



LA SANTÉ MENTALE dans notre profession – DÉFINIE

Aucune étude de grande envergure n'a été effectuée au Canada pour déterminer l'état de la santé mentale et des maladies mentales dans la profession de laboratoire médical.

Pour les secteurs de la santé et des assistants sociaux, la prévalence de la dépression est de 5 % plus élevée que celle de la population générale, et le taux de l'anxiété est de 2,7 % plus élevé. Par rapport aux autres industries, ces chiffres sont considérés comme ayant atteint un niveau critique.¹ La recherche a démontré que l'épuisement professionnel et le stress en milieu de travail ont une forte relation négative avec le bien-être au travail du personnel en laboratoire médical. Par exemple, une étude impliquant des professionnels de laboratoire médical a révélé que ces travailleurs subissent un degré modéré d'épuisement professionnel relativement à l'épuisement émotionnel, à un niveau élevé de cynisme et à un niveau supérieur d'efficacité professionnelle. Chacun de ces éléments est prédictif de l'intention de rotation du personnel² et de la probabilité d'insatisfaction en milieu de travail. Cela confirme l'importance de l'épuisement par rapport à la satisfaction et à la productivité du personnel, et aux soins aux patients.

Aucune étude de grande envergure n'a été effectuée au Canada pour déterminer l'état de la santé mentale et des maladies mentales dans la profession de laboratoire médical. Par conséquent, la SCSLM a entrepris cette tâche auprès de ses membres pour offrir des données essentielles (N=998) à la profession et aux employeurs en vue d'appuyer des initiatives relatives au bien-être en milieu de travail.

ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL

L'épuisement professionnel se définit par des niveaux élevés d'épuisement émotionnel (diminution de ressources émotionnelles pour appuyer soi-même et d'autres), des sentiments affaiblis de réalisations personnelles (perception de soi péjorative) et un niveau accru de dépersonnalisation (sentiments négatifs ou cyniques envers des clients/patients). Dans l'étude courante, les professionnels de laboratoire médical (PLM) ont démontré un degré supérieur d'épuisement émotionnel par rapport à des pharmaciens communautaires dans une autre étude; les PLM ont produit des résultats semblables de faible dépersonnalisation et des réalisations personnelles modérées.³ Les techniciens/adjoins de laboratoire médical (ALM) ont fait preuve d'un épuisement professionnel plus prononcé que les technologues de laboratoire médical (TLM).

Que pouvez-vous faire en collaboration avec votre organisation pour créer un environnement en bonne santé mentale? Avez-vous besoin de fonds pour vous aider à cet égard?

La SCSLM voudrait offrir des fonds à des membres pour appuyer des initiatives qui favorisent la santé mentale et le mieux-être en milieu de travail! Consultez régulièrement notre site Web pour « l'appel aux soumissions » vous permettant de nous indiquer comment vous visez à encourager un environnement professionnel en bonne santé. Les subventions attribuées seront de 250 \$ chacune.

VOUS VOULEZ QUELQUES IDÉES?

- Animez une session d'art-thérapie
- Lancez un groupe de réflexion avec d'autres professions
- Organisez une célébration promotionnelle ciblant des renseignements sur la santé mentale

Sous-échelles de la méthode de dénombrement des cas d'épuisement professionnel de Maslach (Maslach Burnout Inventory) % des valeurs élevées*	Ensemble de PLM	TLM	ALM
Épuisement émotionnel	37,9 %	37,7 %	39,3 %
Dépersonnalisation	9,6 %	7,5 %	14,5 %
Réalisation personnelle	32,3 %	31,4 %	41,5 %

*Les pourcentages plus élevés indiquent un niveau supérieur d'épuisement ou de résultats négatifs pour chaque sous-échelle

DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

L'échelle de détresse psychologique K6 est un outil de dépistage de la détresse psychologique non spécifique et de la fréquence de symptômes chez des adultes (par ex., signes de nervosité, désespoir, etc.). Un pointage de 13 sur l'échelle a été validé comme étant prédictif d'une maladie mentale grave.⁴ Les résultats des membres de la SCSLM indiquent que la profession éprouve un degré élevé de détresse. En ce qui concerne les ALM, 27 % des répondants ont affiché des résultats élevés (13 ou plus) et 36 % ont éprouvé un niveau modéré de détresse. Les TLM ont obtenu des résultats différents, soit de 11 % et de 43 % respectivement.

SANTÉ MENTALE

L'évaluation initiale de troubles mentaux (MHI) est un outil visant à mesurer des questions de santé mentale telles que l'anxiété, la dépression, le contrôle comportemental, les émotions positives et la détresse générale. Encore une fois, on a trouvé que les ALM ont constitué le groupe le plus vulnérable car leurs résultats ont suggéré une incidence accrue de troubles mentaux.

Évaluation initiale de troubles mentaux*	Ensemble de PLM	TLM	ALM
Anxiété	63,5 %	63,8 %	60,7 %
Contrôle comportemental	74,2 %	74,9 %	67,6 %
Dépression	68,6 %	69,0 %	64,0 %
Émotions positives	53,2 %	53,3 %	52,2 %
Résultats globaux	64,7 %	65,2 %	60,9 %

*Les résultats plus élevés indiquent une meilleure santé pour chaque sous-échelle

Ces conclusions confirment l'idée qu'il reste encore du travail à faire pour solidifier les politiques canadiennes en milieu de travail, les programmes et les avantages qui favorisent une bonne santé mentale, et afin d'aborder la maladie mentale quand elle se présente. Les résultats déclarés complètent les réponses qualitatives obtenues lors d'une étude précédente de la SCSLM⁵ et selon les données cueillies aux fins de la Trousse de santé mentale de la SCSLM (santementale.scslm.org). L'ensemble de ces résultats contribue à la collecte de données nationales de base au sujet de la santé mentale des PLM. L'état est négatif, surtout pour les ALM, et on peut dire qu'on est sur le point d'un seuil critique pour les PLM dans l'ensemble, conformément aux autres disciplines de la santé. Les professionnels ainsi que les employeurs ont besoin d'analyser et de surveiller cette situation de près et il faut encourager le changement positif pour favoriser des milieux de travail en bonne santé mentale. ■

RÉFÉRENCES

- ▶¹Theriat L. (2016). Health brains across the lifespan: The employer role in addressing mental health. *Le Conference Board du Canada*.
- ▶²Narainsamy K., & Van Der Westhuizen S. (2013). Work-related well-being: Burnout, work engagement, occupational stress and job satisfaction within a medical laboratory setting. *Journal of Psychology in Africa*, 23(3), pp. 467-74.
- ▶³Calgan, Z., Aslan, D. & Yegenoglu, S. (2011). Community pharmacists' burnout levels and related factors: an example from Turkey. *International Journal of Clinical Pharmacy*, 33(1), pp 92-100.
- ▶⁴Kessler RC, Barker PR, Colpe L J, Epstein JF, Gfroerer JC, Hiripi E, et al. (2003). Screening for serious mental illness in the general population. *Archives of General Psychiatry*, 60, pp. 184-9.
- ▶⁵Consultez le rapport de la SCSLM : <http://csmls.org/csmls/media/documents/resources/Describing-Mental-Health-Issues-for-MLPs-v02.pdf>



LAURA ZYCHLA
Chercheuse, SCSLM