

Analyse en réseau de la santé du sommeil sur 35 808 sujets.

Objectif : La santé du sommeil constitue un enjeu épidémiologique et de santé publique majeur, intégrant des variables issues des plaintes de sommeil, des comportements de sommeil et des symptômes de troubles du sommeil. Intégrer ces variables hétérogènes est un enjeu de la modélisation de la santé du sommeil, défi qui pourrait être relevé en modélisant la santé du sommeil grâce à une analyse en réseau, une méthodologie qui a déjà été utilisée pour conceptualiser l'influence mutuelle des critères diagnostiques des troubles du sommeil dans l'ICSD-3.

Méthodes : Une analyse en réseau des variables liées à la santé du sommeil permet d'identifier les variables les plus centrales. Les variables étudiées correspondent aux symptômes des troubles du sommeil, aux plaintes de sommeil, aux comportements de sommeil et aux comorbidités, collectés auprès d'une large population française de sujets concernés par leur sommeil, ayant répondu à un questionnaire en ligne (« Réseau Morphée »).

Résultats : Des données ont été obtenues pour 35 808 participants (39 variables – ESS=9,48 ; ISI=16,3 ; HAD-A=9.6 ; HAD-D=6.6). Les quatre variables les plus centrales pour expliquer la santé du sommeil (forte influence au sein du réseau), sont : le « sommeil non réparateur », la « somnolence diurne excessive », les comportements du sommeil (« irrégularités circadiennes chroniques ») et « privation chronique de sommeil »).

Conclusion : L'identification d'une telle variété de variables centrales comporte de nombreuses implications pour les modèles de santé du sommeil.