

La COVID-19 a eu de graves séquelles sur la santé mentale des travailleurs de la santé.



Des circonstances nouvelles et sans précédent créées par la COVID-19 se sont traduites par des taux élevés de dépression ^{1,2} d'anxiété ^{1,2}, et de préjudice moral ^{3,4} chez les travailleurs de la santé.

Nous avons communiqué avec des travailleurs de la santé de partout au Canada afin de mieux comprendre les types de situations qu'ils vivent pendant la pandémie et qui contribuent à leur stress mental. Nos constatations préliminaires se trouvent à la page suivante.



1. Lai, J., Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, Wu J, Du H, Chen T, Li R, Tan H, Kang L, Yao L, Huang M, Wang H, Wang G, Liu Z, Hu S. (2019) Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease. *JAMA*, 2;3(3). (2020) doi : 10.1001/jamanetworkopen.2020.3976. PMID : 32202646; PMCID : PMC7090843.
2. Shechter, A., Diaz, F., Moise, N., Anstey, D. E., Ye, S., Agarwal, S., Birk, J. L., Brodie, D., Cannone, D. E., Chang, B., Claassen, J., Cornelius, T., Derby, L., Dong, M., Givens, R. C., Hochman, B., Homma, S., Kronish, I. M., Lee, S., Manzano, W., ... Abdalla, M. (2020) Psychological distress, coping behaviors, and preferences for support among New York healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *General hospital psychiatry*, 66, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2020.06.007>
3. Litam, S. et Balkin, R. S. Moral Injury in Health-Care Workers (2020) During COVID-19 Pandemic. *Traumatology*, 27, no 1, 14-19. <https://doi.org/10.1037/trm0000290>
4. Phoenix Australia – Centre for Posttraumatic Mental Health and the Canadian Centre of Excellence – PTSD (2020) Moral Stress Amongst Healthcare Workers During COVID-19: A Guide to Moral Injury = Détresse morale chez les travailleurs de la santé durant la pandémie de COVID-19 : Guide sur les préjudices moraux. ISBN en ligne : 978-0-646-82024-8.

10 principaux facteurs de stress liés à la COVID-19 ayant un effet sur les travailleurs de la santé.

- 1 L'exposition répétée à la souffrance prolongée des patients ayant la COVID-19 et aux soins sans effet qu'on leur prodigue. L'exposition à un nombre accru de décès, notamment chez les individus plus jeunes, non vaccinés et autrement en bonne santé.
- 2 Les décès de personnes sans famille. Assumer le rôle de la famille chez les personnes en fin de vie. Ne pas avoir le temps de faire le deuil de ces décès.
- 3 Surmenage et épuisement professionnel accompagnés du sentiment de ne pas mériter de temps libre et de repos.
- 4 Peur d'attraper la COVID-19, mais surtout de la transmettre aux membres de sa famille et à d'autres personnes.
- 5 Perturbations dans la vie de famille en raison du nombre plus élevé d'heures de travail et de l'obligation de vivre à part pour des raisons de sécurité.
- 6 Perception d'être déployé de façon inéquitable et obligatoire aux unités de traitement de la COVID-19.
- 7 Perception d'un manque de compréhension de la part de son employeur, de soutien et de ressources adéquates qui s'aggrave alors que la pandémie se poursuit.
- 8 L'application des politiques d'interdiction des visiteurs dans les hôpitaux et les organisations de soins de santé ainsi que les préoccupations concernant les risques liés à la présence de visiteurs.
- 9 Peur de traumatiser les personnes autres que les travailleurs de la santé en parlant de ses propres expériences. Vivre dans un monde différent de celui des personnes autres que des travailleurs de la santé et se sentir incompris.
- 10 Perte de stratégies d'adaptation normales à la suite de la fermeture des centres de conditionnement physique et de l'interdiction d'occasions de socialisation avec les pairs et les membres de la famille.

Bien que ces constatations soient préliminaires, ces résultats soulignent la nécessité de mettre des ressources et des soutiens adéquats à la disposition des travailleurs de la santé qui subissent des facteurs de stress liés à la COVID-19. Nous poursuivons actuellement nos recherches afin de trouver des moyens pour venir en aide à ces personnes.



Si vous êtes un travailleur de la santé et que vous voulez prendre part à notre étude, veuillez envoyer un [courriel](#), ou scannez le code QR pour notre sondage en ligne.

