

Programme d'intervention pour prévenir l'hypertension artérielle en milieu de travail dans la région de Sousse en Tunisie : résultats d'une étude quasi-expérimentale

J. Sahli (Dr)^a, J. Maatoug (Dr)^a, S. Ben Fredj (Dr)^a, E. Dendana (Dr)^a, I. Harrabi (Pr)^a, N. Mrizak (Pr)^b, H. Ghannem (Pr)^a

^a Service d'Epidémiologie et de Statistiques Médicales, Sousse ;

^b Service de Médecine de Travail et des Pathologies Professionnelles, Sousse

Introduction

Les modes d'alimentation défavorables à la santé figurent, avec l'excès d'apport énergétique et la sédentarité physique parmi les principaux facteurs de risque pour les maladies non transmissibles. Les programmes de promotion de la santé sur le lieu de travail, qui s'attaquent à la sédentarité, aux habitudes alimentaires défavorables à la santé et au tabagisme s'avèrent efficaces pour améliorer l'évolution de certains facteurs de risques sanitaires telle que l'hypertension artérielle [1].

Dans ce cadre, nous avons mené cette étude afin d'évaluer l'efficacité d'une intervention de trois ans pour la promotion des styles de vie sains à réduire l'hypertension artérielle chez les employés de la région de Sousse.

Matériel et méthodes

Il s'agit d'une étude quasi-expérimentale menée entre 2010 et 2014 en milieu professionnel de la région de Sousse. Trois entreprises ont été sélectionnées par convenance pour faire partie du groupe intervention et trois autres entreprises relativement similaires en termes d'effectifs et de composition par genre ont été sélectionnées dans le groupe contrôle. L'intervention consistait principalement en des séances d'éducation sanitaire sur la promotion des styles de vie sains à travers la promotion de l'alimentation saine et de l'activité physique et la lutte anti-tabac, des sessions interactives avec les médecins du travail avec projection de vidéos éducatives, des séances d'activité physique gratuites pour les employés et une consultation gratuite d'aide au sevrage tabagique sur les lieux de travail.

Résultats

Le groupe d'intervention était composé de 914 et 1098 travailleurs et le groupe contrôle était composé de 861 et 1015 travailleurs respectivement en pré et post évaluation. Le groupe d'intervention a amélioré significativement l'habitude de manger cinq fruits et légumes par jour après l'intervention ($p=0,04$).

La prévalence de l'hypertension a diminué de manière significative dans le groupe d'intervention de 16,2% à 12,8% ($p = 0,02$), mais a augmenté de manière significative dans le groupe de contrôle de 13,3% à 23,3% ($p < 0,001$). La prévalence de l'obésité a augmenté tant dans le groupe d'intervention que dans le groupe de contrôle. Dans le groupe d'intervention, la prévalence de l'hypertension a diminué significativement chez les participants ayant un poids normal 11,5% à 6,6% ($p = 0,009$). Parmi les participants en surpoids, l'hypertension a diminué dans le groupe d'intervention de 18,9% à 13,5% ($p = 0,058$), mais elle a augmenté de façon significative dans le groupe de contrôle de 13,1% à 23,1% ($p = 0,001$). Parmi les participants obèses, la diminution de la prévalence de l'hypertension artérielle n'a pas été significative dans le groupe de l'intervention (27,8% à 24,4%, $p = 0,48$). Toutefois, cette prévalence a augmenté de façon significative dans le groupe de contrôle de 22,4% à 34,3% ($p = 0,009$) (Tableau I). Les déterminants de l'hypertension artérielle étaient l'âge > 35 ans, le sexe masculin, le surpoids et l'obésité dans les deux groupes. Globalement, l'intervention a été négativement associée à l'hypertension artérielle dans le groupe d'intervention (OR = 0,61, IC_{95%} [0,47 à 0,8]) (Tableau II).

Tableau I: Evolution de l'hypertension artérielle dans les deux groupes en fonction de l'âge et du statut pondéral

	Groupe d'intervention			Groupe de contrôle		
	Pré n(%)	Post n (%)	p	Pré n (%)	Post n (%)	p
Hypertension artérielle						
Poids normal	55 (11,5)	32 (6,6)	0,009	32 (9,2)	45 (14,0)	0,056
Surcharge pondérale	53 (18,9)	52 (13,5)	0,058	40 (13,1)	94 (23,1)	0,001
Obésité	37 (27,8)	55 (24,4)	0,480	36 (22,4)	94 (34,3)	0,009
Age <35 ans	80 (12,3)	58 (8,3)	0,01	41 (9,5)	54 (14,2)	0,04
Age >35 ans	64 (26,8)	82 (20,6)	0,07	71 (17,8)	182 (28,7)	<0,001

Tableau II: Déterminants de l'hypertension artérielle dans les deux groupes après l'intervention en milieu de travail

	Groupe d'intervention		Groupe de contrôle	
	OR	IC _{95%}	OR	IC _{95%}
Effet de l'intervention	0,61	0,47 - 0,80	1,76	1,36 - 2,28
Age >35 ans	2,23	1,70 - 2,92	1,59	1,20 - 2,11
Sexe masculin	1,56	1,16 - 2,09	2,35	1,76 - 3,15
Surcharge pondérale	1,76	1,29 - 2,40	1,39	1,02 - 1,91
Obésité	3,39	2,41 - 4,79	2,62	1,88 - 3,64

Discussion

Les interventions d'éducation pour le changement de comportement visant les styles de vie sains peuvent contribuer à réduire la prévalence de l'hypertension artérielle en milieu du travail [2]. A travers cette étude dont son principal point fort est sa conception quasi-expérimentale, nous avons pu démontrer qu'un programme d'intervention de trois ans visant la promotion des styles de vie sains sur les lieux de travail pour le contrôle de l'hypertension était faisable et efficace.

Conclusion

La réduction de la charge morbide des maladies non transmissibles dont le principal facteur de risque est l'hypertension artérielle, l'amélioration de la productivité des salariés, le renforcement de l'image de l'entreprise et la maîtrise des dépenses de santé sont des arguments pour lancer et soutenir des programmes de promotion de santé sur les lieux de travail.

Références bibliographiques

- [1] La prévention des maladies non transmissibles par l'alimentation et l'exercice physique sur le lieu de travail Rapport d'une réunion mixte OMS/Forum économique mondial. http://www.who.int/dietphysicalactivity/workplace-report_French.pdf
[2] Gemson DH, Comisso R, Fuente J, Newman J, Benson S. Promoting weight loss and blood pressure control at work: impact of an education and intervention program. J Occup Environ Med 2008; 50(3): 272-81.

Déclaration de conflits d'intérêts

Les auteurs ne déclarent aucun conflit d'intérêt.