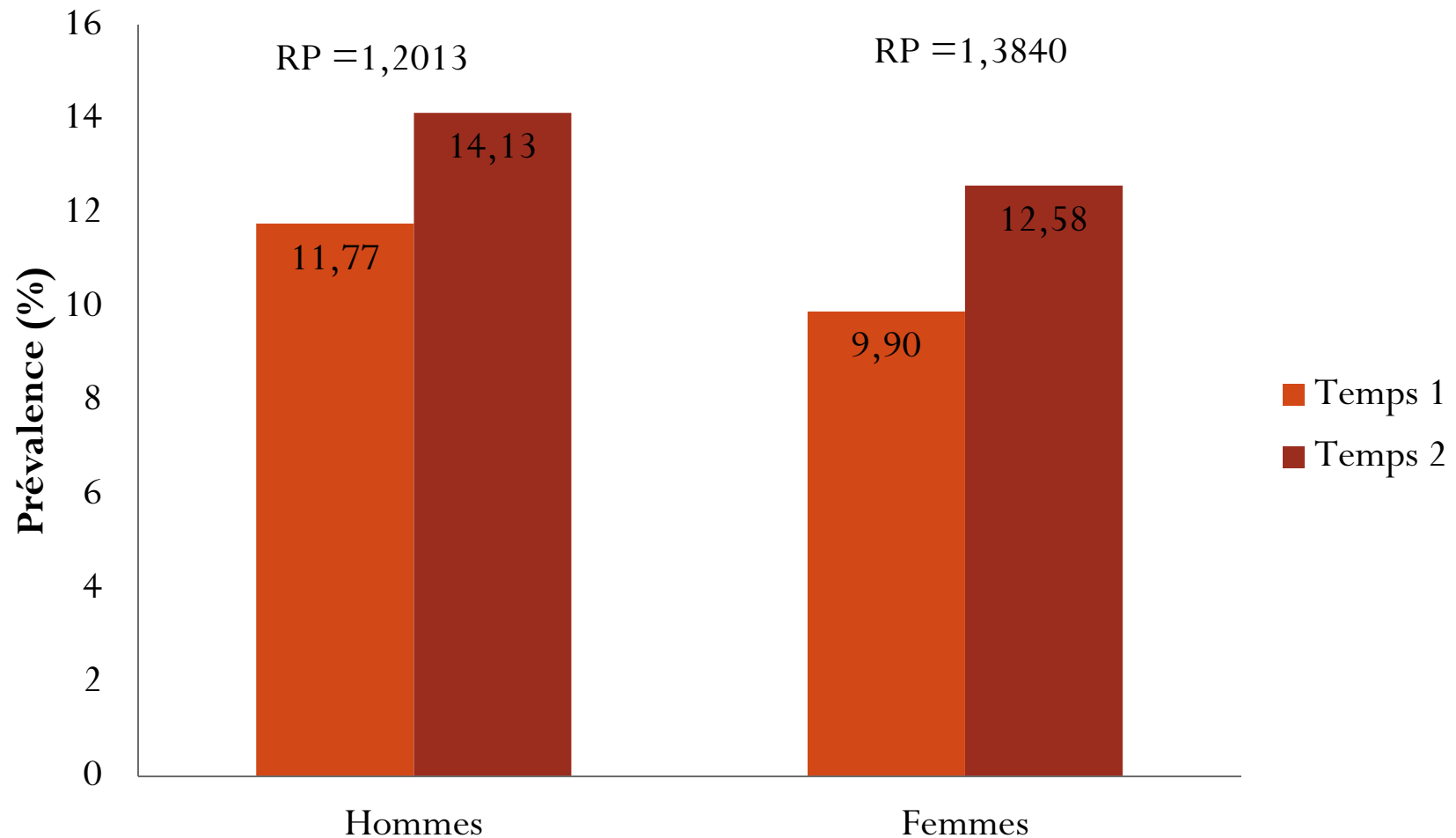


Ajusté selon : sexe, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Organismes ayant implanté des changements dans la sphère CTVP

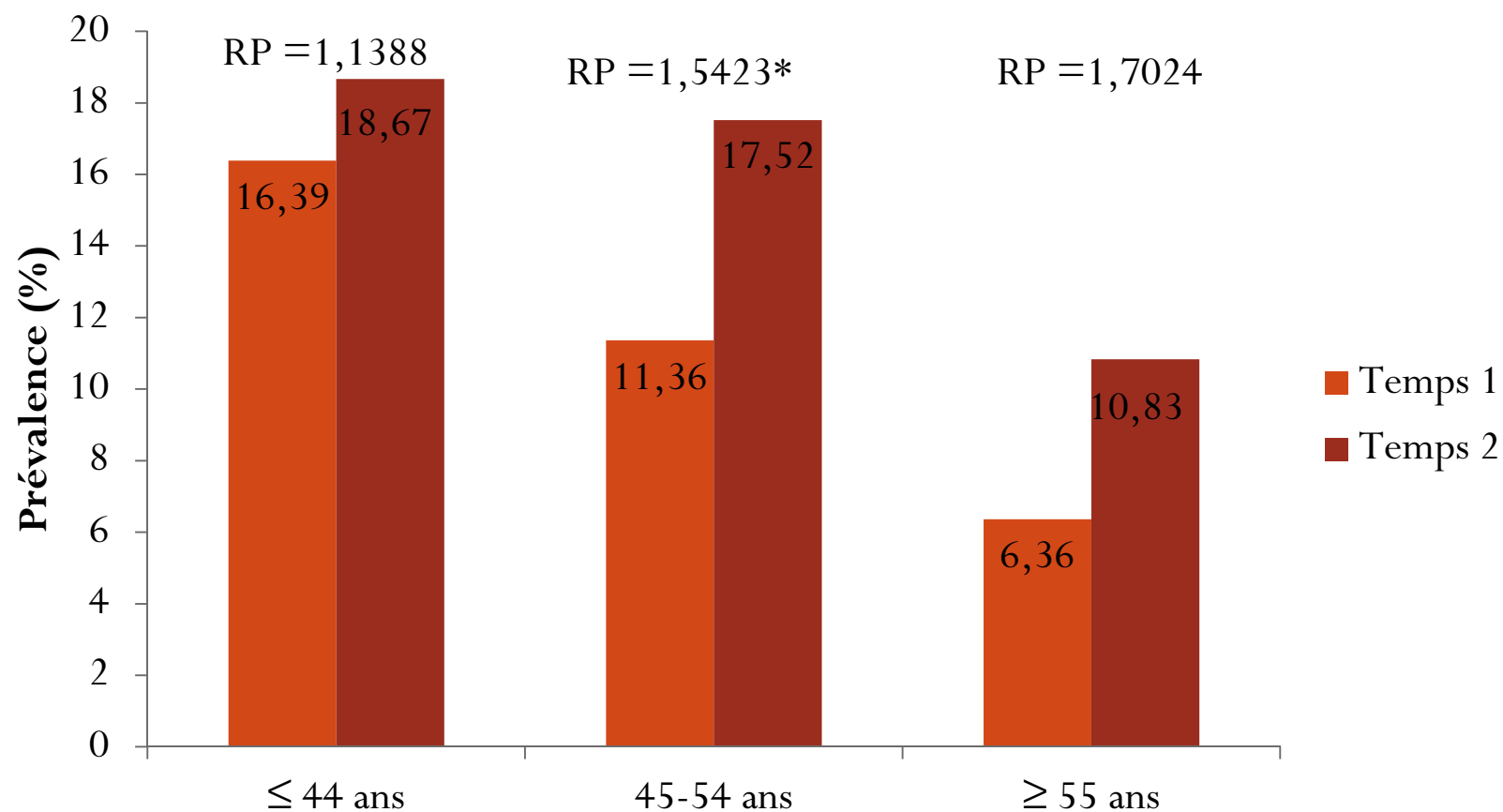
- Organisme 1 :
 - Conférence Équilibre travail-vie personnelle
 - Questionnaire en ligne sur l'équilibre travail et vie personnelle
 - Capsules infos Équilibre travail et vie personnelle
- Organisme 2 :
 - Élaboration d'un guide pour le suivi des horaires flexibles
 - Mise en place de caméras Web pour limiter les déplacements et formation aux utilisateurs
 - Analyse de faisabilité pour une directive de télétravail
 - Analyse de faisabilité pour entente avec les centres de petites enfances

Organisme 1 : Difficulté de conciliation TVP, T1 vs T2, selon le sexe



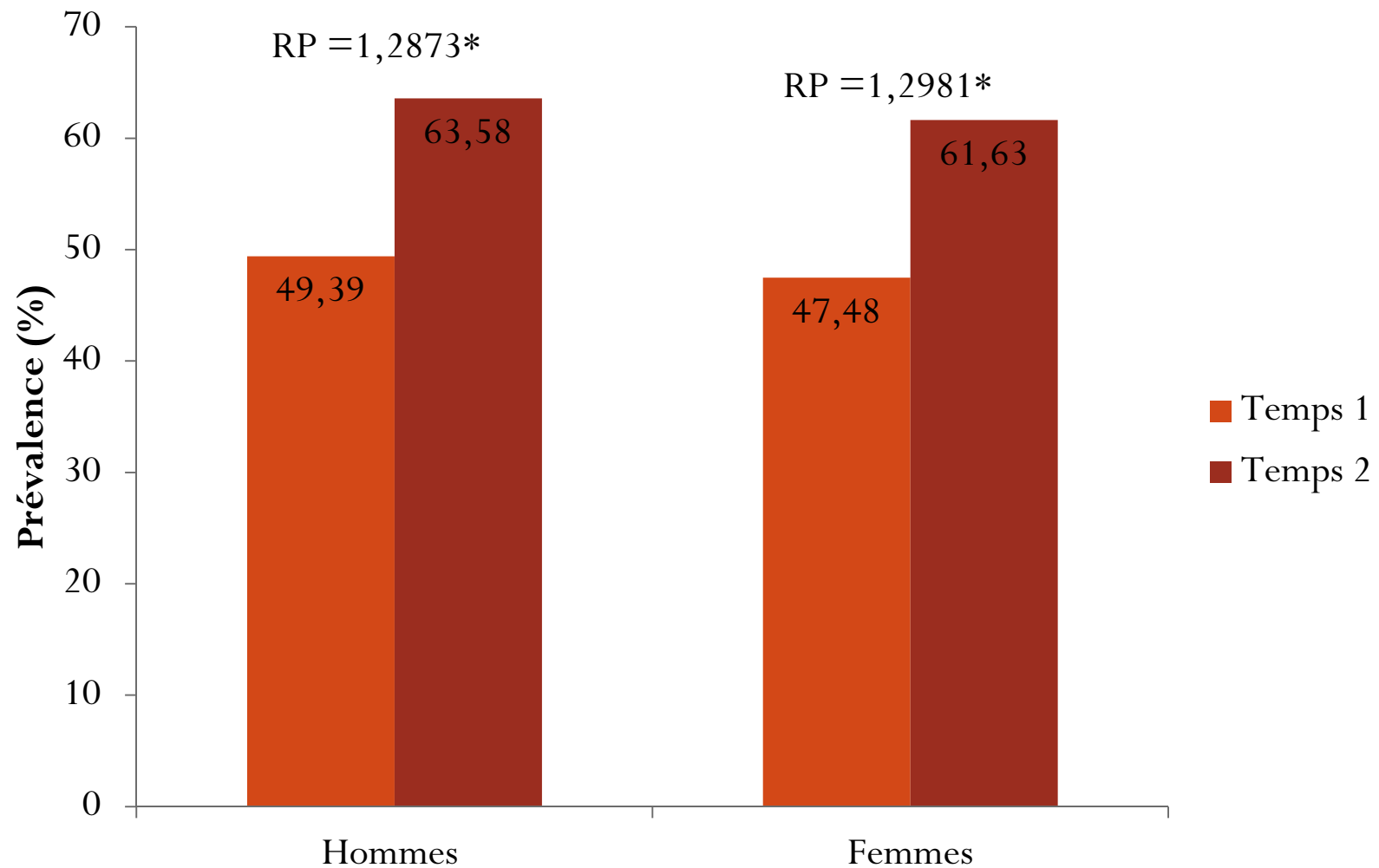
Ajusté selon : sexe, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Organisme 1 : Difficulté de conciliation TVP, T1 vs T2, selon l'âge



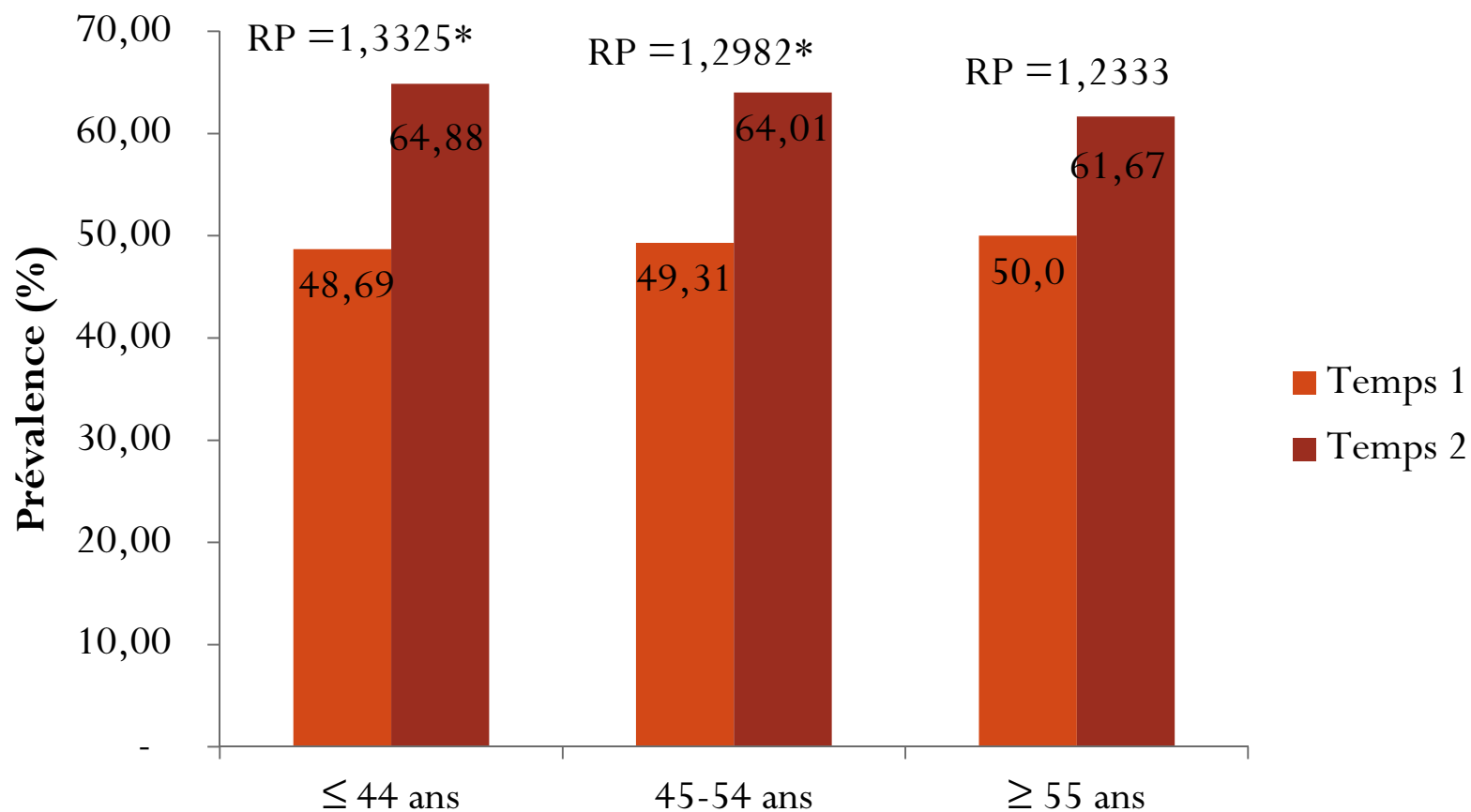
Ajusté selon : sexe, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Organisme 1 : CTVP non satisfaisant (score à 7 items) T1 vs T2, selon le sexe



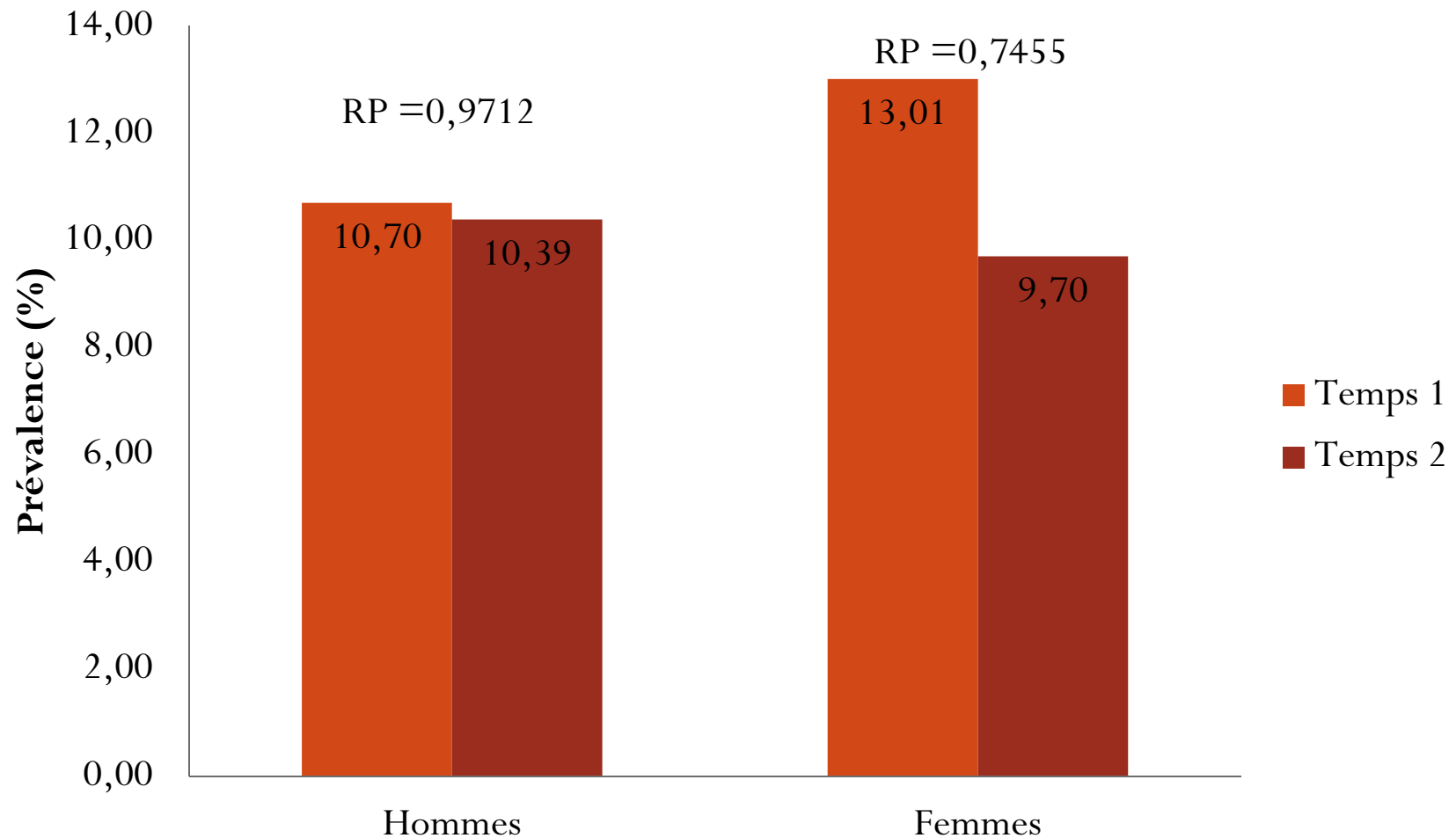
Ajusté selon : âge, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Organisme 1 : CTVP non satisfaisante (score à 7 items) T1 vs T2, selon l'âge



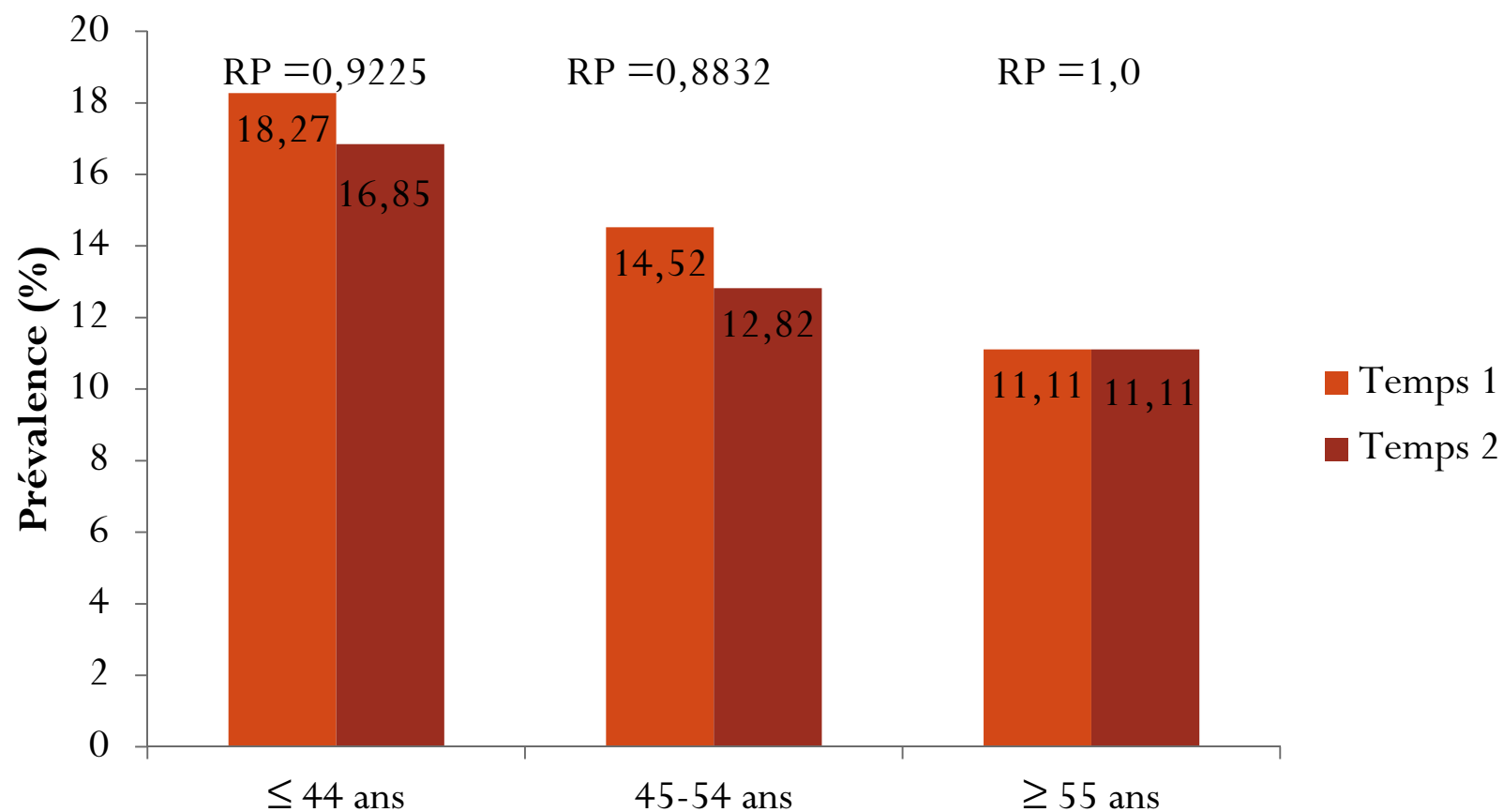
Ajusté selon : sexe, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Organisme 2 : Difficulté de conciliation TVP, T1 vs T2, selon le sexe



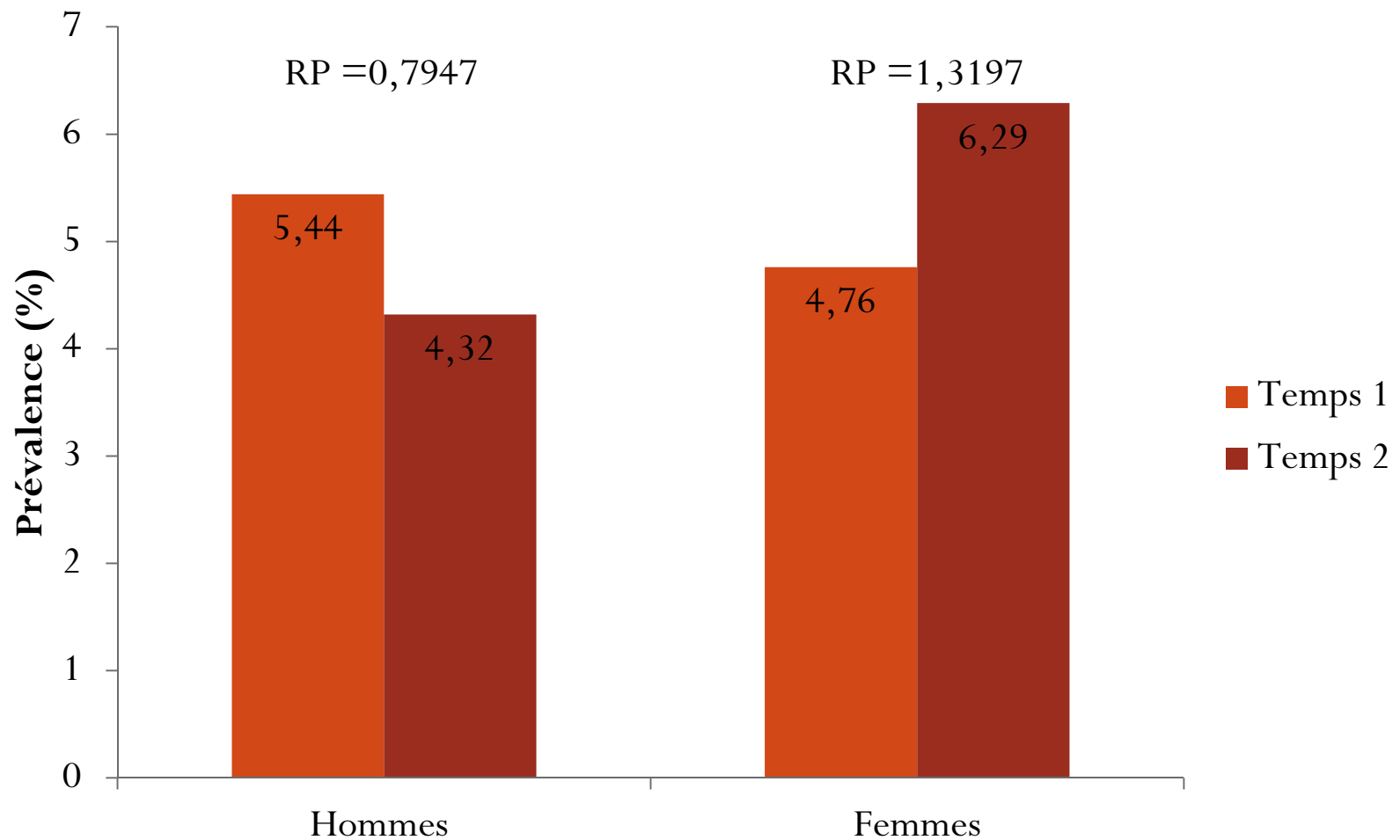
Ajusté selon : sexe, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle, charge de travail, reconnaissance

Organisme 2 : Difficulté de conciliation TVP, T1 vs T2, selon l'âge



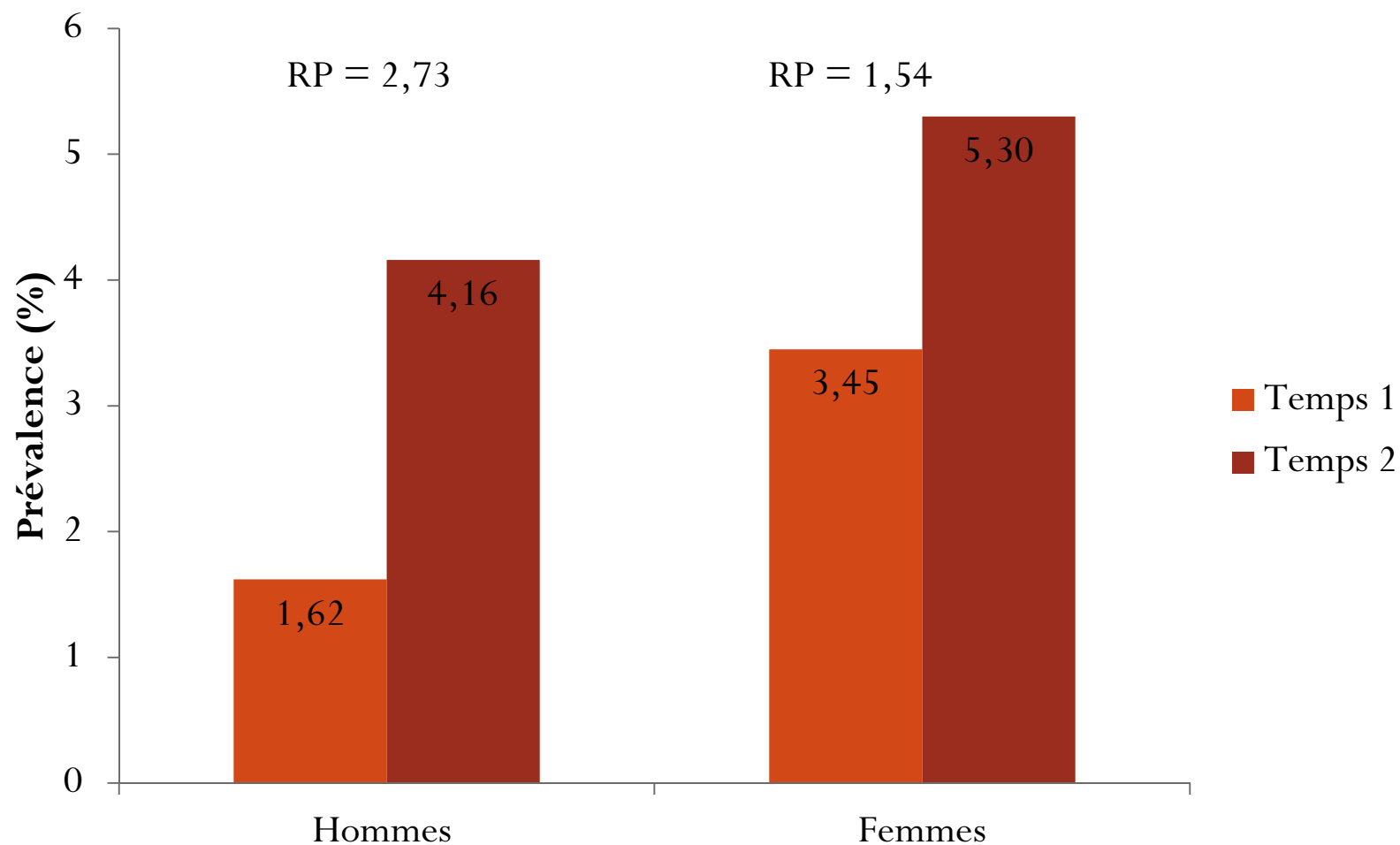
Ajusté selon : sexe, scolarité, temps plein/temps partiel, détresse psychologique, soutien des supérieurs, latitude décisionnelle

Organisme 1 : Perception négative de l'état de santé auto-rapportée, T1 vs T2, selon le sexe



Ajusté selon : âge, scolarité, Activité physique, consommation de fruits et légumes, tabagisme, IMC, détresse psychologique

Organisme 2 : Perception négative de l'état de santé auto-rapportée, T1 vs T2, selon le sexe



Ajusté selon : âge, scolarité

Discussion et conclusion

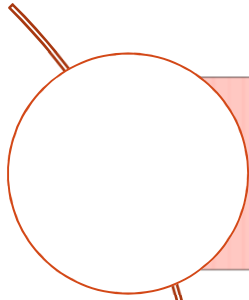
Résultats en bref

- Augmentation de la difficulté de CTVP entre T1 et le T2 de façon globale parmi les participants
- Parmi les organismes ayant implanté des interventions dans la sphère CTVP :
 - Organisme 1 :
 - Détérioration générale de la conciliation travail-vie personnelle
 - Peu de changement pour la perception négative de l'état de santé auto-rapportée
 - Organisme 2:
 - Amélioration de la CTVP
 - ↑ Perception négative de l'état de santé auto-rapportée

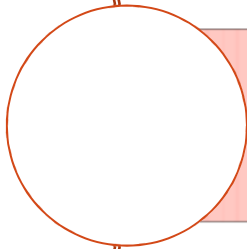
Interprétation des résultats préliminaires

- Augmentation de la difficulté de CTVP:
 - Peu d'organismes ont implanté des interventions pour cette sphère
 - Difficulté potentielle d'implanter : horaires flexibles ou comprimés et garderies en milieu de travail
- Parmi les organismes ayant implanté des interventions:
 - Détérioration de la CTVP observée dans l'organisme 1 : Sensibilisation à l'importance de l'équilibre travail-vie personnelle via des séances de formation: prise de conscience?
 - Amélioration observée dans l'organisme 2: Changements en lien avec les a priori théoriques de la littérature

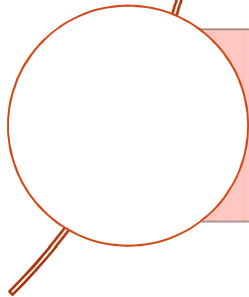
Limites de l'étude



Absence d'un groupe témoin afin de comparer les résultats

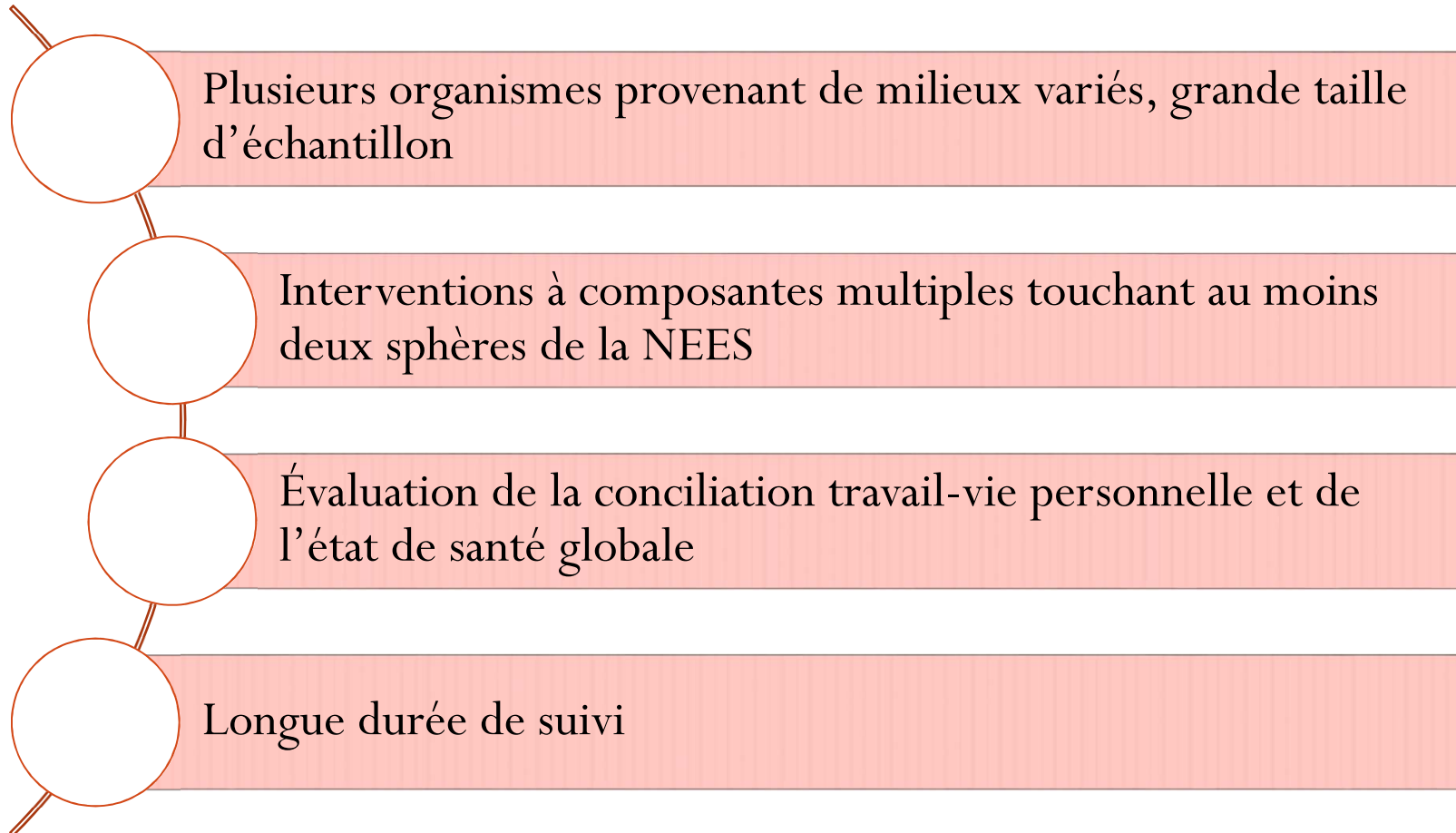


Peu d'interventions implantées dans la sphère équilibre travail-vie personnelle



Facteurs de confusion potentiels non mesurés par le questionnaire: nombre d'enfants, personnes à charge, statut marital, etc.

Forces de l'étude



Conclusion

- La conciliation travail-vie personnelle regroupe des composantes multiples de la vie personnelle et professionnelle
- La difficulté de conciliation travail-vie personnelle peut avoir des répercussions importantes sur la santé
- Des interventions bien ciblées pourraient avoir un effet positif sur la conciliation travail-vie-personnelle et par le fait même améliorer la santé et la productivité des travailleurs



UNIVERSITÉ
LAVAL

*Institut national
de santé publique*
Québec



Merci !

Recherche subventionnée par :
Les Instituts de recherche en santé du Canada