

### Préface

Ceci est une analyse de la santé mentale par secteur professionnel à travers la pandémie COVID-19. Nous avons commencé ce travail pour répondre à la question suivante : comment la santé mentale a-t-elle été affectée par rapport à notre situation professionnelle ? La santé mentale de qui est-elle la plus mauvaise ? Nous savions que certains groupes, notamment les chômeurs, présentaient des niveaux plus élevés d'anxiété et de dépression, et nous avons le sentiment que certains groupes d'employés, comme les infirmières, présentaient des indicateurs de santé mentale plus négatifs en raison de leur travail. Mais de nombreux autres secteurs ont été touchés, depuis ceux où les employés travaillent principalement à domicile jusqu'à ceux où les lockdowns ont eu un impact considérable.

Ce que nous avons découvert est ce que nous devrions tous savoir : les lieux de travail sont composés d'une variété de personnes différentes à des endroits différents en ce qui concerne la santé mentale. Il va sans dire que l'état de santé mentale est continuellement façonné par les facteurs sociaux, psychologiques et environnementaux d'une personne. L'environnement de travail n'est qu'une pièce d'un puzzle plus vaste qui saisit l'état de santé mentale global d'un individu. À partir de ces réponses individuelles collectives, nous avons regroupé nos données par secteur et nous avons réalisé que chaque secteur d'emploi avait un profil de santé mentale unique avant la pandémie, tout comme il a un profil unique maintenant.

En fin de compte, notre question devait être définie. La santé mentale est-elle pire dans les secteurs où la grande majorité était en bonne santé mentale et où elle est maintenant juste moyenne ? Ou devrions-nous nous concentrer sur les secteurs où la santé mentale était déjà en crise mais a légèrement empiré ? Devons-nous prendre en compte les secteurs où le nombre de diagnostics de problèmes de santé mentale a augmenté depuis la pandémie ? Il est important de noter que la santé mentale d'une personne est souvent un facteur important pour influencer le secteur dans lequel elle choisit de trouver un emploi. Certains secteurs attirent les travailleurs en fonction de leurs niveaux préexistants d'anxiété ou de dépression. C'est l'une des raisons pour lesquelles les personnes travaillant dans des secteurs particulièrement éprouvants sur le plan mental présenteront une différence inhérente à leur état de santé mentale par rapport aux autres travailleurs. Prenons, par exemple, le secteur des messageries. Vous pouvez imaginer que de nombreuses personnes choisissent d'être des coursiers ayant des interactions limitées avec le public, attirant ainsi des travailleurs qui peuvent être anxieux face à des inconnus. Cela attirerait également les personnes qui préfèrent un travail moins stressant comprenant une interaction quotidienne avec le public - des personnes qui pourraient être assez sociales et peu anxieuses. Dans cette situation, prendre une moyenne du niveau d'anxiété masquerait le fait qu'il existe deux groupes distincts dans ce secteur.

Il est également difficile d'examiner uniquement les diagnostics. Certains secteurs semblent attirer plus de personnes ayant un diagnostic préexistant, tandis que d'autres peuvent avoir un nombre plus élevé de personnes non diagnostiquées, ce qui indique les niveaux plus élevés de problèmes de santé mentale non diagnostiqués que nous avons observés.

En fin de compte, il faut considérer que le niveau d'anxiété et de dépression n'est pas la considération la plus importante dans ces analyses. Mesurer le point de départ, le niveau de changement et la composition modifiée des indicateurs de santé mentale permet de mieux comprendre l'équilibre de la santé mentale sur les lieux de travail et comment ou si elle a été perturbée par le début de la pandémie. Nous ne donnons pas les raisons d'une mauvaise santé mentale, mais cette analyse est simplement la composition des indicateurs de santé mentale dans chaque secteur avant COVID-19 et où ils sont maintenant. Cette approche peut nous aider à évaluer les lacunes de longue date en matière de soutien adéquat à la santé mentale des travailleurs et à identifier les secteurs qui ont été le plus gravement touchés par COVID-19, ce qui permet de cibler les interventions et la mise en œuvre des programmes.

Nous demandons que ces idées soient prises en compte lors de la discussion des résultats de notre analyse.

### Contexte

La RSMC mène un projet de sondage national sur la santé mentale des Canadiens pendant la pandémie de COVID-19. Nous sommes fiers de nous associer à Santé Canada pour recueillir, analyser et présenter ces données afin qu'elles soient librement accessibles aux intervenants de notre communauté.

Les informations contenues dans ce rapport proviennent des données recueillies dans les sondages 2 à 10 de notre série de sondages nationaux

Les informations contenues dans ce rapport proviennent des données recueillies dans les sondages 2 à 10 de notre série nationale de série de sondages nationaux en cours.

### Questions de recherche

En analysant les données de nos sondages, nous recherchons des tendances en matière de santé mentale négative par secteur professionnel. Plus précisément, nous cherchons à répondre aux questions suivantes :

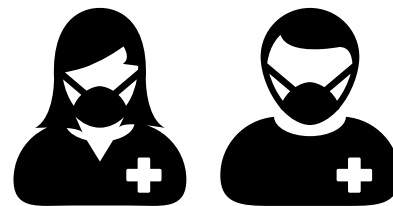


- 1** Quels sont les secteurs du lieu de travail qui ont été le plus gravement touchés par la pandémie ?
- 2** Quel secteur connaît des niveaux élevés d'anxiété et de dépression avant ou indépendamment de la pandémie ?
- 3** Quel secteur a connu le plus large éventail d'expériences ?

### Principales informations

Notre analyse de l'anxiété et de la dépression (auto-évaluée et diagnostiquée) dans tous les secteurs du monde du travail nous a permis de dégager les principales conclusions suivantes :

- 1** Le secteur des **soins de santé de première ligne** (noté comme "Soins de santé avec des patients COVID-19" dans notre sondage) connaît **les taux les plus élevés d'anxiété auto-évaluée et diagnostiquée**, à la fois avant et après COVID-19.



# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

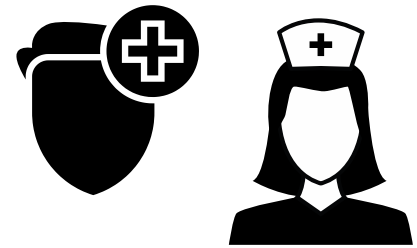
## ANALYSE PAR SECTEUR



Ce secteur a également connu **les plus fortes augmentations des niveaux d'auto-évaluation et des diagnostics d'anxiété et de dépression**. Les travailleurs de ce secteur auront besoin d'un soutien ciblé et à long terme pour faire face aux problèmes de santé mentale qu'ils rencontrent et continueront de rencontrer tout au long de la période de récupération de COVID-19.

### 2

Il existe un écart important entre les professions dans une analyse du secteur des soins de santé de première ligne : **les professionnels de la santé mentale et les infirmières connaissent les niveaux les plus élevés d'anxiété et de dépression**, qui ont été exacerbés par la pandémie.



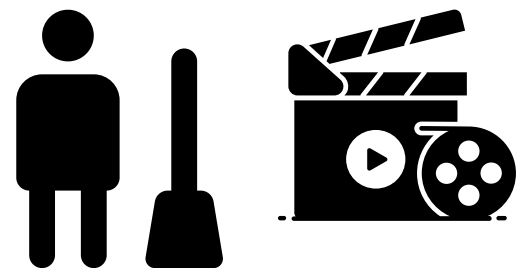
### 3

Les secteurs de **la restauration et du commerce de détail présentent également certains des niveaux les plus élevés d'anxiété et de dépression autodéclarées avant et après l'enquête COVID-19**. Cependant, **ils ne figurent pas parmi les taux les plus élevés de diagnostic**, ce qui peut être le résultat d'un accès limité aux prestations ou d'une stigmatisation dans le secteur. Nous considérons également que l'anxiété créée par l'emploi précaire est susceptible d'être différente de l'anxiété créée par la rencontre avec les vagues de patients de COVID-19.



### 4

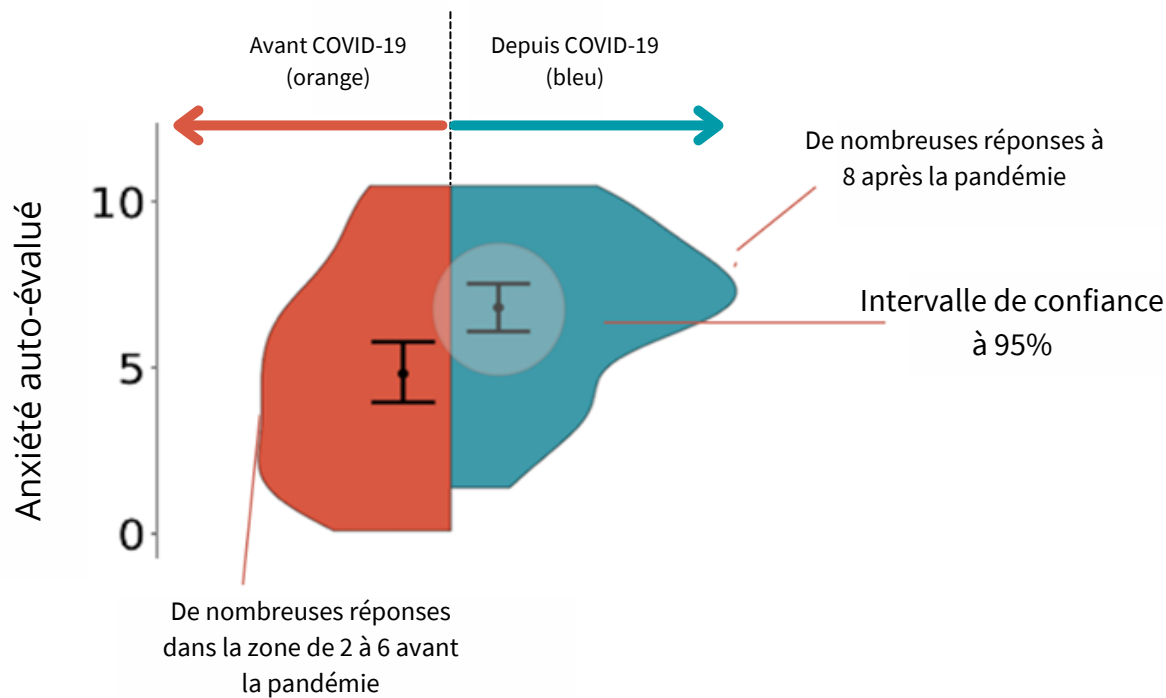
**Les secteurs " Services de conciergerie et d'entretien " et " Arts, spectacles et information " rapportent les plus hauts niveaux de diagnostic d'anxiété et de dépression avant la pandémie**, mais n'ont pas connu d'augmentation considérable depuis le début de COVID-19.



### Analyse par double graphie du violon

En utilisant un graphique à double-violon, nous pouvons représenter les réponses avant et pendant la pandémie, ainsi que l'éventail des expériences auxquelles les répondants sont confrontés aujourd'hui. L'exemple suivant illustre la manière dont un graphique en double-violon peut être interprété.

#### EXEMPLE D'UN GRAPHIQUE À DOUBLE-VIOLON



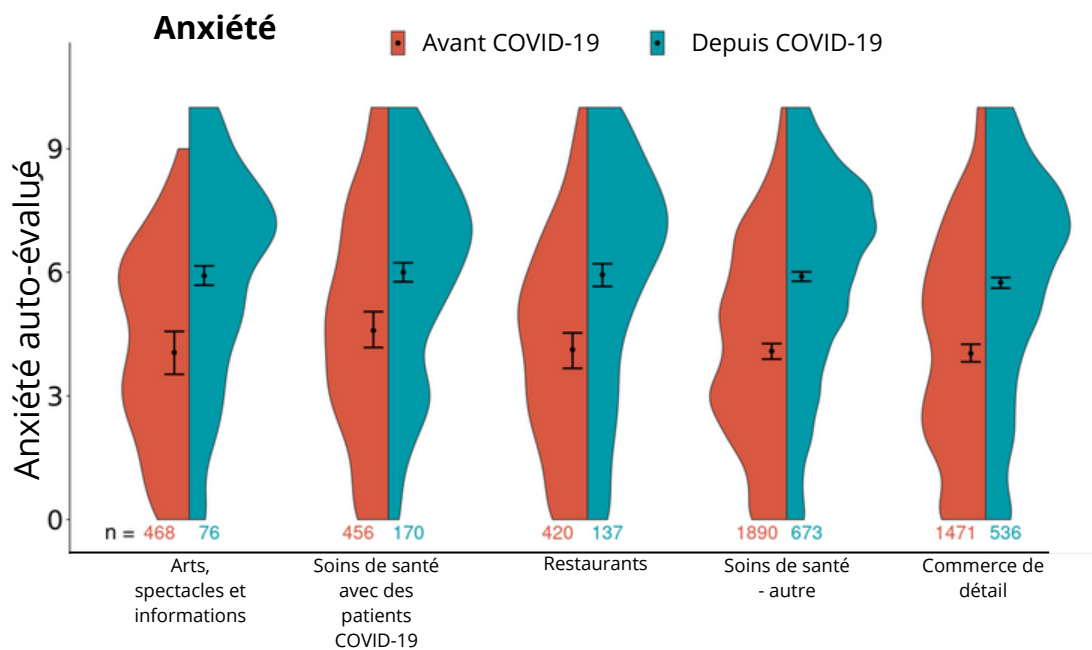
- Nous pouvons voir qu'avant la pandémie (l'image orange), la plupart des réponses se trouvaient dans la zone de score **2-6** pour l'anxiété auto-évaluée.
- Après la pandémie (l'image bleue), les niveaux d'anxiété auto-évalués sont principalement notés à **8**.
- Les barres noires au milieu représentent **l'intervalle de confiance à 95%** :
  - En termes simples, le point noir au centre de la barre verticale représente la réponse moyenne et nous sommes convaincus à 95 % que si vous sondiez l'ensemble de la population canadienne, la moyenne se situerait dans la fourchette de la barre.
  - **Plus les réponses à une question sont variées, plus la barre sera longue**, car nous pouvons être moins sûrs que votre moyenne s'applique à tous ceux qui ne font pas partie de l'échantillon.
  - En revanche, si tout le monde est d'accord avec les mêmes niveaux d'anxiété ou de dépression, vous aurez une barre très petite indiquant une confiance très élevée.
  - **Une réponse plus variée indique que plus de personnes ont des expériences différentes** - moins de variance signifie que l'expérience est plus cohérente.

### Résultats concernant l'anxiété

#### Quels sont les secteurs qui ont été le plus gravement touchés par la pandémie de COVID-19 ?

Comme le montre la figure A1 ci-dessous, **le secteur des soins de santé de première ligne** (" Soins de santé avec des patients COVID-19 ") connaît une **augmentation considérable des niveaux d'anxiété auto-évalués depuis le début de COVID-19**. Les secteurs "Restaurants", "Commerce de détail" et "Soins de santé - Autres" affichent également un passage de niveaux d'anxiété moyens (4-6 sur l'échelle d'auto-évaluation) à des niveaux d'anxiété élevés (7-10 sur l'échelle d'auto-évaluation).

FIGURE A1. ANXIÉTÉ AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (1/4)



#### Quel secteur connaît des niveaux élevés d'anxiété et de dépression avant ou indépendamment de la pandémie ?

**Les travailleurs de la santé de première ligne connaissaient des niveaux d'anxiété élevés par rapport aux autres secteurs avant la pandémie**, mais ils ont considérablement augmenté depuis COVID-19. Cette tendance est également observée dans les secteurs " Soins de santé - autres " (figure A1), " Commerce de détail " (figure A1), " Gouvernement " (figure A2) et " Restaurants " (figure A1), où l'anxiété est élevée tant avant qu'après COVID-19.

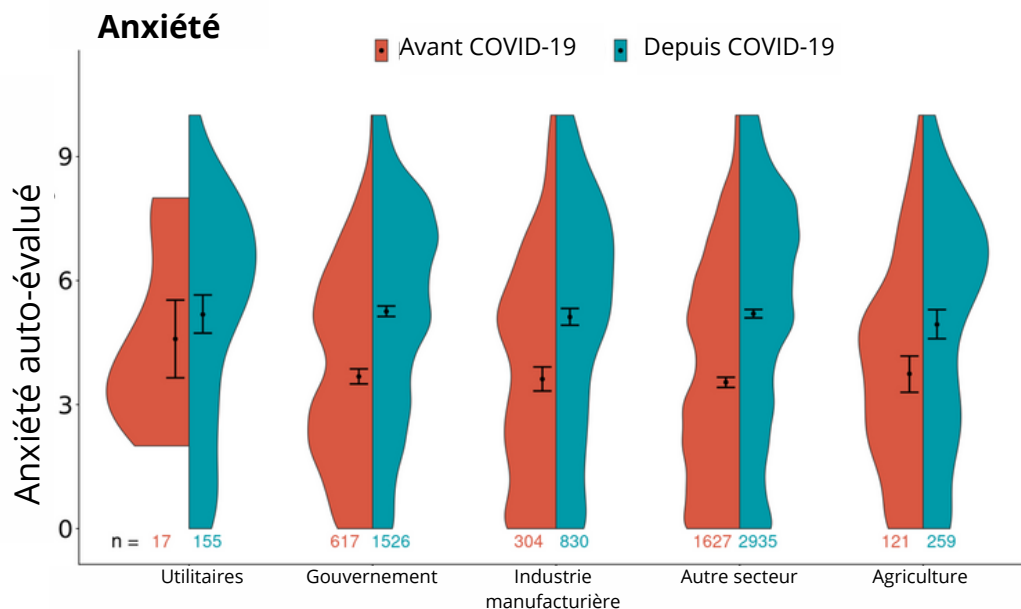
On peut constater que les secteurs où les travailleurs sont fortement touchés par la pandémie sont les mêmes que ceux qui ont connu des niveaux d'anxiété auto-évalués relativement plus élevés avant la pandémie également.

Il est important de noter qu'il s'agit d'échelles d'auto-évaluation, et que la sous-déclaration peut être particulièrement répandue dans certains secteurs qui valorisent traditionnellement la résilience, comme " Police, pompiers, ambulanciers " (figure A3).

# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

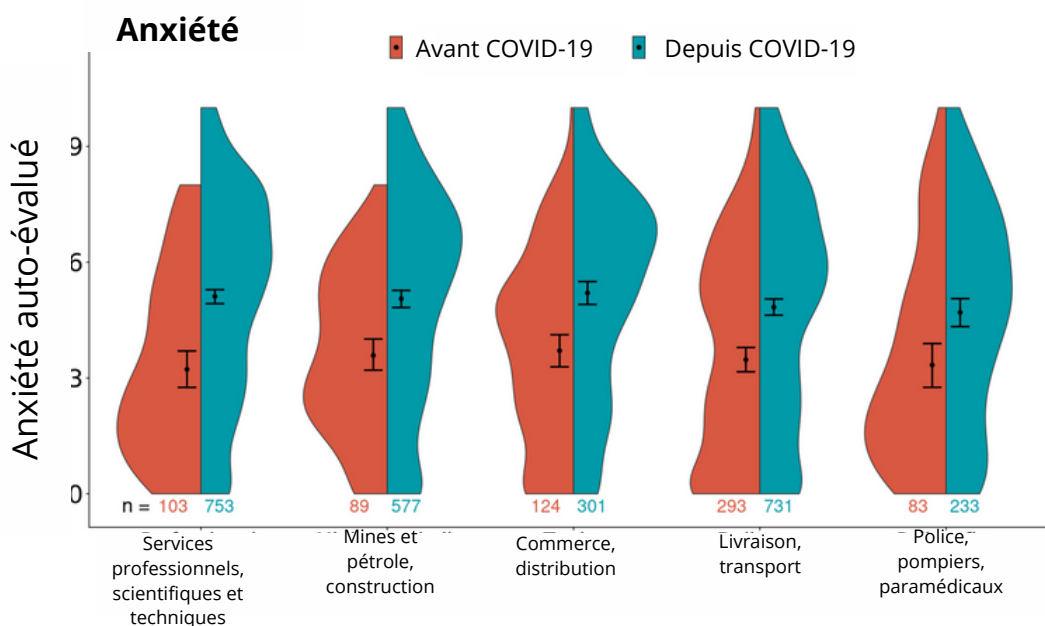
FIGURE A2. ANXIÉTÉ AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (2/4)



**Quel secteur a connu le plus large éventail d'expériences pendant la pandémie de COVID-19 ?**

Les expériences des travailleurs en matière de santé mentale ne dépendent pas entièrement du secteur lui-même ; des facteurs tels que la gestion, l'emplacement et les problèmes de santé mentale préexistants peuvent contribuer à l'augmentation des niveaux d'anxiété et de dépression auto-évalués, ou à leur absence. Cela est clairement démontré dans le secteur "**Livraison, transport**" (Figure A3), ainsi que dans les secteurs "**Restaurants**" (Figure A1) et "**Services publics**" (Figure A2).

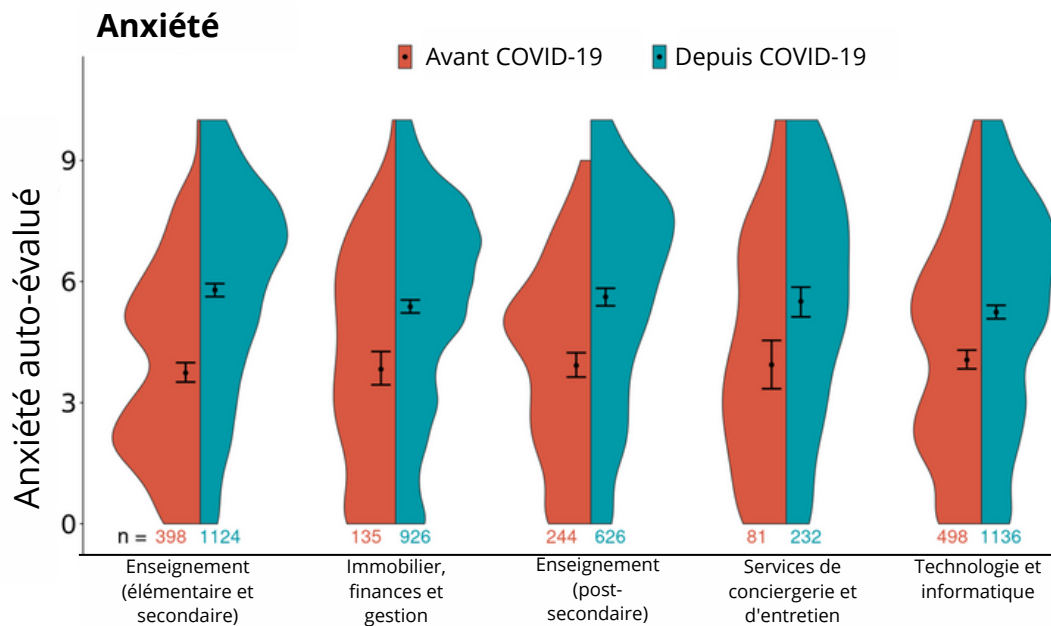
FIGURE A3. ANXIÉTÉ AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (3/4)



# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

FIGURE A4. ANXIÉTÉ AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (4/4)

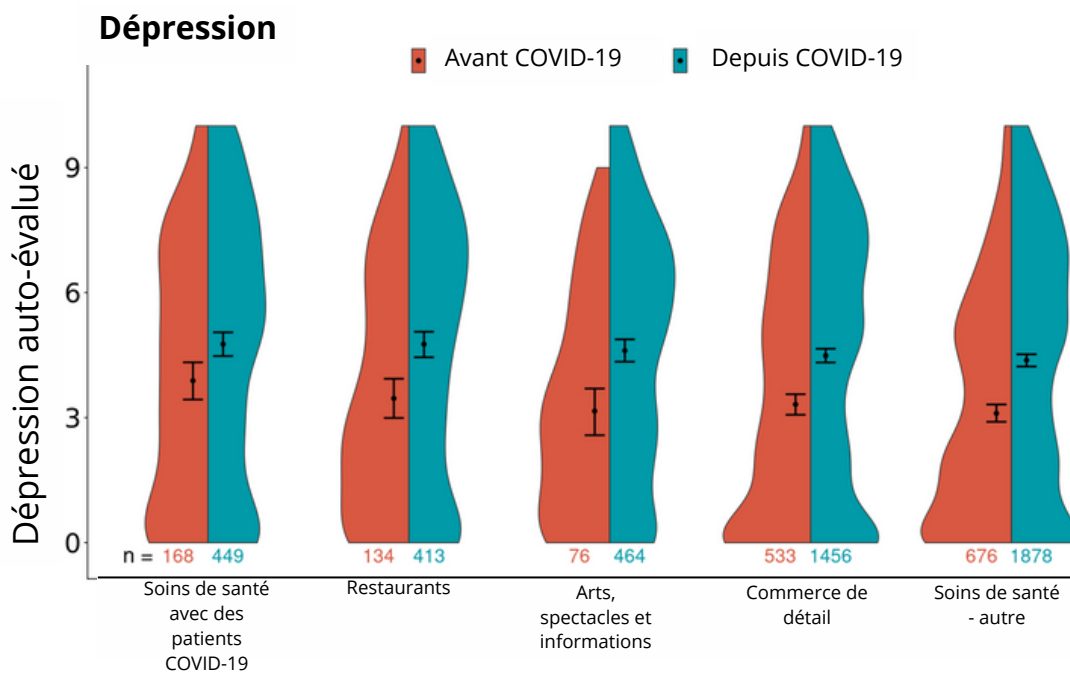


## Résultats concernant la dépression

**Quels sont les secteurs qui ont été le plus gravement touchés par la pandémie de COVID-19 ?**

Comme le montrent les figures B1 à B6, bien que la dépression auto-évaluée ait augmenté dans tous les secteurs, **il n'y a pas d'augmentation considérable dans un secteur en particulier. La réponse moyenne reste comprise entre 4 et 6 sur l'échelle d'auto-évaluation pour tous les secteurs.**

FIGURE B1. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (1/6)



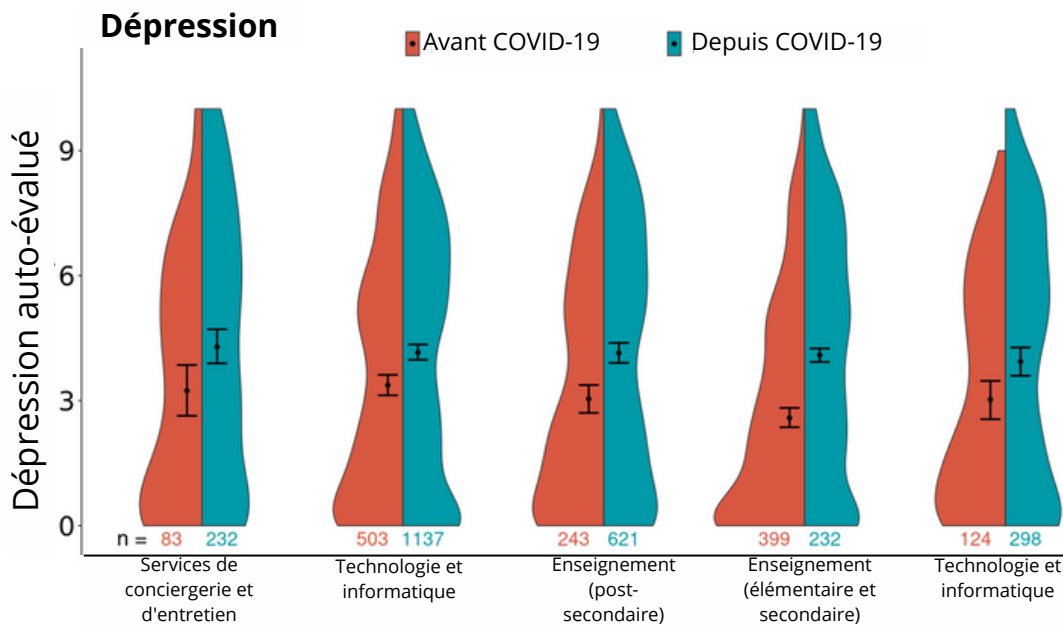
# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

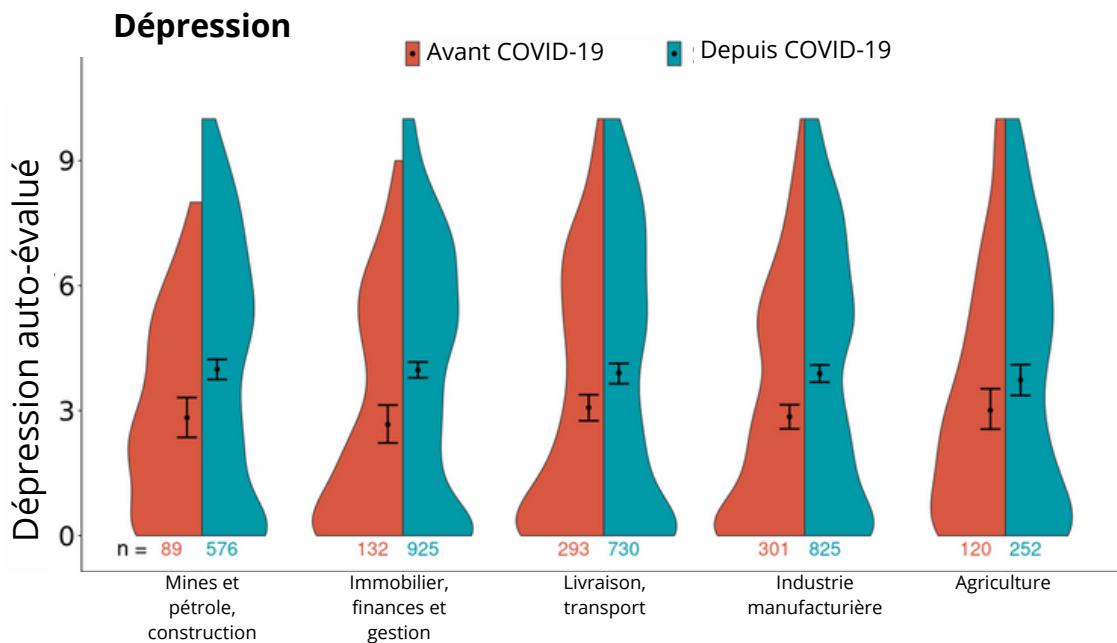
### Quel secteur connaît des niveaux élevés d'anxiété et de dépression avant ou indépendamment de la pandémie ?

Tout comme les niveaux d'anxiété auto-évalués, **les travailleurs de la santé de première ligne (" Soins de santé - Autres ") ont connu des niveaux plus élevés de dépression auto-évaluée**, par rapport aux autres secteurs avant la pandémie (Figure B1).

**FIGURE B2. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (2/6)**



**FIGURE B3. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (3/6)**





# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

FIGURE B4. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (4/6)

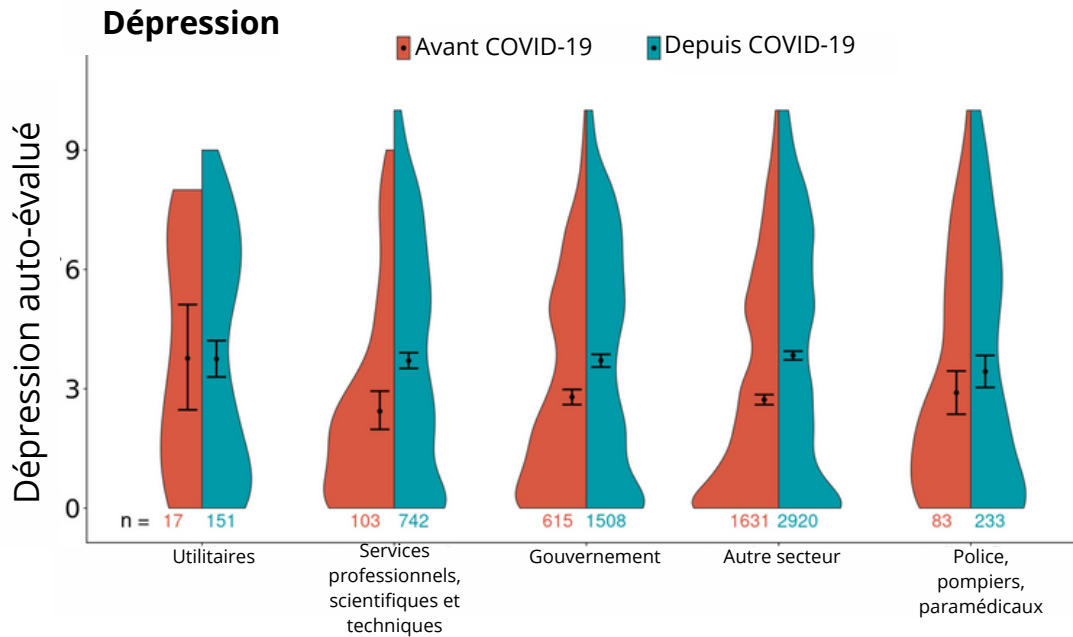
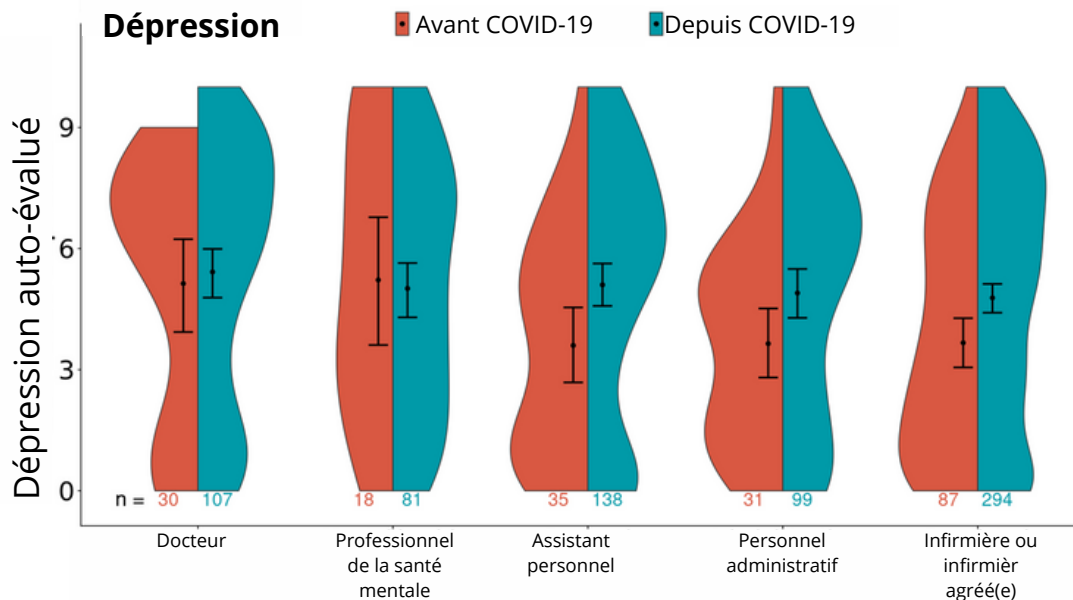


FIGURE B5. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (5/6)



### Quel secteur a connu le plus large éventail d'expériences pendant la pandémie de COVID-19 ?

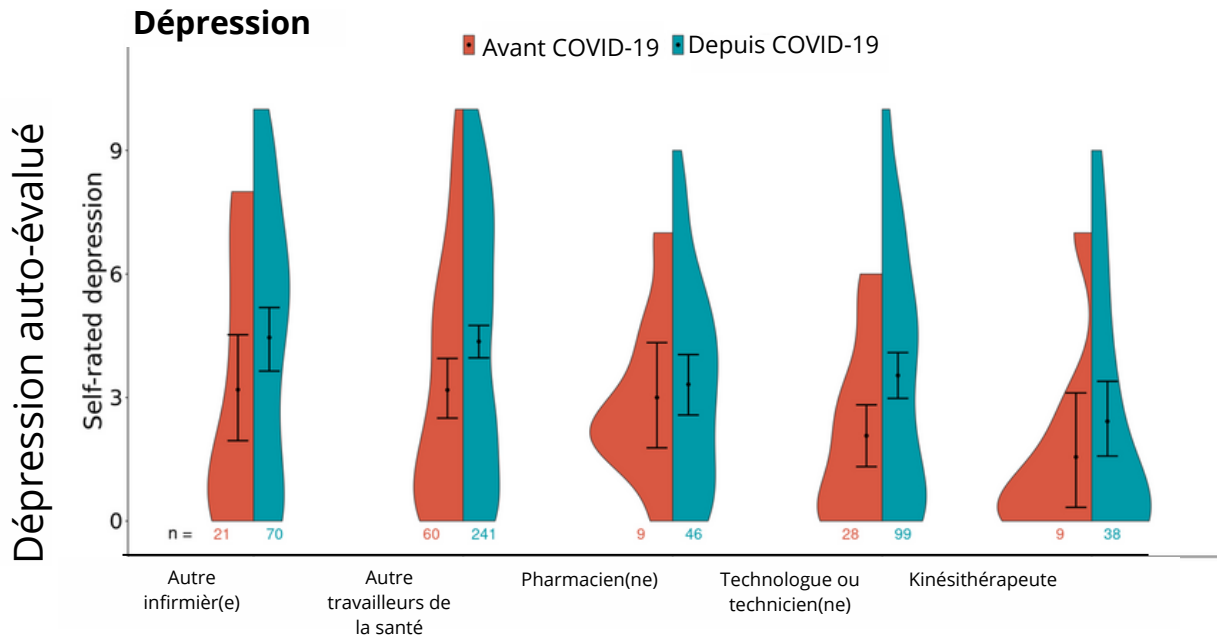
Les figures B5 et B6 montrent les niveaux de dépression auto-évalués dans divers secteurs de soins de santé de première ligne. **Il est évident que les niveaux de dépression auto-évalués varient considérablement entre les secteurs de soins de santé de première ligne**, tant avant qu'après l'épisode COVID-19. Par exemple, les " **pharmaciens** " (figure B6) **ont connu des niveaux de dépression relativement faibles avant le début de la pandémie et actuellement**. Bien que la moyenne montre un éventail d'expériences assez large, elles se situent généralement dans la fourchette faible à moyen-faible et ont connu un changement significatif grâce à COVID-19.

# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

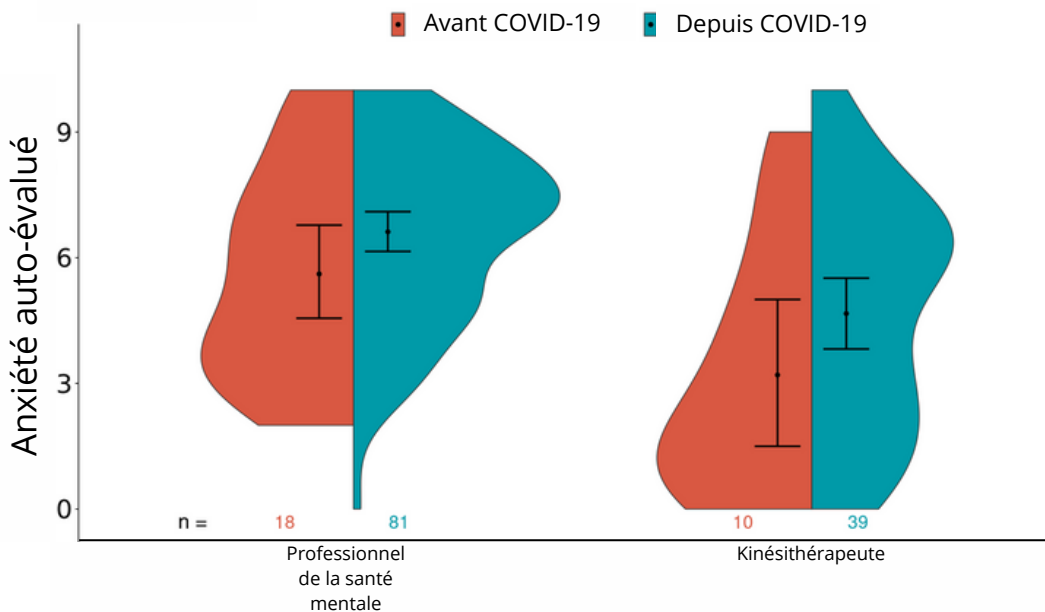
En comparaison, les **"infirmiers agréés"** (figure B5) et les **"autres infirmiers"** (figure B6) signalent des **niveaux élevés de dépression, de moyen-faible à moyen**. La variance de l'expérience est beaucoup plus faible, ce qui signifie un changement plus collectif des niveaux de dépression auto-évalués.

**FIGURE B6. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉE AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (6/6)**



La figure C1, ci-dessous, montre à quel point les expériences de deux secteurs peuvent différer.

**FIGURE C1. EXEMPLE D'ANXIÉTÉ AUTO-ÉVALUÉE AVANT ET APRÈS COVID-19 POUR LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ MENTALE PAR RAPPORT AUX KINÉSITHÉRAPEUTES**

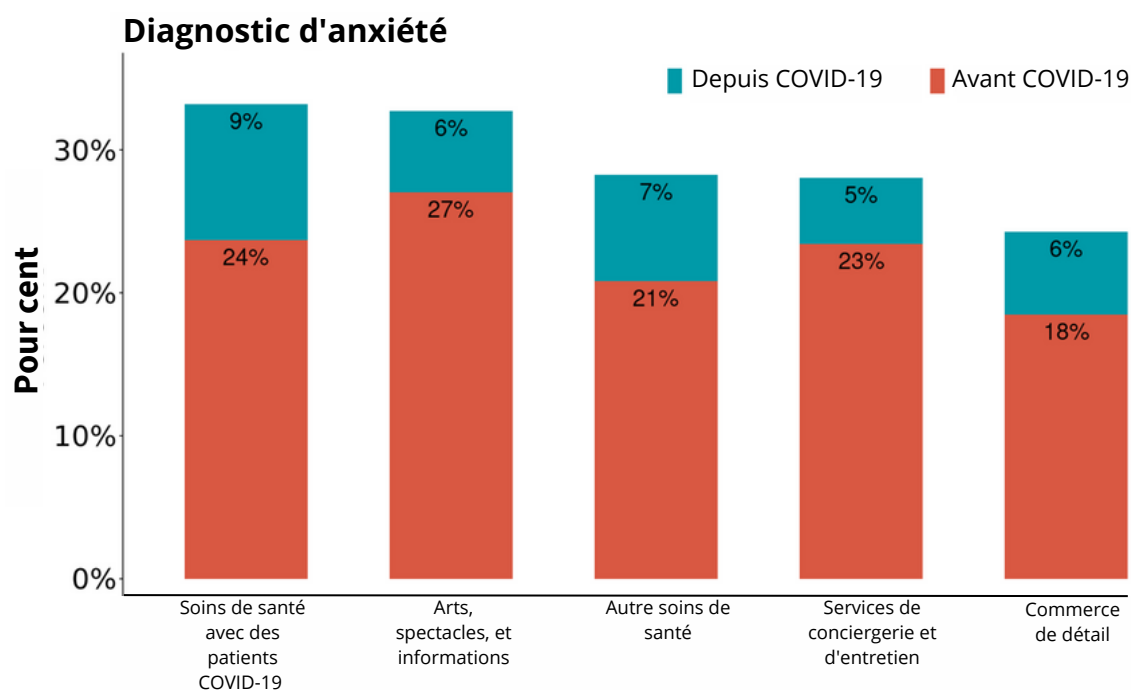


### Diagnostic des troubles de l'humeur avant et après COVID-19

Les figures D1 à D4 ci-dessous présentent une comparaison des **diagnostics d'anxiété et de dépression avant et après COVID-19**. Cette analyse nous aide à mieux comprendre les effets à long terme des niveaux élevés d'anxiété et de dépression.

Il est important de noter que tous les répondants n'ont pas le même accès à un soutien professionnel en santé mentale pour pouvoir recevoir un diagnostic. Ceci étant dit, une analyse de l'accès aux prestations par rapport à l'accès limité ou nul aux prestations n'a pas donné lieu à des disparités significatives dans les niveaux de diagnostics.

**FIGURE D1. DIAGNOSTIC D'ANXIÉTÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (1/4)**



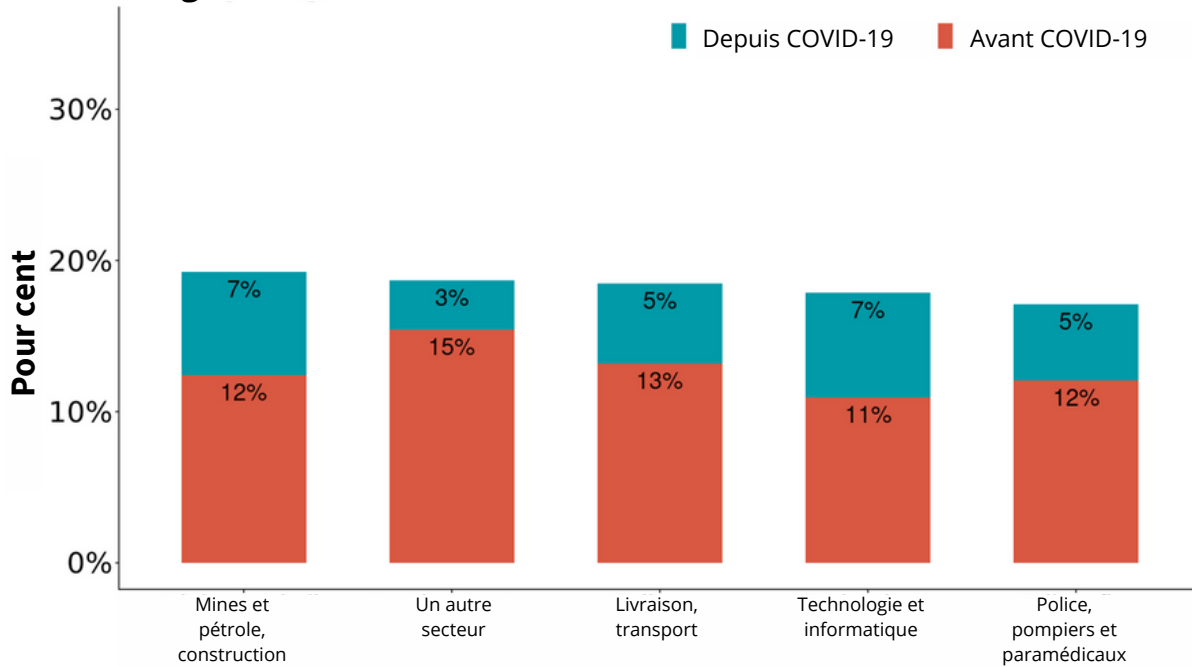
Comme le montre la figure D1 ci-dessus, les secteurs **"Arts, divertissements et information"** et les **soins de santé de première ligne ("Soins de santé avec des patients COVID-19")** ont enregistré les **plus hauts niveaux de diagnostics d'anxiété avant COVID-19**, soit 27% et 24% respectivement. Alors que le secteur "Arts, divertissement et information" n'a pas connu une augmentation significative des diagnostics (6%), le secteur **"Soins de santé avec des patients COVID-19" a connu une augmentation considérable des diagnostics d'anxiété depuis COVID-19 (9%)**. Dans notre rapport Sondage 7, nous avons noté que les diagnostics d'anxiété des travailleurs de santé de première ligne avaient connu une augmentation considérable des diagnostics d'anxiété ; les résultats de cette analyse sont cohérents avec cette constatation.

Les faibles niveaux de diagnostic des professions mentalement éprouvantes telles que la police, les pompiers et le personnel paramédical (12% avant COVID-19 et 5% après COVID-19), pourraient être dus à de faibles niveaux d'accès aux soins plutôt qu'à de faibles niveaux de besoins (voir la figure D2 ci-dessous).

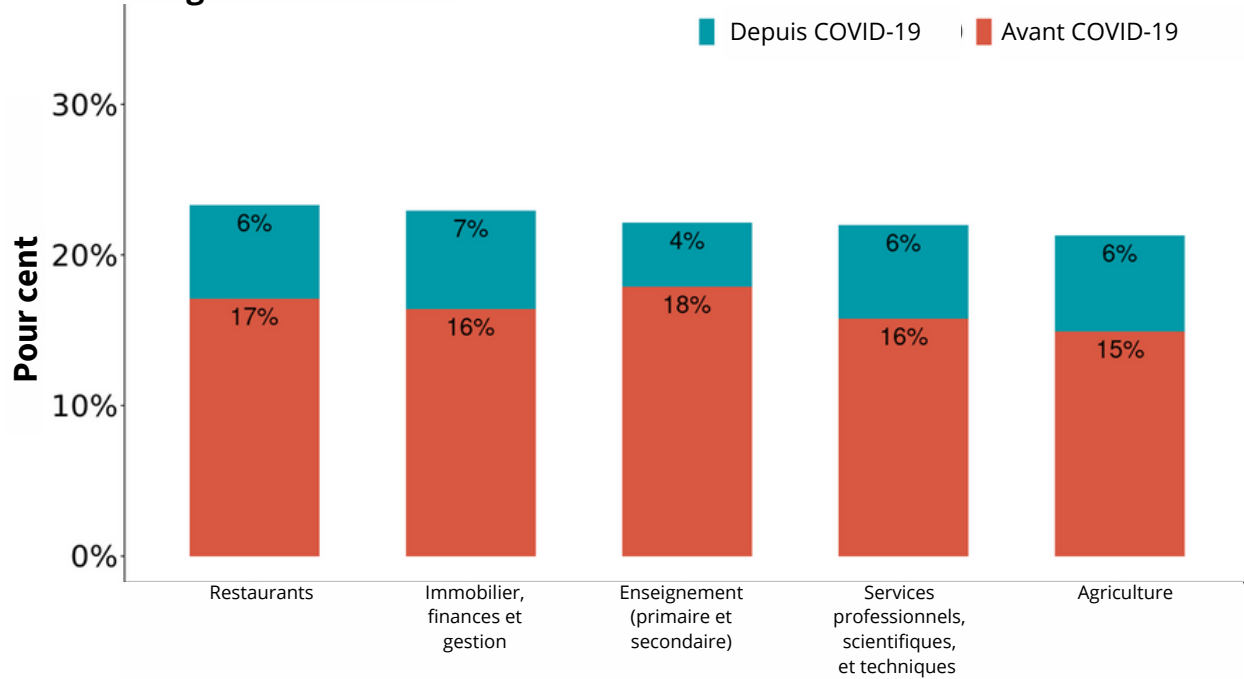
# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

**FIGURE D2. DIAGNOSTIC D'ANXIÉTÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (2/4)**  
**Diagnostic d'anxiété**



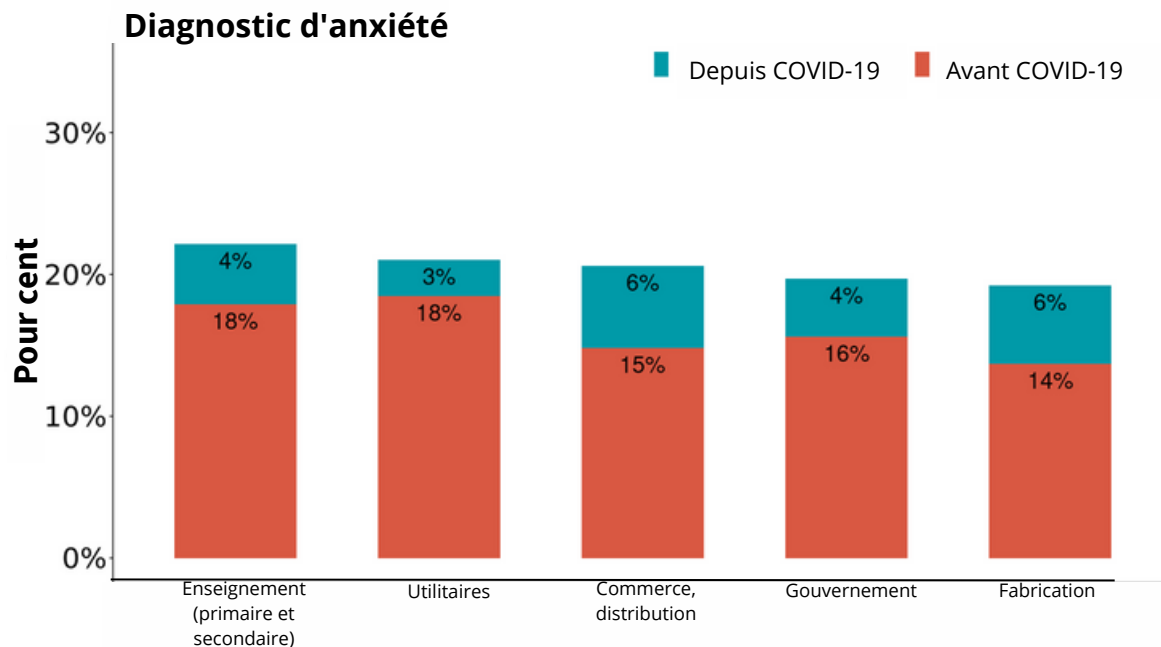
**FIGURE D3. DIAGNOSTIC D'ANXIÉTÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (3/4)**  
**Diagnostic d'anxiété**



# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

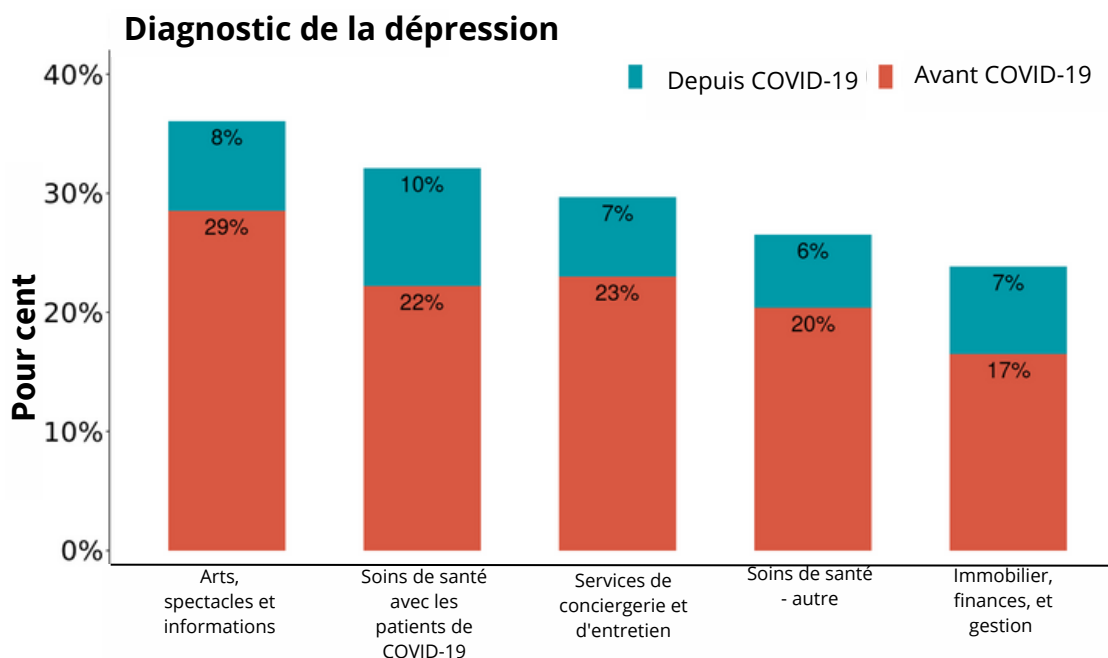
## ANALYSE PAR SECTEUR

FIGURE D4. DIAGNOSTIC D'ANXIÉTÉ AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (4/4)



Les figures E1 à E4 ci-dessous montrent le diagnostic de dépression avant et depuis la pandémie de COVID-19 dans les différents secteurs. **Avant la pandémie, les secteurs affichant les taux les plus élevés de diagnostic de dépression étaient ceux des " Arts, spectacles et information " (29 %),** suivis des **soins de santé de première ligne (" Soins de santé avec des patients COVID-19 ") (22 %)** et des **" Services d'entretien et de maintenance " (23 %)**. Comme pour les diagnostics d'anxiété, le secteur des soins de santé de première ligne a connu une augmentation considérable ; davantage de répondants de ce secteur déclarent maintenant un diagnostic professionnel de dépression, ce qui entraîne une augmentation de 10 % depuis le début de la pandémie.

FIGURE E1. DIAGNOSTIC DE LA DÉPRESSION AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (1/4)



# ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

## ANALYSE PAR SECTEUR

FIGURE E2. DIAGNOSTIC DE LA DÉPRESSION AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (2/4)

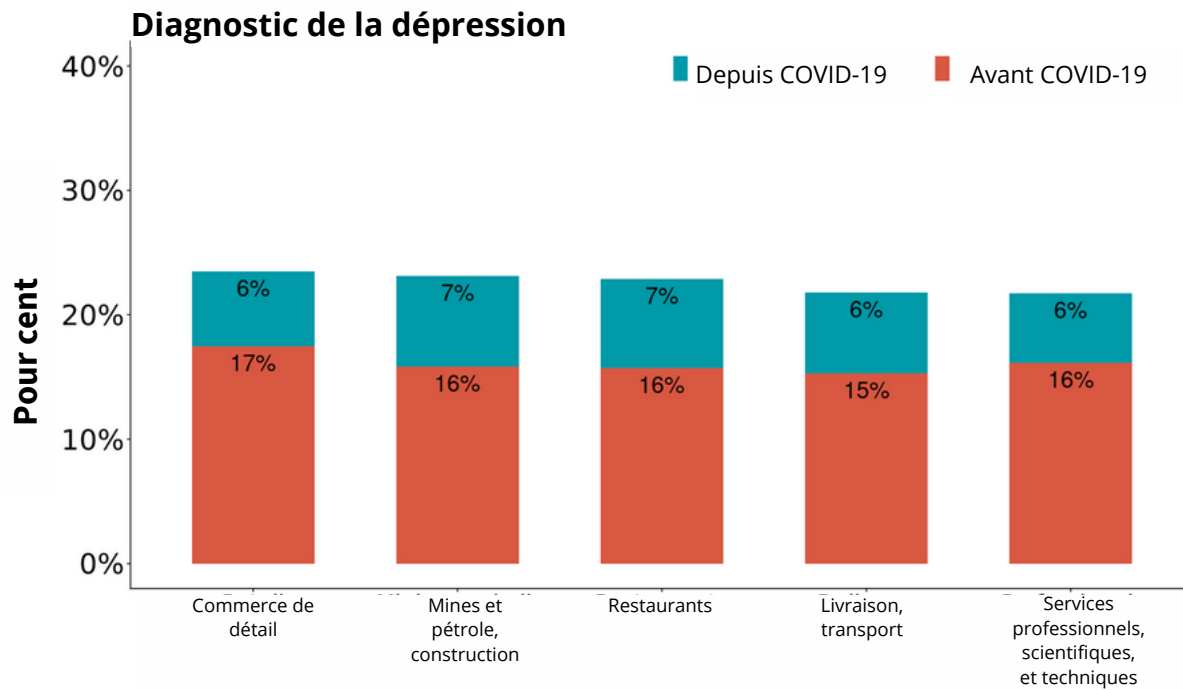


FIGURE E3. DIAGNOSTIC DE LA DÉPRESSION AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (3/4)

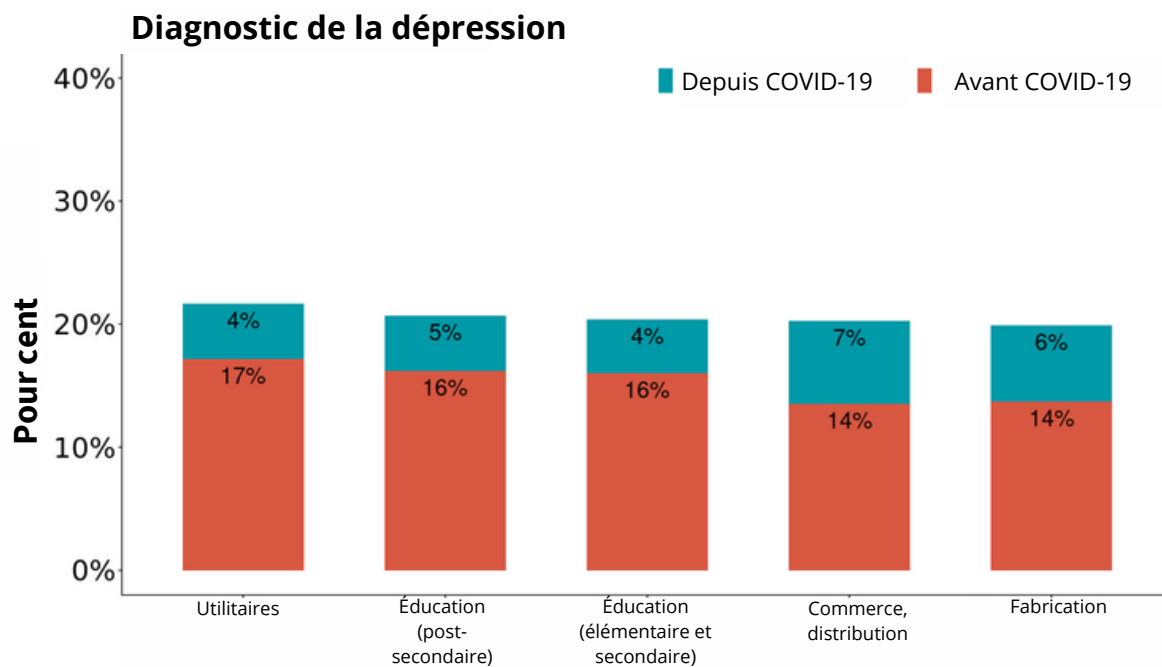
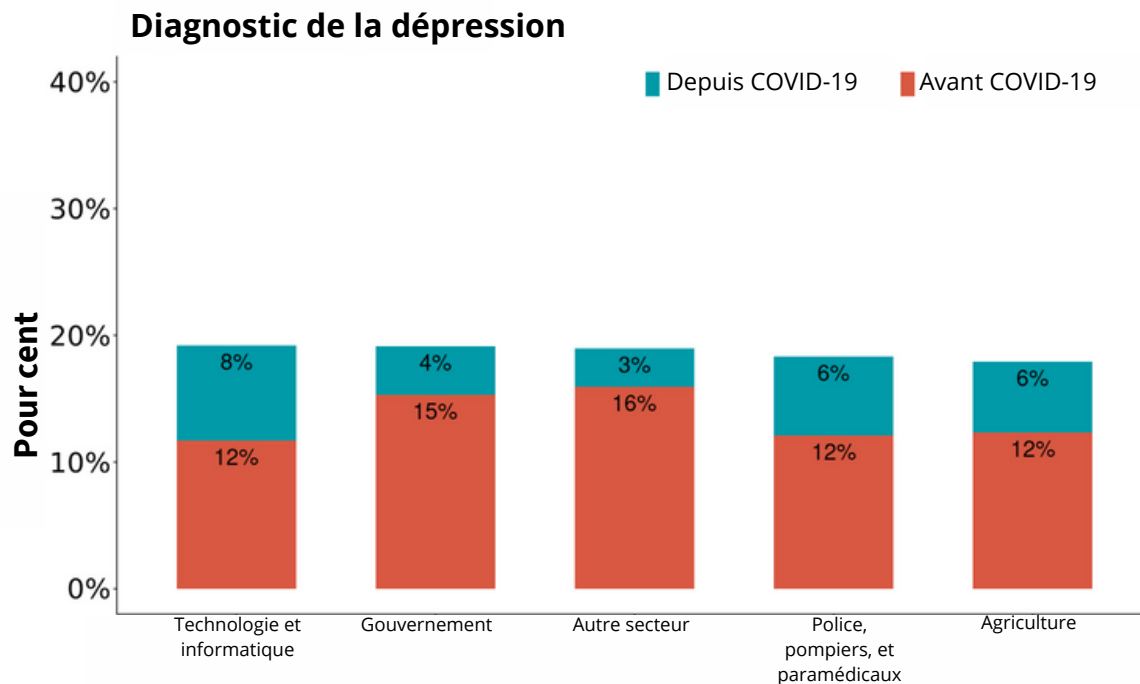


FIGURE E4. DIAGNOSTIC DE LA DÉPRESSION AVANT ET APRÈS COVID-19 PAR SECTEUR (4/4)



Merci à Pollara Strategic Insights pour son partenariat continu dans notre projet de sondage national, évaluant l'impact de COVID-19 sur la santé mentale des Canadiens. Les rapports complets de nos résultats sont disponibles sur le site [www.mhrc-rsmc.ca](http://www.mhrc-rsmc.ca).

**Analyse des données : Gustavo Betini - Université de Waterloo, doctorant**

**Préparé par : Brittany Saab - RSMC, Coordinatrice nationale de l'engagement des parties prenantes et Fatima Haider - RSMC, Coordinatrice de la mobilisation des connaissances et du soutien aux projets**

**Conseiller : Michael Cooper - RSMC, Vice-président**

Pour de plus amples renseignements sur le projet de sondage national de la RSMC intitulé "L'impact de COVID-19 sur la santé mentale des Canadiens", veuillez contacter **Brittany Saab** à [bsaab@mhrc.ca](mailto:bsaab@mhrc.ca).