

# Comprendre et agir sur la conciliation études-travail



Rendez-vous de la réussite  
AQPC 2009

Jeudi 4 juin

Luc Laberge, Ph.D.

Chercheur, ÉCOBES, CCTT-PSN, Cégep de Jonquière  
Professeur associé, DSEP, UQAC



# Sommaire

---

- Portrait du cumul emploi-études
- Certains risques mésestimé associés au cumul emploi-études :
  - Les effets de la privation de sommeil
  - La santé et la sécurité au travail





# Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois

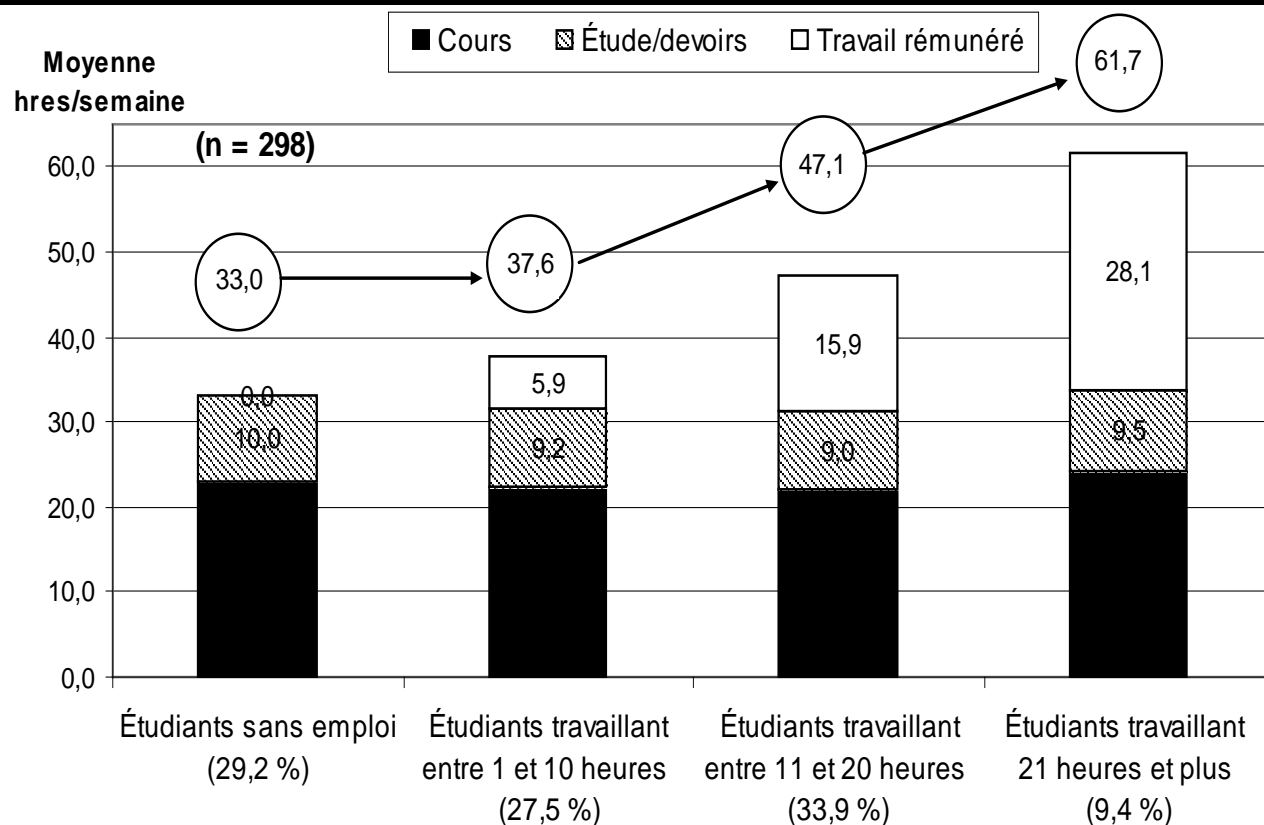
---

- Questionnaire auto-administré
- 2002 : 605 jeunes âgés de 14 ans
- 2006 : 413 jeunes âgés de 18 ans
  - 90% d'étudiants
  - Plus de la moitié des jeunes travaillent
  - Plus grande proportion de garçons qui travaillent



# Cumul emploi-études chez les étudiants saguenéens et jeannois

Nombre moyen d'heures par semaine consacrées par les collégiens de la cohorte à leurs occupations principales à 18 ans selon le nombre d'heures de travail rémunéré





# Enquête interrégionale 2008

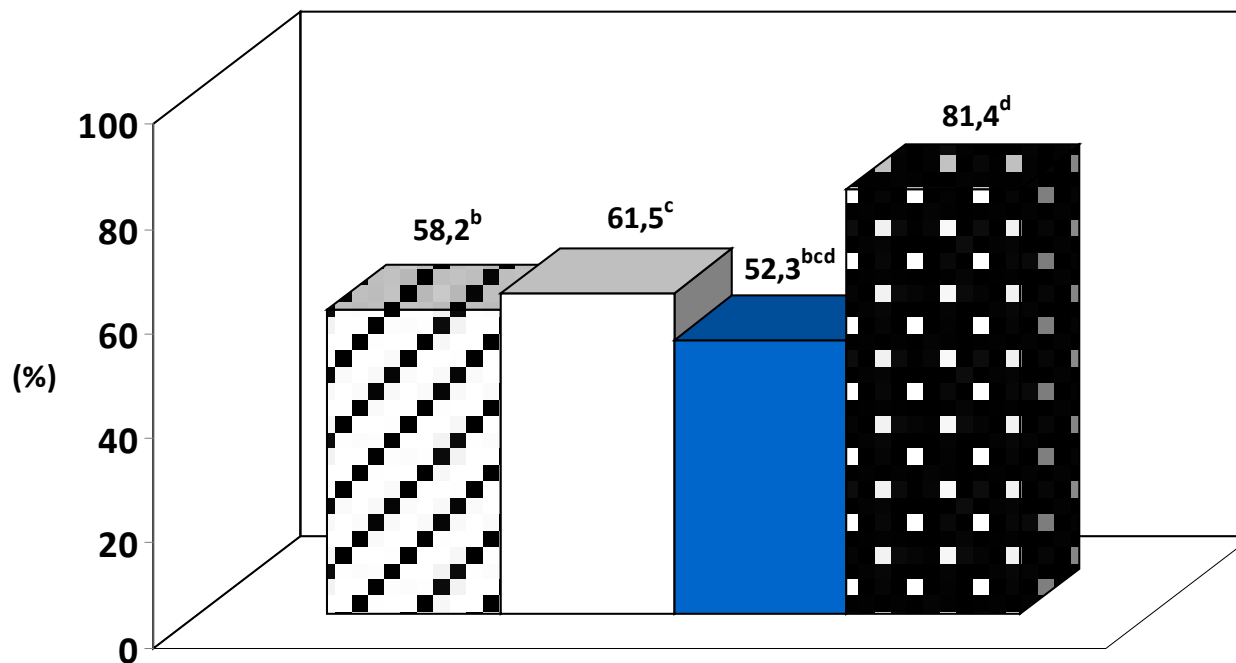
---

- Questionnaire auto-administré
- Échantillons représentatifs d'élèves du secondaire provenant de 3 régions :
  - Capitale-Nationale (n=1 420)
  - Saguenay–Lac-Saint-Jean (n=1 452)
  - Laurentides (n=1 039)
- Étudiants du collégial :
  - Cégep de Saint-Jérôme et collège Lionel-Groulx (n=394)



# Cumul emploi études chez les jeunes québécois

Proportion des jeunes du secondaire et du collégial détenant un emploi rémunéré pendant l'année scolaire



■ Capitale-Nationale (n = 1 345)

□ Saguenay-Lac-St-Jean (n = 1 387)

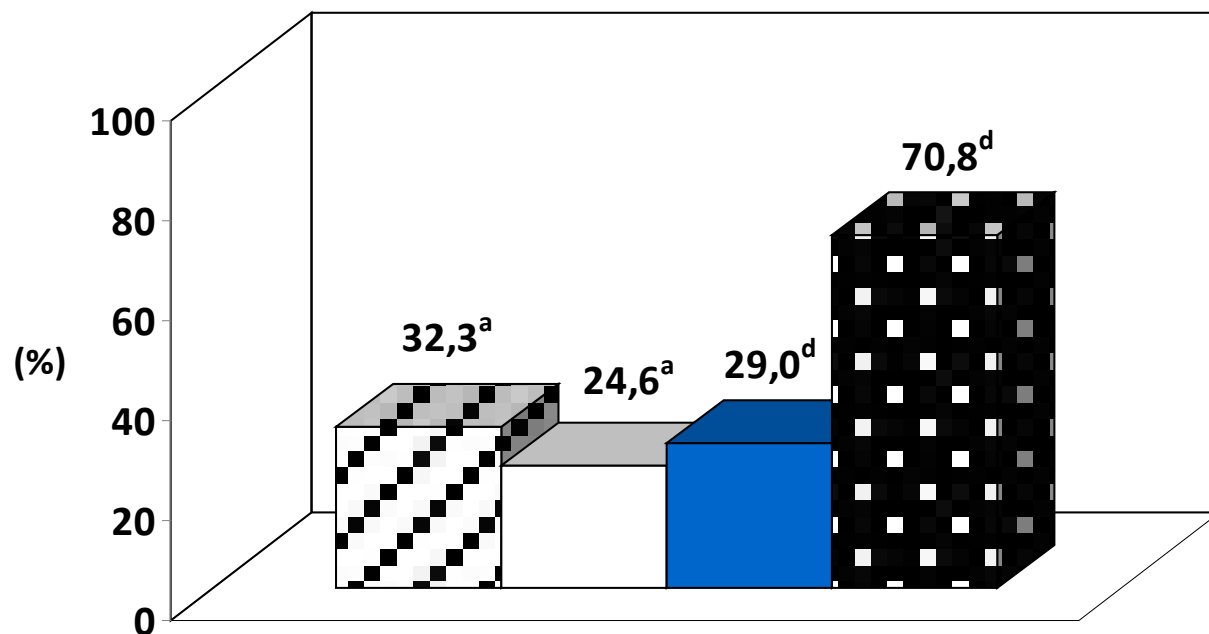
■ Laurentides (n = 993)

■ Collèges Laurentides (n = 394)



# Cumul emploi études chez les jeunes québécois

Proportion des jeunes du secondaire et du collégial détenant un emploi rémunéré au cours du mois précédant l'enquête



□ Capitale-Nationale (n = 1 337)

□ Saguenay-Lac-St-Jean (n = 1 384)

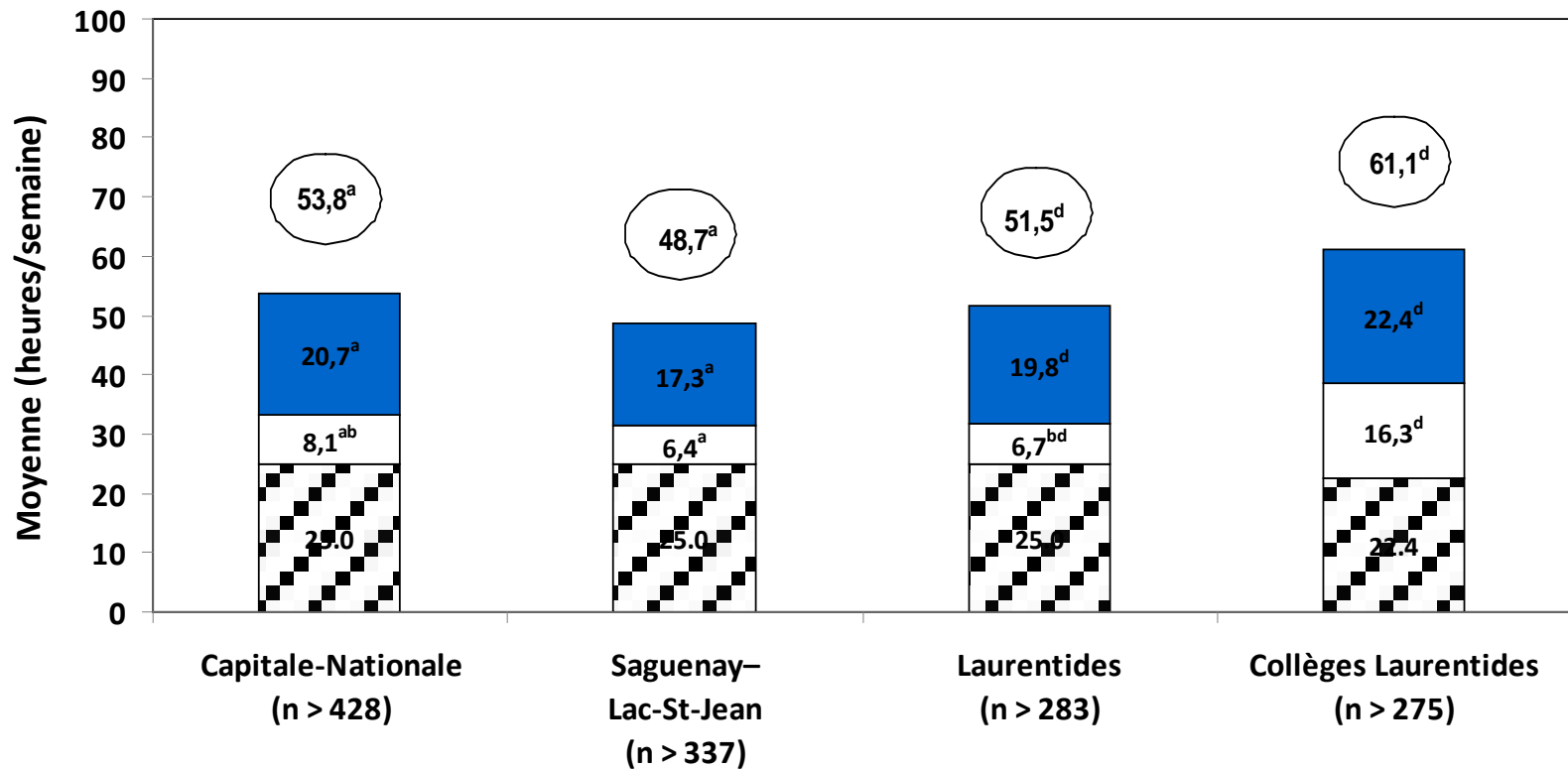
■ Laurentides (n = 990)

■ Collèges Laurentides (n = 394)



# Cumul emploi études chez les jeunes québécois

Nombre moyen d'heures par semaine consacrées aux cours, aux travaux scolaires et au travail rémunéré chez les jeunes du secondaire et du collégial qui occupaient un emploi au cours du mois précédant l'enquête



▨ Cours    □ Travaux scolaires    ■ Travail rémunéré





# Jeunes et cumul emploi-études

---

- {
  - Engagement dans les études
  - Rendement scolaire
  - Durée du sommeil
- + {
  - Détresse psychologique
  - Anxiété
  - Fatigue
  - Endormissements en classe/au volant
  - Accidents de travail



# Cumul emploi-études et sommeil

---

Les jeunes constituent  
une population à risque de  
fatigue excessive !

*(NIH, 1997)*





# Jeunes et sommeil

---

- Besoin de sommeil inchangé entre 12 et 18 ans → 9.25 h
- Report progressif des heures de lever et de coucher :
  - Causes psychosociales
  - Causes biologiques



# Jeunes et mauvais sommeil

---

- { Réussite scolaire

+ { Troubles de l'humeur  
Consommation de psychostimulants  
Blessures et mortalité





# Jeunes et marché du travail (15-24 ans)

---

- 522 000 jeunes québécois occupent au moins un emploi
- 1/2 des jeunes travaillent à temps partiel
- Plus souvent, les jeunes occupent des emplois atypiques
- 1/2 des jeunes travailleurs sont aux études



# Cumul emploi-études, contraintes de travail et accidents de travail

---

Les jeunes constituent  
une population à risque plus élevé  
de lésions professionnelles

*(CSST)*





# Jeunes et accidents de travail

---

- Chaque année, en moyenne, près de 24 000 jeunes se blessent au travail
- En moyenne, un jeune par mois perd la vie à la suite d'un accident de travail
- Proportionnellement à la part du marché qu'ils occupent, les jeunes de 24 ans ou moins ont un taux d'accident plus élevé que leurs aînés
- La moitié des accidents surviennent dans les 6 premiers mois d'un nouvel emploi





# Jeunes et facteurs de risques individuels

---

- Sexe
- Âge
- Degré de maturité







# Jeunes et facteurs de risques reliés à l'emploi

---

- Les jeunes travailleurs ont peu ou pas :
  - d'expérience
  - de formation en santé et sécurité
  - de supervision
  - de connaissance sur les risques présents dans leur environnement de travail
  - de stabilité d'emploi



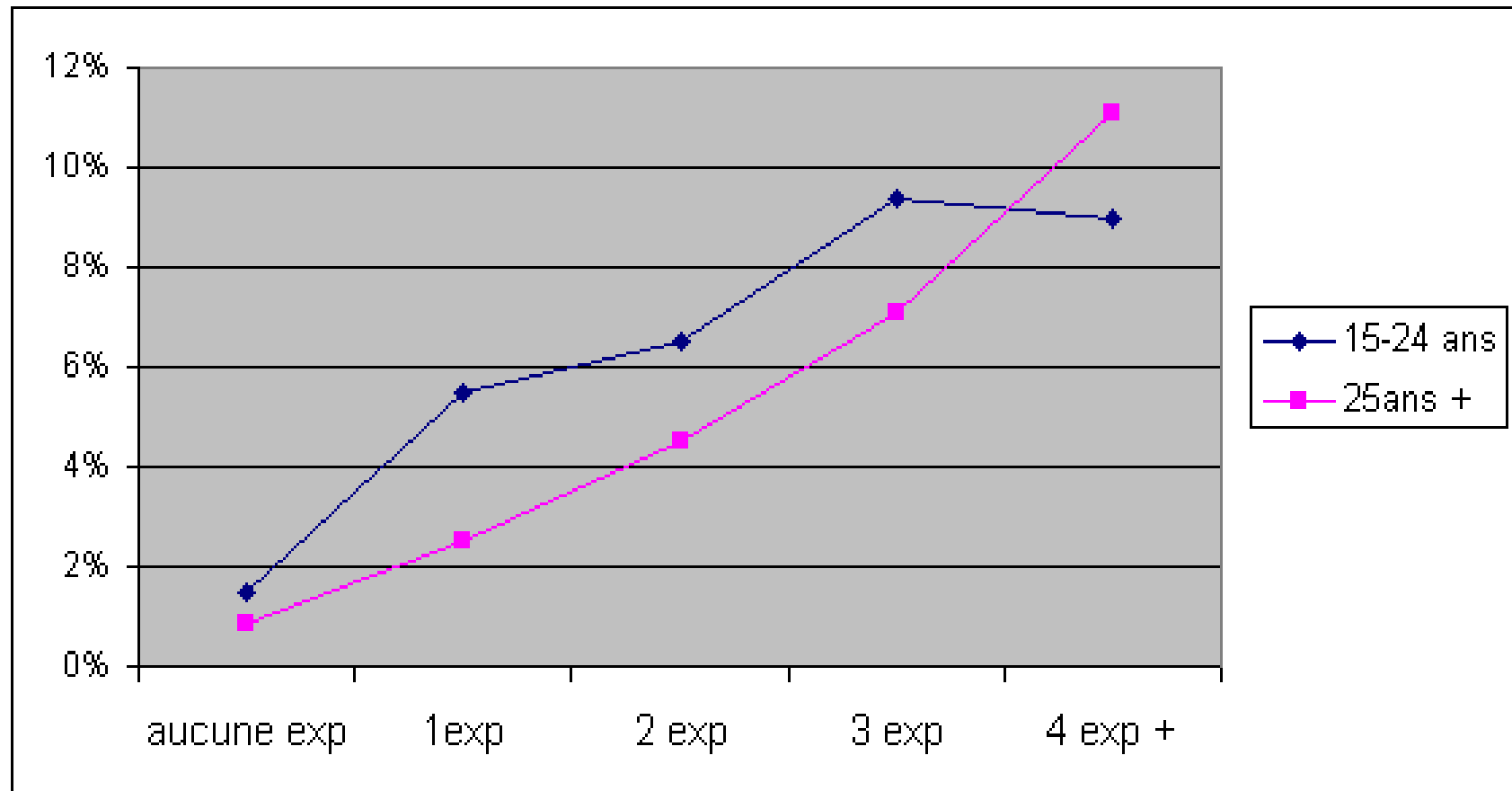
# Jeunes et contraintes de travail

Contraintes	15-24	25 ans et plus	Contraintes
Horaires irréguliers	35,0%	30,1%	Horaires irréguliers
Travail répétitif	30,1%	19,4%	Travail répétitif
Manipulation de charges lourdes	27,3%	17,6%	Manipulation de charges lourdes
Efforts sur outils	23,1%	16,9%	Efforts sur outils
Horaire de nuit	13,6%	12,7%	Bruit intense

(Québec, 1999-2001)



# Relation entre les contraintes de travail et le taux d'accidents



(Gervais et Massicotte, 2006)



# Cumul des contraintes chez les élèves saguenéens et jeannois

<b>Contraintes organisationnelles et physiques</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
0	3	1%
1-4	63	28%
5-9	128	56%
10-14	30	13%
15+	4	1%
Non-réponse	1	-
Total	228	100%

**MOYENNE: 6,3**



# Déterminants de la fatigue aigüe et chronique

Variables explicatives	$\beta$	Erreur-type
<b>FATIGUE AIGÛE</b>		
<b>Constante</b>	8,70	5,34
1 Garçons	-4,55	2,44
2 Heures/semaine de travail rémunéré en cours d'année	0,12	0,17
3 Nombre de contraintes physiques de travail	1,20 **	0,42
5 Horaire de travail : toujours de jour	2,69	2,95
6 Différence entre la durée habituelle du sommeil et le nombre d'heures de sommeil nécessaires pour se sentir en forme	3,14 ***	0,88
7 Indice d'insomnie	3,31	2,39
8 Indice de polyconsommation	-0,01	0,18
9 Détresse psychologique	0,41 ***	0,08

$n = 194$  ;  $F = 12,38$  \*\*\* ( $df = 8$ ) ;  $R^2_{\text{ajusté}} = 0,32$

<b>FATIGUE CHRONIQUE</b>		
<b>Constante</b>	11,43 *	5,68
1 Garçons	-3,03	2,60
2 Heures/semaine de travail rémunéré en cours d'année	0,14	0,18
3 Nombre de contraintes physiques de travail	1,33 **	0,44
4 Horaire de travail : toujours de jour	3,09	3,14
5 Différence entre la durée habituelle du sommeil et le nombre d'heures de sommeil nécessaires pour se sentir en forme	1,90 *	0,93
6 Indice d'insomnie	-3,44	2,54
7 Indice de polyconsommation	0,27	0,20
9 Détresse psychologique	0,47 ***	0,08

$n = 194$  ;  $F = 10,61$  \*\*\* ( $df = 8$ ) ;  $R^2_{\text{ajusté}} = 0,29$

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$  ; \*\*\*  $p < 0,001$





# ÉCOBES

RECHERCHE ET TRANSFERT

CÉGEP DE JONQUIÈRE

# UQAC

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC  
À CHICOUTIMI



*Le moteur de votre recherche*

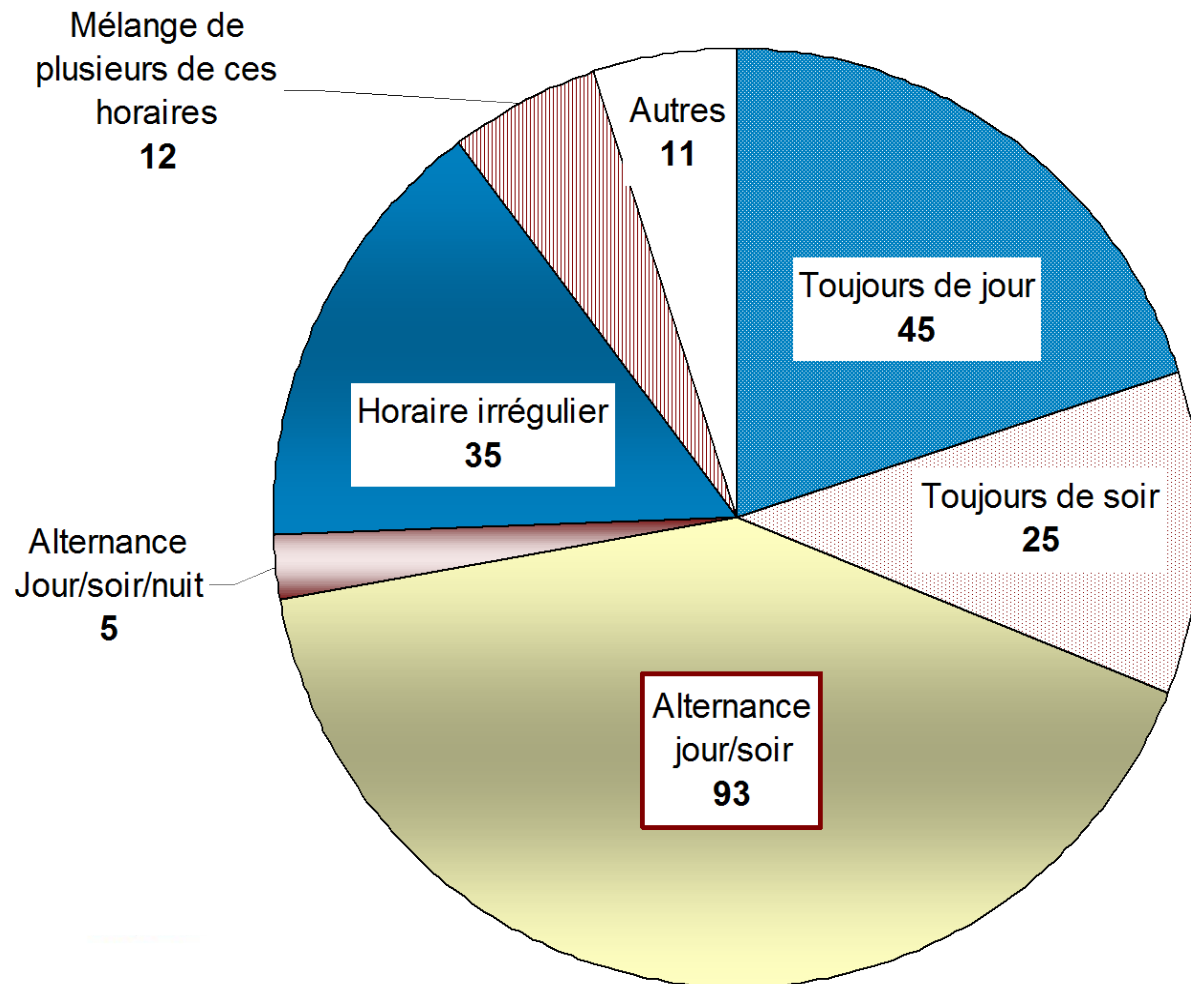
DEPUIS 25 ans

**Éducation,  
Loisir et Sport**

# Québec



# Horaire de travail chez les élèves saguenéens et jeannois




# Contraintes organisationnelles chez les élèves saguenéens et jeannois

---

- 70% occupent un emploi exigeant d'aller très vite
- 75% ne détiennent qu'une faible autonomie décisionnelle
- 80% sont traités différemment des travailleurs plus âgés







# Contraintes physiques chez les élèves saguenéens et jeannois

---

- 33% manipulent des charges lourdes
- 73% font des gestes répétitifs des mains ou des bras
- 79% marchent souvent
- 90% restent longtemps debout





# TMS chez les élèves saguenéens et jeannois

---

- 40% ont ressenti de la douleur à trois régions du corps ou plus
- 50% en ressentait aussi dans la dernière semaine
- Douleurs au dos sont les plus fréquentes



# Symptômes de SST chez les élèves saguenéens et jeannois

---

- 17% souffrent de détresse psychologique
- 59% manifestent des problèmes d'insomnie
- 32% éprouvent de la fatigue excessive
- 35% présentent de la somnolence diurne





# Accidents de travail chez les élèves saguenéens et jeannois

---

- 33 accidents de travail au cours des 2 dernières années :
  - 1 jeune travailleur sur 7
- Nombre d'accidents proportionnel à la durée du temps de travail
- Majorité des événements accidentels surviennent au cours de l'année scolaire





# Opération JeuneSST

---

- **OBJECTIF :**

Consolider les champs de recherche actuels de l'IRSST en y intégrant la thématique des jeunes travailleurs

- **MANDAT :**

Planifier, organiser et mettre en œuvre le développement de la recherche sur la problématique «jeunes et SST»

