

La santé mentale des technologues en radiation médicale au Canada

SONDAGE 2021



Association canadienne des technologues en radiation médicale

Table des matières

Sommaire	2
Contexte	4
Objet.....	5
Méthodologie	5
Structure du sondage.....	6
Participants.....	6
Résultats	7
Taille de l'échantillon.....	8
Données démographiques	8
Qualité de vie au travail.....	12
Santé mentale et bien-être.....	14
Problèmes de santé mentale	16
Maladie mentale.....	17
Conclusion	18

Sommaire

Contexte : La recherche indique que les technologues en radiation médicale (TRM) sont soumis à un stress chronique au travail qui peut être épuisant sur le plan émotionnel et contribuer à l'épuisement professionnel et à une mauvaise santé mentale et physique. Les preuves suggèrent qu'il y a un silence autour des problèmes de santé mentale et que des stigmates existent au sein de la communauté des TRM. Cela est particulièrement important dans le contexte de COVID-19, puisque les TRM peuvent connaître des niveaux plus élevés d'épuisement professionnel, des pénuries de personnel, un manque d'équipement de protection individuelle, un redéploiement inattendu et un manque de ressources suffisantes pour répondre à ces préoccupations sur le plan individuel et organisationnel. Il n'existe actuellement aucune étude à grande échelle sur la santé mentale qui examine l'état actuel et historique de la santé mentale des TRM au Canada.

Objectif : Cette étude a utilisé l'Enquête nationale sur la santé mentale de 2021 pour évaluer la santé mentale actuelle des TRM au Canada dans le contexte de leur travail pendant la pandémie de COVID-19 et l'a comparée aux résultats de référence obtenus en 2018. Plus précisément, l'étude avait pour but de :

- déterminer le niveau de stress, d'épuisement professionnel, de problèmes de santé mentale et de détresse psychologique au sein de la profession (spectre de la santé mentale) ;
- déterminer le niveau global de satisfaction professionnelle et la qualité de vie au travail ; et
- identifier toute relation entre les caractéristiques du lieu de travail et les indicateurs de santé mentale.

Méthodologie : L'enquête quantitative en ligne était disponible en français et en anglais pour environ 12 000 membres de l'ACTRM en 2018 et 2021. L'enquête a été diffusée par courriel et par affichage sur les médias sociaux à chaque point temporel. La première partie de l'enquête portait sur les caractéristiques démographiques. La deuxième partie, plus importante, portait sur la mesure de la prévalence, du degré de gravité et des types de problèmes de santé mentale au sein de la population des TRM.

Résultats : Bien que les taux de participation aux enquêtes de 2018 et 2021 aient été différents (peut-être en raison de la pandémie de coronavirus), une tendance constante à la diminution de la qualité de vie au travail et à l'augmentation des problèmes de santé mentale a été constatée pour la majorité des indicateurs. Les données de 2021 ont également révélé l'impact de la pandémie sur les TRM, qui a entraîné un fardeau supplémentaire, notamment :

- une augmentation significative de la charge de travail ;
- un manque de confiance dans la gestion et la sécurité des travailleurs ;
- augmentation significative de l'épuisement des TRM dans les trois domaines (augmentation de l'épuisement émotionnel, dépersonnalisation et diminution du sentiment d'accomplissement personnel) ;
- une baisse de la santé mentale en raison d'une augmentation de l'anxiété et de la dépression, et une diminution de la capacité à contrôler les comportements ;

- une augmentation significative des TRM présentant des signes de maladie mentale grave.

Il convient de noter que ces observations sont conformes à la littérature étudiant d'autres professions de santé travaillant directement avec les patients pendant la pandémie.

Conclusion : Bien que la société reconnaisse que les TRM jouent un rôle essentiel dans les soins de santé, il existe un manque de compréhension des répercussions de ces rôles sur les personnes elles-mêmes. La recherche examine depuis longtemps les difficultés physiques et les problèmes de sécurité au sein de la profession de TRM, mais ce n'est que récemment que les données émergentes sur la santé mentale ont commencé à mettre en lumière ce fardeau. Les TRM ont ouvertement discuté de ces fardeaux dans un petit nombre d'articles révisés par des pairs, en partie, peut-être, en raison de la stigmatisation entourant la santé mentale.

Les données de nos deux enquêtes (2018 et 2021) fournissent un échantillonnage intéressant des TRM, avant et pendant une pandémie. Même avant la pandémie, il a été constaté que les TRM présentaient de nombreux signes de surmenage, de lieu de travail, de stress et d'épuisement professionnel. Le déclin de presque toutes les mesures étudiées soulève certaines alarmes quant à l'état de la santé mentale dans la profession de TRM.

Dans l'ensemble, nous croyons que les données rapportées ici mettent en évidence une situation insoutenable tant pour les professionnels eux-mêmes que pour le système qui dépend si fortement d'eux.

L'ACTRM espère que ces données permettront une plus grande sensibilisation à ces questions importantes, afin que les personnes confrontées à des problèmes de santé mentale puissent recevoir le soutien qu'elles méritent, et que les stratégies élaborées pour se remettre de cette pandémie tiennent compte du fardeau de la santé mentale sur les professionnels comme les TRM qui sont à la base du système de soins de santé.

Contexte

La recherche indique que les technologues en radiation médicale (TRM) sont soumis à un stress chronique en milieu de travail qui peut être émotionnellement épuisant et contribuer à l'épuisement professionnel et à une mauvaise santé mentale et physique.¹⁻⁸ Dans une enquête nationale sur la santé mentale entreprise par l'Association canadienne des technologues en radiation médicale (ACTRM) et ses partenaires en 2018, des niveaux élevés d'épuisement émotionnel ont été ressentis par plus de 36 % des TRM.⁹

Il est généralement admis que des périodes prolongées d'épuisement professionnel et de mauvaise santé mentale peuvent avoir des répercussions négatives sur les travailleurs de la santé, sur les soins aux patients et sur le système de santé lui-même.^{7,18-21} Les personnes souffrant d'épuisement professionnel peuvent souffrir de dépression, d'anxiété, de prise de poids, d'abus de médicaments, de maux de tête, de sautes d'humeur, d'insomnie, de tension musculaire, d'hypertension, de troubles gastro-intestinaux ou d'épisodes de grippe, et même se suicider.^{1,10-12} L'épuisement professionnel chez les TRM peut également entraîner une diminution de la qualité des soins aux patients et augmenter potentiellement la probabilité d'incidents critiques en raison d'un manque de respect des directives de pratique ou des politiques et procédures, d'erreurs de communication, d'erreurs médicales, de mauvais résultats pour les patients et de problèmes associés à d'autres mesures de sécurité.¹³⁻¹⁶ L'épuisement professionnel des employés a également des répercussions sur l'organisation, notamment un absentéisme accru, l'intention des employés de quitter l'organisation, une faible satisfaction au travail et un faible niveau d'engagement des employés envers l'organisation, une productivité réduite et une augmentation des dépenses médicales et des demandes d'indemnisation.^{1,17}

Certains aspects du travail lié à la technologie de la radiation médicale peuvent contribuer à une mauvaise santé mentale. La littérature identifie des facteurs contributifs tels que le stress inhérent aux rôles en contact avec les patients qui s'occupent des personnes malades et blessées,¹⁷ le travail dans des domaines émotionnels difficiles tels que les soins palliatifs¹ et les services d'urgence, l'introduction de nouvelles

technologies,^{1,2,6} et le contrôle externe accru sur les organisations et les services de soins de santé.¹⁷ Les TRM peuvent également éprouver des difficultés au niveau de leur santé mentale en raison de facteurs organisationnels tels que l'absence de progression de carrière,²² une mauvaise gestion,²² et de mauvaises conditions de travail.^{2,23,24} Les mauvaises conditions de travail comprennent les pénuries de personnel, l'augmentation de la charge de travail, les défis interpersonnels, les progrès technologiques non soutenus et les demandes déraisonnables.^{2,23,24} Lors des discussions avec les membres de l'ACTRM et les intervenants, il a été noté que la charge de travail s'est alourdie pendant la pandémie, notamment par l'ajout de protocoles de nettoyage améliorés et d'exigences de distanciation sociale. Les discussions avec les membres de l'ACTRM, les

L'ACTRM a publié en 2021 un énoncé de position intitulé Réduire l'incidence de l'épuisement professionnel chez les TRM

intervenants et le groupe de travail sur la santé mentale de l'ACTRM ont clairement montré que les TRM ont des problèmes de santé mentale en milieu de travail.¹

Il faudra davantage de recherches sur la santé mentale de cette population professionnelle afin de répondre adéquatement à ses préoccupations en matière de santé mentale. Les données suggèrent que le silence et la stigmatisation en matière de santé mentale sont actifs au sein de la communauté des TRM.²⁵ Ceci est particulièrement important dans le contexte de COVID-19, où les TRM peuvent connaître des niveaux plus élevés d'épuisement professionnel, de pénurie de personnel, de manque d'équipement de protection individuelle, de redéploiement inattendu et de manque de ressources pour répondre à ces préoccupations sur le plan individuel et organisationnel.²⁶⁻³⁰ Dans l'ensemble, un grand nombre de Canadiens (41 %) ont signalé un déclin de leur santé mentale depuis le début de la pandémie.³¹ Il serait logique que les TRM connaissent également plus de problèmes de santé mentale, ce qui correspond à diverses études liées à la pandémie dans d'autres groupes de soins de santé. Dans une enquête de Statistique Canada, un tiers des travailleurs de la santé participants ont déclaré avoir une santé mentale passable ou mauvaise. Les trois quarts des travailleurs de la santé qui travaillent en contact direct avec des cas confirmés ou soupçonnés de COVID-19 signalent une détérioration de leur santé mentale.³² Des études ont révélé que les professionnels de la santé ont besoin de mesures tangibles et d'un leadership visible pour répondre aux problèmes de santé mentale en milieu de travail, particulièrement en ces temps difficiles.³³

Objet

Cette étude a utilisé l'Enquête nationale sur la santé mentale de 2021 pour évaluer la santé mentale actuelle des TRM au Canada dans le contexte de leur travail pendant la pandémie de COVID-19 et la comparer aux résultats de référence qui ont été obtenus en 2018. Plus précisément, l'étude avait pour but de :

- déterminer le niveau de stress, d'épuisement professionnel, de problèmes de santé mentale et de détresse psychologique au sein de la profession (spectre de la santé mentale) ;
- déterminer le niveau global de satisfaction professionnelle et la qualité de vie au travail ; et
- identifier toute relation entre les caractéristiques du lieu de travail et les indicateurs de santé mentale.

¹ L'ACTRM réalise actuellement une révision de la portée, des groupes de discussion et des entretiens qualitatifs dans le cadre de la subvention Mitacs.

Méthodologie

Cette étude a été réalisée dans le cadre du suivi de l'enquête nationale sur la santé mentale administrée aux membres de l'ACTRM en 2018. Appelée « étude 2018 » et « données 2018 » dans le présent rapport, ce projet a été réalisé en collaboration avec la Société canadienne de science de laboratoire médical (SCSLM) et Sonographie Canada (SC). Le protocole associé a été préalablement approuvé par le comité d'éthique de la recherche pour l'étude intitulée *Gauging the Mental Health of Select Health Professions: Collecting Comparative Data* (Comité d'éthique de la recherche de la SCSLM ; CREB # 009). Ces organisations continuent de s'associer à l'ACTRM dans le cadre d'une initiative plus vaste sur la santé mentale. Pour l'étude actuelle, appelée « étude 2021 » et « données 2021 » dans ce rapport, l'ACTRM et l'Université d'Ottawa ont reçu une subvention de stage de Mitacs pour aider à l'administration de la deuxième itération de l'enquête auprès des membres de l'ACTRM. L'approbation du comité d'éthique de la recherche a été obtenue du comité d'éthique de la recherche de l'Université d'Ottawa (S-10-20-6094). Le sondage de 2021 a été administré en ligne aux TRM de tout le Canada en utilisant la même méthodologie que l'étude de 2018.

Structure du sondage

L'enquête quantitative en ligne était disponible en français et en anglais pour les participants admissibles. La première partie de l'enquête portait sur les caractéristiques démographiques. La deuxième partie, plus importante, visait à mesurer la prévalence, le degré de sévérité et les types de problèmes de santé mentale au sein de la population.

L'Enquête nationale sur la santé mentale a été élaborée à partir de plusieurs enquêtes validées, choisies pour saisir le spectre de la santé mentale (du bien-être mental à la maladie mentale). Les enquêtes validées suivantes ont été intégrées :

- a) [National Institute for Occupational Safety and Health \(NIOSH\) – Sondage sur la qualité de vie au travail](#)
- b) [Inventaire de l'épuisement professionnel Maslach – Sondage sur les services humains](#)
- c) [Inventaire de santé mentale](#)
- d) [Échelle de détresse psychologique Kessler-6](#)

Participants

Les participants admissibles ont été recrutés parmi les membres professionnels agréés de l'ACTRM, qui représentaient environ 12 000 TRM de tout le Canada à chaque moment. Les critères supplémentaires d'inclusion et d'exclusion étaient les suivants :

- doit être agréé dans au moins une des quatre disciplines de TRM (résonance magnétique, médecine nucléaire, technologie de radiologie et radiothérapie) ;
- peuvent être employés ou sans emploi au moment de répondre à l'enquête ;
- ne doivent pas travailler à l'extérieur du Canada ;
- peuvent avoir ou ne pas avoir eu de problèmes de santé mentale ;
- doivent être âgés de 18 ans ou plus ;
- ne doivent pas être des étudiants.

Les participants ont été recrutés à l'aide des canaux de communication de l'organisation, notamment des annonces dans les bulletins d'information des membres, des bulletins électroniques et des médias sociaux. Le recrutement pour les deux études (2018 et 2021) a eu lieu entre le 25 juillet et le 23 août 2018, et entre le 29 mars et le 8 mai 2021, respectivement.

Résultats

Taille de l'échantillon

Le tableau 1 décrit la participation des membres de l'ACTRM aux études de 2018 et de 2021. Il est évident que la participation a été plus importante lors de la première itération. Réalisé pendant la pandémie de COVID-19, il a été prévu que le processus de recrutement du sondage de 2021 entraînerait un taux de participation plus faible étant donné les changements spectaculaires dans la vie professionnelle et personnelle vécus au Canada et dans le monde entier.³⁴⁻³⁶ Par conséquent, un intervalle de confiance plus faible ou une plus grande marge d'erreur est prévue pour les résultats de 2021. Il a été déterminé que cela serait acceptable parce que les résultats sont encore susceptibles de fournir un aperçu important de la santé mentale des TRM pendant une pandémie.

Tableau 1 : Taille de l'échantillon

Année	Questionnaires remplis (partiels ou complets)	Questionnaires exclus	Nombre total de participants (inclus dans l'analyse)	Intervalle de confiance	Marge d'erreur
2018	1956	53	1903	95 %	2,5 %
2021	755	7	748	95 %	3,5 %

Aux fins du présent rapport, l'analyse statistique des enquêtes nationales sur la santé mentale se limitera à des statistiques descriptives, étant donné qu'une analyse plus complète sera réalisée dans le cadre d'un projet qualitatif parallèle sur le même sujet.

Données démographiques

Les données démographiques reçues dans les deux études reflètent généralement la population des TRM et peuvent être considérées comme une bonne représentation des membres de l'ACTRM et des professionnels de la TRM au Canada.

Tableau 2 : Participants

	2018		2021	
Participants	Nombre	%	Nombre	%
Technologues en résonance magnétique (t.e.r.m.)	145	8 %	50	7 %
Technologues en médecine nucléaire (t.e.m.n.)	193	10 %	53	7 %
Radiothérapeutes (t.e.t.)	148	8 %	70	9 %
Technologues en radiologie (t.e.r.)	1188	62 %	488	65 %
Technologues combinés laboratoire et rayons X (CLXT)	16	1 %	0	0 %
Superviseurs / gestionnaires / directeurs / Spécialistes cliniques en radiothérapie (CSRT)	139	7 %	64	9 %
Autres	74	4 %	23	3 %
Total	1903	100 %	748	100 %

La santé mentale touche des personnes de tout âge, de tout niveau d'éducation, de tout niveau de revenu et de toute culture.³⁷ L'enquête a permis de recueillir des données sur l'âge, le sexe, le lieu de travail et la situation professionnelle, qui sont présentées dans les tableaux 3 à 6. Des problèmes de santé mentale ont été constatés dans chacune de ces catégories présentées.

Tableau 3 : Participation selon l'âge

Catégorie d'âge	2018	2021
19-24	5 %	5 %
25-29	13 %	12 %
30-34	13 %	14 %
35-39	12 %	16 %
40-44	10 %	12 %
45-49	11 %	9 %
50-54	15 %	13 %
55-59	11 %	12 %
60-64	7 %	6 %
65+	3 %	2 %
Total	100 %	100 %

Tableau 4 : Participation selon le genre

	Genre				
Année	Femmes	Hommes	Autodécrit	Préfère ne pas répondre	Total
2018	1607 (84 %)	279 (15 %)	1 (>1 %)	16 (1 %)	1903
2021	654 (87 %)	87 (12 %)	6 (1 %)	1 (>1 %)	748

Tableau 5 : Participation par province/territoire de travail

Province/Territoire	2018	2021
Alberta	21 %	27 %
Colombie-Britannique	14 %	15 %
Manitoba	8 %	7 %
Nouveau-Brunswick	8 %	8 %
Terre-Neuve-et-Labrador	2 %	2 %
Territoires du Nord-Ouest	>1 %	>1 %
Nouvelle-Écosse	5 %	7 %
Nunavut	>1 %	0 %
Ontario	33 %	25 %
Île-du-Prince-Édouard	1 %	1 %
Québec	1 %	>1 %
Saskatchewan	6 %	9 %
Yukon	>1 %	0 %
Total	100 %	100 %

Tableau 6 : Participation par statut d'emploi

Année	Sans emploi	Employés	Total
2018	41	1862	1903
2021	8	740	748
Total	49	2602	2651

En raison du faible nombre de TRM sans emploi participant à l'enquête, l'analyse principale portera uniquement sur ceux qui ont un emploi.

Qualité de vie au travail

Pour mieux comprendre l'environnement de travail des TRM, il est possible d'examiner certaines considérations clés utiles pour évaluer la qualité de vie au travail. Certains aspects du travail, tels que la sécurité d'emploi, la charge de travail et la probabilité de chercher un nouveau poste, indiquent le niveau de satisfaction professionnelle des employés. Le tableau 7 présente ces indicateurs de satisfaction au travail pour l'ensemble des participants.

Tableau 7 : Indicateurs de satisfaction au travail

Question / Énoncé	Satisfaction au travail	
	2018	2021
Combien de fois n'y a-t-il pas assez de personnes ou de personnel pour faire tout le travail ?	78 % (parfois à souvent)	84 % (parfois à souvent)
La sécurité d'emploi est bonne.	87 % (un peu vrai à très vrai)	89 % (un peu vrai à très vrai)
En prenant tout en considération, quelle est la probabilité que vous fassiez un réel effort pour trouver un nouvel emploi ?	71 % (pas du tout probable)	65 % (pas du tout probable)

Entre les deux périodes, la perception des participants selon laquelle il n'y avait pas assez de personnel pour accomplir leur travail a augmenté. Les valeurs étaient assez élevées et signifient un sujet de préoccupation pour les TRM. Malgré cela, on a constaté une diminution du nombre de personnes faisant un réel effort pour trouver un nouveau poste au cours de l'année suivante et une perception relativement constante de la sécurité d'emploi (voir le Tableau 7). Compte tenu de l'état de la pandémie et des changements connexes de la charge de travail des TRM,^{26,27} les indicateurs du milieu de travail décrits dans cette section auraient pu être très différents s'ils avaient été obtenus à un autre moment de la pandémie. Ainsi, ces indicateurs sont un instantané dans le temps et ne devraient pas être considérés comme une représentation de la perception tout au long de la pandémie.

En examinant la qualité de vie au travail des TRM au Canada, le tableau 8 affiche le pourcentage de participants qui ont indiqué être d'accord (d'accord à tout à fait d'accord) avec des énoncés précis sur la vie au travail. Dans un seul énoncé, « Mon travail me permet d'utiliser mes compétences et mes capacités », les résultats sont demeurés constants entre les sondages. Malheureusement, tous les autres indicateurs ont montré une baisse significative de la qualité de vie au travail. Les scores ont baissé de 6 à 10 %. Les scores associés aux interactions collégiales et à la sécurité au travail sont les plus préoccupants, tout comme la diminution perçue de la préoccupation de la direction pour la sécurité.

Tableau 8 : Indicateurs de qualité de vie au travail

Indicateurs de qualité de vie au travail		Degré d'accord (D'accord à fortement d'accord)	
Catégorie	Énoncé	2018	2021
Obligations au travail	Mon travail me permet d'utiliser mes compétences et mes capacités	95 %	95 %
	J'ai trop de travail pour tout faire correctement	50 %	60 %
Interactions avec les collègues	Sur mon lieu de travail, je suis traité(e) avec respect	80 %	74 %
	Je fais confiance à la direction de mon lieu de travail	52 %	44 %
Sécurité	La sécurité des travailleurs est une priorité pour la direction de mon lieu de travail	67 %	58 %
	Aucun compromis ou raccourci important n'est fait lorsque la sécurité des travailleurs est en jeu	68 %	59 %

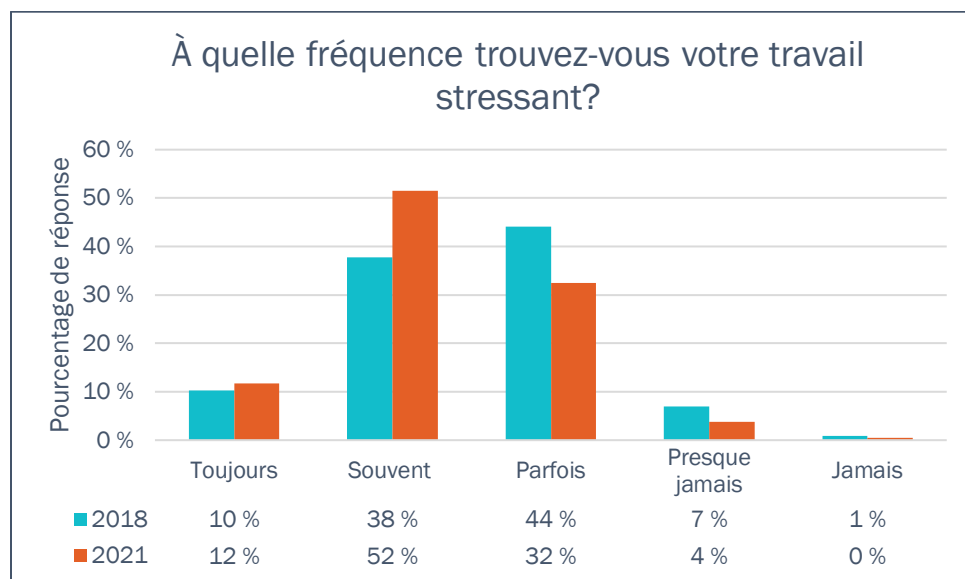
On a également demandé aux participants à l'enquête s'ils avaient été victimes de discrimination sur le lieu de travail. En 2018, 22 % des répondants ont indiqué avoir été victimes de discrimination, et cela correspond aux résultats de 2021, soit 24 %. Il s'agit d'un grand nombre de TRM qui ont été victimes de discrimination au travail, soit près d'un participant sur quatre. Bien que le sondage n'ait pas permis de déterminer le type de discrimination, la collecte de renseignements supplémentaires sur le sujet est justifiée.

Dans l'ensemble, les indicateurs de satisfaction au travail et de qualité de vie au travail suggèrent que, même si de nombreux répondants avaient des problèmes de satisfaction au travail au moment du deuxième sondage, la majorité des TRM n'envisageaient pas de changer de poste. Ils n'étaient pas non plus suffisamment insatisfaits pour que la satisfaction au travail l'emporte sur le maintien de leur poste pendant la pandémie. La qualité de vie au travail des TRM en 2021 a diminué de façon significative et ces résultats inférieurs sont prévisibles compte tenu des conditions de travail.

Santé mentale et bien-être

Le niveau de stress relatif des TRM a été documenté dans la littérature, comme l'indique la section sur le contexte du présent rapport, et sera approfondi dans les projets de recherche parallèles de l'ACTRM. Les données de l'enquête actuelle fournissent d'autres preuves que le stress chez les TRM est élevé. Le graphique 9 fournit une représentation visuelle qui met en évidence l'évolution du stress entre les deux périodes et la tendance vers des sentiments de stress plus fréquents en 2021. Le pourcentage de répondants se sentant « souvent » ou « toujours » stressés est passé de 48 % à 67 % pendant la pandémie.

Graphique 1 : Niveaux de stress au travail



Bien qu'il ne soit pas surprenant que les TRM canadiens subissent un plus grand stress pendant une pandémie, comme le démontrent ces valeurs de stress et d'autres ensembles de données rapportées dans le milieu de la santé, il n'y a eu qu'une légère augmentation du nombre de personnes conscientes de l'accès à des programmes de gestion ou de réduction du stress dans leur milieu de travail. Ceci est particulièrement inquiétant puisque de nombreuses organisations et gouvernements ont encouragé une plus grande utilisation et un meilleur accès aux soutiens en matière de santé mentale. En 2018, seulement 31 % des TRM de l'ACTRM savaient qu'ils avaient

accès à un tel soutien, et cette proportion n'a augmenté que légèrement pour atteindre 38 % en 2021, ce qui signifie qu'au cours de la période de trois ans, 62 % à 69 % des TRM étaient soit incertains de leur capacité à accéder à de tels programmes, soit n'y avaient pas accès. Il serait important que les employeurs de TRM tiennent compte du manque d'accès et/ou de la compréhension de l'accès afin de soutenir le bien-être de leurs employés.

Il est bien documenté que le stress non résolu peut conduire à l'épuisement professionnel, et que les facteurs contribuant à l'épuisement professionnel ont été principalement décrits comme étant d'origine professionnelle (voir la section Contexte). Le tableau 9 représente les scores de l'inventaire d'épuisement professionnel de Maslach des répondants du TRM. Cet inventaire est reconnu comme la principale mesure de l'épuisement professionnel, et est basé sur plus de 25 ans de recherche au sein et en dehors des professions de la santé. L'enquête porte sur trois sous-échelles générales qui, une fois combinées, décrivent le concept d'épuisement professionnel :

- l'épuisement émotionnel mesure le sentiment d'être émotionnellement surmené et épuisé par son travail ;
- la dépersonnalisation mesure une réponse insensible et impersonnelle à l'égard des bénéficiaires de son service, de son traitement ou de son enseignement ;
- l'accomplissement personnel mesure le sentiment de compétence et de réussite dans son travail.

Tableau 9 : Épuisement professionnel

Inventaire de l'épuisement professionnel Maslach – Sondage sur les services humains	Pourcentage de participants présentant un score d'épuisement professionnel élevé	
	2018	2021
Épuisement émotionnel	36 %	64 %
Dépersonnalisation	16 %	29 %
Sentiment diminué d'accomplissement personnel	19 %	24 %

Les données démontrent que le nombre de TRM présentant des niveaux élevés d'épuisement professionnel a considérablement augmenté entre 2018 et 2021. L'épuisement émotionnel a augmenté de 78 %, la dépersonnalisation a augmenté de 81 % et la diminution de l'accomplissement personnel a augmenté de 26 %. Les TRM ont clairement été affectés négativement par la pandémie et leurs rôles en contact avec les patients au sein du système de santé pendant cette période ont eu un coût personnel pour leur bien-être mental.

Problèmes de santé mentale

L'inventaire de santé mentale, un élément de l'étude nationale sur l'assurance maladie, est une méthode d'évaluation des problèmes de santé mentale tels que l'anxiété, la dépression, le contrôle du comportement, l'affect positif et la détresse générale. Il a été démontré qu'il permet de prédire de manière significative les absences pour cause de maladie à long terme.³⁸ Les problèmes de santé mentale identifiés dans les enquêtes de 2018 et 2021 soutiennent l'examen de la santé mentale au-delà du bien-être afin de fournir une image plus large du sujet

Tableau 10 : Problèmes de santé mentale

Inventaire de santé mentale	Score (Échelle de 1 à 100)	
Catégorie	2018	2021
Anxiété	73	68
Contrôle du comportement	77	60
Dépression	84	75
Affect positif	47	55

Note : Plus le score est élevé, meilleure est la santé (maximum : 100).

Comme pour les sous-échelles de l'épuisement professionnel, les catégories de l'Inventaire de la santé mentale montrent une tendance constante à la baisse de la santé mentale, comme en témoignent l'augmentation de l'anxiété et de la dépression et la difficulté accrue à contrôler le comportement (régulation). Il est intéressant de noter que l'affect positif (la capacité d'un participant à manifester des émotions et des expressions positives) semble augmenter. Bien que l'enquête n'ait pas fourni d'indicateur spécifique quant à la raison de ce phénomène, on peut émettre l'hypothèse que le développement de la bonne volonté pour soutenir les autres pendant la pandémie peut avoir aidé les TRM à prendre conscience de leurs traits affectifs positifs.

Maladie mentale

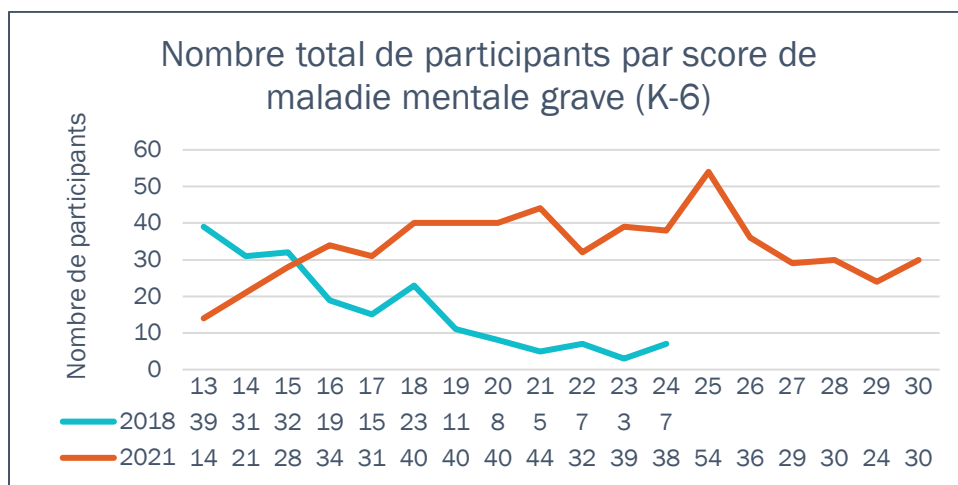
L'échelle de détresse psychologique de Kessler (K6) a été élaborée avec le soutien du National Center for Health Statistics du gouvernement américain pour être utilisée dans le cadre de la nouvelle version de la National Health Interview Survey (NHIS). L'échelle a été conçue pour être suffisamment sensible pour déterminer si une personne éprouve une détresse cliniquement significative dans le but de distinguer les cas de maladie mentale grave des cas non graves. Bien que l'échelle n'ait pas nécessairement été conçue pour établir un seuil de maladie mentale grave (score de 13 ou plus) au cours d'une pandémie, les résultats suivants sont présentés avec l'avertissement qu'ils ne doivent pas être interprétés sans en tenir compte.

Tableau 11 : Maladie mentale

Échelle de détresse psychologique de Kessler (K6)	Pourcentage des participants	
Catégorie	2018	2021
Maladie mentale grave	11 %	82 %

Le tableau 11 montre une augmentation alarmante du nombre d'individus présentant une maladie mentale grave, avec près de 8 fois plus de participants indiquant un score supérieur au seuil entre les périodes.

Graphique 2 : Maladie mentale grave



Conclusion

Ce rapport présente une vue d'ensemble de la santé mentale des TRM, reconnaissant que, au cours d'une année donnée, une personne sur cinq au Canada sera personnellement confrontée à un problème de santé mentale ou à une maladie mentale.³⁷ Bien que la société reconnaisse que les TRM et d'autres professionnels de la santé jouent un rôle essentiel, il existe un manque de compréhension des répercussions de ces rôles sur les personnes elles-mêmes. La recherche examine depuis longtemps les difficultés physiques et les problèmes de sécurité au sein de la profession de TRM, mais ce n'est que récemment que les nouvelles données sur la santé mentale ont commencé à mettre en lumière le fardeau. Les TRM ont discuté ouvertement de ces fardeaux dans un petit nombre d'articles révisés par des pairs, en partie peut-être à cause de la stigmatisation entourant la santé mentale.

L'ACTRM a entrepris deux sondages nationaux pour faire la lumière sur l'état de la santé mentale des TRM au Canada. Ces deux sondages, qui s'étendent sur trois ans, fournissent le meilleur échantillon que nous ayons à ce jour de la santé mentale et du bien-être de la main-d'œuvre des TRM au Canada. Les deux enquêtes fournissent un échantillonnage intéressant des TRM, avant et pendant une pandémie.

Les chercheurs notent que la différence substantielle dans le taux de participation entre les enquêtes de 2018 et de 2021 soulève la possibilité d'un biais de participation, où les personnes souffrant de maladie mentale auraient pu être plus susceptibles de répondre à l'enquête en 2021. On pourrait s'attendre à ce que le graphique linéaire présente une tendance naturelle à la baisse au cours des deux années s'il représentait une distribution normale de la maladie mentale. Cependant, là encore, il s'agit d'une comparaison avec des données non pandémiques plutôt qu'avec une autre pandémie ou un autre événement majeur (p. ex. le SRAS).

Même avant la pandémie, il a été noté que les TRM présentaient de nombreux signes de surcharge de travail, de stress et d'épuisement professionnel. Si l'on compare les résultats des deux enquêtes et que l'on sait que la pandémie a augmenté le stress et la charge de travail de nombreux TRM dans les services vitaux d'imagerie médicale et de radiothérapie, il n'est pas surprenant de constater que les indicateurs tendent dans la mauvaise direction (c.-à-d. vers une baisse de la satisfaction et de la qualité de vie au travail).

Cependant, c'est l'omniprésence de cette tendance négative et l'ampleur de certains changements qui sont suffisamment alarmants. Parmi les douzaines de mesures rapportées ici, toutes se sont détériorées au cours de la période de trois ans, à l'exception du sentiment de sécurité d'emploi et de la mesure de l'affect positif. Les mesures de la charge de travail dans ces enquêtes ont toutes augmenté : 60 % déclarent avoir trop de travail pour tout faire correctement (contre 50 % en 2018) et 84 % des répondants notent qu'il n'y a pas assez de personnes pour accomplir le travail (contre 78 % en 2018). Dans le même temps, 33 % de TRM supplémentaires signalent un stress au travail, 64 % d'entre eux déclarant désormais se sentir souvent ou tout le temps stressés.

L'épuisement professionnel est lié à des niveaux élevés de stress sur le lieu de travail, et il n'est donc pas surprenant de voir les niveaux d'épuisement professionnel augmenter également. Il semble également que la pandémie ait poussé un nombre important de TRM à franchir un point de

basculement en ce qui concerne les mesures de l'épuisement professionnel et de la santé et de la maladie mentales ; on a constaté un bond de 78 % de l'épuisement émotionnel et de 81 % de la dépersonnalisation entre les deux enquêtes. Il est alarmant de constater qu'à présent, une large majorité des répondants TRM (64 %) font état de niveaux élevés d'épuisement émotionnel (contre une minorité de 36 % en 2018).

Le niveau et l'augmentation des problèmes de santé mentale tels que l'anxiété et la dépression et la moindre capacité à contrôler ses comportements, ainsi que l'explosion des maladies mentales graves chez les TRM, tels que mesurés par ces enquêtes, sont également très préoccupants. Lors de notre consultation avec le groupe de travail sur la santé mentale de l'ACTRM, les membres n'ont pas été surpris par cette augmentation significative et ont déclaré qu'elle reflétait celle de nombreux employés en milieu de travail pendant la pandémie. Bien que la capacité des échelles (particulièrement l'échelle de Kessler-6) à distinguer la signification clinique soit incertaine dans des conditions de pandémie, les résultats fournissent une indication possible qu'il y a une plus grande maladie mentale spécifique à la situation chez les TRM pendant la pandémie. Étant donné les taux de participation plus faibles à l'enquête de 2021, nous notons la possibilité d'un biais de participation qui pourrait affecter l'interprétation de ces valeurs.

Dans l'ensemble, nous croyons que les données rapportées ici mettent en lumière une situation insoutenable tant pour les professionnels eux-mêmes que pour le système qui dépend si fortement d'eux. Même si la charge de travail des TRM devait se stabiliser, les niveaux de stress, d'épuisement professionnel et les problèmes de santé mentale que connaissent la majorité des TRM déjà au Canada sont susceptibles d'affecter les soins d'une manière ou d'une autre. Le fait de savoir que le rétablissement de la pandémie de COVID-19 est susceptible d'augmenter la charge de travail, plutôt que de la diminuer, est une autre source de préoccupation.

Ces enquêtes soulèvent également un certain nombre de questions importantes qui méritent d'être approfondies : quelle est la cause de la discrimination en milieu de travail ; comment les organisations peuvent-elles rétablir la confiance de la main-d'œuvre après la pandémie ; comment pouvons-nous contribuer à lutter contre la stigmatisation de la santé mentale, quelles sont les meilleures façons de plaider pour le financement de la santé mentale ; et quelles lignes directrices sur les meilleures pratiques en matière de santé mentale peuvent être créées pour les professionnels. Que ce soit par l'intermédiaire de ses membres ou de l'association elle-même, l'ACTRM s'engage à soutenir et à faciliter la poursuite des recherches sur la santé mentale. En outre, bien que ces études n'aient pas été conçues pour établir le lien entre la charge de travail et les problèmes de santé mentale comme l'épuisement professionnel, la corrélation entre les deux tendances est quelque chose que nous avons l'intention d'étudier dans les analyses futures de ces données.

L'ACTRM espère que ces données apportent une reconnaissance et une validation à ceux qui ont des problèmes de santé mentale en milieu de travail. Nous demandons aux TRM, aux gestionnaires, aux organisations et aux autres intervenants de tenir compte des résultats et de prendre des mesures pour soutenir la santé des TRM et mettre fin à la stigmatisation de la santé mentale. L'ACTRM est également d'avis que toute mesure prise pour atténuer le stress, l'épuisement professionnel et les problèmes de santé mentale au sein de cette main-d'œuvre vitale des TRM

devrait tenir compte de la question de la charge de travail qui en est à l'origine. Inversement, alors que les gouvernements et les décideurs en matière de soins de santé cherchent à réduire les listes d'attente en imagerie médicale et en soins contre le cancer, il est impératif que la santé mentale et le bien-être des professionnels sur lesquels reposent ces services soient pris en compte de manière significative.