

## **Facteurs associés au « burnout » chez les travailleuses et travailleurs du milieu de la santé au Québec durant la pandémie de COVID-19**

Judith Brouillette MD PhD

Dès le début de pandémie, on a beaucoup souligné les efforts considérables des travailleuses et travailleurs du milieu de la santé et l'augmentation de l'épuisement professionnel qui affectait plusieurs d'entre eux. Afin de mieux comprendre les facteurs qui pouvaient contribuer à l'augmentation des risques d'épuisement professionnel, une équipe multidisciplinaire de chercheurs de l'Institut de Cardiologie de Montréal (ICM) et d'autres établissements ont décidé de réaliser une recherche sur ce sujet chez les travailleurs et travailleuses du milieu de la santé au Québec.

**Objectif du projet :** La recherche visait à étudier les principaux facteurs modifiables associés à l'épuisement professionnel chez les travailleuses et travailleurs du milieu de la santé durant la pandémie.

**Démarche** – Le protocole de l'étude devait se faire en deux étapes, à partir d'une même cohorte d'au moins 300 individus, et respecter un échancier précis de 3 mois et 12 mois après le début de la pandémie. Les participants ont accepté de répondre à plusieurs sondages à deux reprises en plus d'offrir in prélevement de leurs cheveux pour permettre l'analyse du cortisol capillaire.

**Recrutement et participation** – Le recrutement des participants, qui s'est fait via les médias sociaux et avec l'appui de plusieurs associations professionnelles et syndicales, a été très réussi avec 564 inscrits en 13 jours. Les sondages de la phase 1 (3 mois) ont été complétés par 83% des inscrits et 72% d'entre eux ont fourni leurs prélèvements de cheveux. Quant aux sondages de phase 2 (12 mois), ils ont été complétés par 73% des inscrits.

**Premier constat : La moitié des participants rapporte des symptômes d'épuisement professionnel.**

Trois mois après le début de la pandémie, le pourcentage de travailleuses et travailleurs de la santé victimes d'épuisement professionnel est de 52% parmi les participants. À titre comparatif, le taux d'épuisement avant la pandémie était autour de 30%<sup>1</sup> chez les infirmières et médecins canadiens.

Les questionnaires psychologiques ont révélé que 24% des participants présentaient des symptômes élevés de trouble stress post-traumatiques (TSPT), 23% d'anxiété et 11% de dépression.

### **Analyse des facteurs associés au burnout – 9 variables**

L'étude ciblait les variables suivantes :

- Un facteur individuel : la résilience
- Six facteurs liés à l'organisation et au milieu professionnel
  - La charge de travail

---

<sup>1</sup> Sondages de l'Association médicale canadienne 2018 et de la Fédération canadienne des syndicats d'infirmières et d'infirmiers 2020

- Le soutien organisationnel perçu
- L'accès aux équipements de protection individuelle (EPI)
- Le sentiment de protection associé aux EPI
- L'accès à la simulation
- L'accès à des soins de santé mentale
- Un facteur social : le soutien social
- Un facteur biologique : le cortisol (résultats à venir)

Tout en ajustant pour les facteurs suivants : sexe, antécédents psychiatriques, type d'emploi, travail aux soins intensifs ou à l'urgence, type d'établissement, statut COVID-19 et réaffectation.

### **Facteurs majeurs de réduction des risques : la résilience et le soutien organisationnel**

Si l'on exclut le facteur biologique, parmi les huit autres facteurs étudiés deux se sont nettement démarqués, soit la résilience et le soutien organisationnel perçu. De fait,

- Chaque bond de 6 points d'augmentation sur l'échelle de la résilience réduit de 31% la probabilité de burnout; et
- Chaque bond de 12 points d'augmentation sur l'échelle du soutien organisationnel perçu diminue de 25% la probabilité d'un épuisement professionnel.

Au niveau du TSPT, de l'anxiété et de la dépression, le soutien social s'ajoute à la résilience et au soutien organisationnel comme facteur protecteur.

Les résultats de la première étape sont présentés de manière plus exhaustive dans un article scientifique publié dans la revue **Frontiers in Psychiatry**<sup>2</sup>, du 8 juillet 2021, sous le titre : [Factors Associated With Burnout, Post-traumatic Stress and Anxio-Depressive Symptoms in Healthcare Workers Months Into the COVID-19 Pandemic: An Observational Study](https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2021.668278/full?utm_source=Email_to_authors&utm_medium=Email&utm_content=T1_11.5e1_author&utm_campaign=Email_publication&field=&journalName=Frontiers_in_Psychiatry&id=668278)

### **Prochains résultats**

Les prochains résultats de l'étude découleront de l'analyse du sondage complété 12 mois après le début de la pandémie ainsi que de l'analyse du cortisol présent dans les prélèvements de cheveux recueillis auprès des participants. Ces travaux seront complétés au cours des prochains mois.

### **Pistes d'intervention**

**L'analyse détaillée des facteurs démontre que des interventions visant à préserver ou augmenter la résilience des travailleuses et des travailleurs, ainsi que leur perception du soutien organisationnel devraient être mises de l'avant pour préserver ou protéger la santé psychologique des travailleuses et travailleurs de la santé.**

### **Remerciements**

Ce projet a été réalisé avec l'aide financière du gouvernement du Québec et de la Fondation de l'ICM.



<sup>2</sup> *Factors Associated With Burnout, Post-traumatic Stress and Anxio-Depressive Symptoms in Healthcare Workers Months Into the COVID-19 Pandemic: An Observational Study* - [https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2021.668278/full?utm\\_source=Email\\_to\\_authors&utm\\_medium=Email&utm\\_content=T1\\_11.5e1\\_author&utm\\_campaign=Email\\_publication&field=&journalName=Frontiers\\_in\\_Psychiatry&id=668278](https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2021.668278/full?utm_source=Email_to_authors&utm_medium=Email&utm_content=T1_11.5e1_author&utm_campaign=Email_publication&field=&journalName=Frontiers_in_Psychiatry&id=668278)

## Équipe de recherche

### Co-chercheurs

- S Guay
- M-F Marin
- J-C Tardif

### Étudiants

- S Cyr
- M-J Marcil

### Intervenante pivot en santé psychologique

- M-C Strevez

### Collaborateurs

- S Ducharme
- J Forest
- C Genest
- M-C Guertin
- M Labrosse
- P Lavoie
- C Rosa
- S Selcer
- A Vadeboncoeur

Pour information :

- Judith Brouillette MD PhD : [Judith.Brouillette@icm-mhi.org](mailto:Judith.Brouillette@icm-mhi.org)
- Samuel Cyr : [Samuel.Cyr@icm-mhi.org](mailto:Samuel.Cyr@icm-mhi.org)
- Marie-Joelle Marcil : [Marie-Joelle.Marcil@icm-mhi.org](mailto:Marie-Joelle.Marcil@icm-mhi.org)