



INCIDENCE DE LA COVID-19 SUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES MÉDECINS AU CANADA

RAPPORT SOMMAIRE

Aperçu

Au Canada, la santé et le bien-être des médecins constituent un enjeu crucial non seulement pour ces derniers, mais également pour les patients et pour la viabilité du système de santé. Les médecins risquent davantage de présenter des symptômes [d'épuisement professionnel](#) et de [dépression](#) ou d'autres troubles psychologiques et d'avoir des idées [suicidaires](#). C'est pourquoi l'Association médicale canadienne (AMC) a fait de la santé et du bien-être des médecins l'une de ses priorités stratégiques. Dans cette optique, l'équipe Bien-être des médecins et Culture médicale de l'AMC a mené [l'Étude nationale sur la santé et le bien-être des médecins](#) pour mieux comprendre l'incidence des réformes de la pratique et des systèmes sur le secteur des soins de santé au Canada ainsi que sur la santé et le bien-être des médecins.

C'est au moment de mettre la touche finale aux conclusions de l'étude que la pandémie de COVID-19 a frappé, rendant plus criants les défis des médecins. Pour s'assurer que ces conclusions étaient pertinentes et reflétaient l'importance accrue de la santé et du bien-être des médecins dans le contexte de la pandémie, un rapport d'information sur la COVID-19 a été commandé et achevé en juillet 2020. L'objectif de ce rapport était de décrire l'incidence de la pandémie sur la santé et le bien-être des médecins, les mesures prises pour protéger les effectifs médicaux et les lacunes occasionnées par l'inaction ou le retard dans l'action. On a examiné en outre les causes profondes de plusieurs de ces lacunes et il a été établi qu'un changement systémique serait nécessaire pour améliorer les éléments clés de la santé et du bien-être des médecins dès les premiers stades de la formation en médecine.

Étant donné que le rapport a été rédigé relativement tôt durant la pandémie et que le plein effet de la crise au Canada n'est toujours pas connu, le rapport d'information s'est largement appuyé sur des données provenant d'enquêtes sur l'incidence du SRAS pour les travailleurs de la santé, et sur les premières études mondiales sur les conséquences immédiates de la pandémie de COVID-19 sur la santé et le bien-être des médecins. Les conclusions sont résumées ci-dessous et sont accompagnées d'autres renseignements tirés de sondages auprès des membres de l'AMC qui ont été menés en avril 2020, en août 2020 et en février 2021.

Avant la pandémie de COVID-19, le rapport du [Sondage national 2017 de l'AMC sur la santé des médecins](#) révélait que 32 % des médecins présentaient des symptômes de dépression, 19 % déclaraient avoir eu des idées suicidaires et 30 % disaient déjà ressentir un niveau élevé d'épuisement professionnel. La pandémie a exercé une pression sans précédent sur le système de santé canadien, ce qui a eu des répercussions directes sur le bien-être physique et psychologique des médecins. Dans le plus récent sondage mené auprès des membres, les facteurs suivants ont été signalés comme nocifs : les longues heures de travail et l'augmentation de la charge de travail, la prolongation des restrictions sociales, l'incertitude persistante quant à l'avenir, les préoccupations

concernant le déploiement du vaccin, la crainte des risques pour soi et ses proches, le manque d'équipement de protection individuelle, l'insécurité financière et les expériences avec des patients gravement malades et mourants.

Incidence de la pandémie sur la santé et le bien-être des médecins

Comme nous l'avons déjà mentionné, l'épuisement professionnel des médecins (caractérisé par un degré élevé de fatigue émotionnelle et de dépersonnalisation) constituait un défi pancanadien bien avant la pandémie de COVID-19. Les premières études menées en Chine et les enquêtes réalisées à la suite de l'épidémie de SRAS au Canada en 2003 donnent une bonne idée des éventuelles répercussions psychologiques de la pandémie de COVID-19; cependant, l'ampleur de ces répercussions n'est pas encore clairement établie. Selon de récents [sondages](#) menés auprès des membres, 65 % des médecins en exercice et des médecins résidents se disaient « un peu » ou « très » anxieux face à la pandémie, 76 % se sentaient « un peu » ou « très » fatigués, et 69 % rapportaient un niveau de fatigue accru depuis le début de la crise. Malgré cela, seulement 16 % d'entre eux avaient demandé un soutien en santé mentale.

Les enquêtes montrent par ailleurs que les effets à court et à long terme de cette situation exceptionnelle se manifestent par des niveaux élevés de dépression, d'anxiété, d'insomnie et de détresse. On prévoit qu'après la pandémie, le traumatisme psychologique sera l'effet le plus durable chez les travailleurs de la santé.

Incidence de la pandémie sur la culture médicale en milieu de travail

Les organisations ont été propulsées dans une situation d'« intervention critique ». Elles ne peuvent fonctionner dans de telles conditions durant une période prolongée que si un leadership fort et des communications efficaces sont en place au sein des équipes. Des ouvrages ont été publiés sur les avantages d'utiliser des principes militaires dans une situation d'urgence qui s'étire afin de comprendre les facteurs de réussite essentiels pour améliorer le leadership et la cohésion des équipes, chacun de ces facteurs étant directement lié au bien-être. La résilience organisationnelle exige non seulement des ressources adéquates pendant une crise, mais aussi l'établissement de plans de relève, une culture de la compréhension favorisant la flexibilité, des effectifs résilients et un leadership efficace. Mentionnons que la nature émotionnellement répressive de la culture médicale, nourrie dès le début de la formation des médecins, peut inciter ces derniers à chercher à rester stoïques en situation de crise. Cependant, la persistance de circonstances très stressantes et le manque de soutien professionnel auront des contrecoups sous forme de problèmes de santé mentale, qui affecteront tôt ou tard les soins aux patients. Des initiatives novatrices en matière de bien-être des médecins, telles que la sollicitation active de ces derniers pour des évaluations confidentielles de la santé mentale et des ateliers Schwartz, se sont révélées populaires, ce qui est encourageant.

Incidence des mesures d'urgence sur la santé et le bien-être des médecins

Au début de la pandémie, les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux n'ont pas coordonné ni géré les réserves de fournitures d'urgence, ce qui a entraîné une pénurie généralisée d'équipement de protection individuelle pour les travailleurs de première ligne, ainsi qu'un

déploiement incohérent de matériel comme les respirateurs. Par conséquent, les organisations ont été forcées de mettre à jour leurs protocoles d'intervention pour les médecins confrontés au dilemme éthique « dois-je traiter mes patients sans protection, au risque de contaminer ma famille? », en plus de devoir prendre des décisions sur la répartition des interventions visant à sauver des vies – autre source importante d'anxiété et de détresse pour eux. De nombreux médecins de famille et spécialistes ont également subi une perte de revenus, en raison de la réduction des consultations de patients dans le cadre des restrictions de distanciation physique, qui a été exacerbée par les retards de traitement des nouveaux codes de facturation des soins virtuels dans les systèmes. Cette perte de revenus ainsi que l'instabilité et l'incertitude considérables qu'elle a entraînées ont causé une grande anxiété aux médecins, certains se demandant s'ils allaient pouvoir continuer à payer les frais d'exploitation de leur cabinet et à maintenir leur train de vie familiale.

Engagements de soutien aux effectifs médicaux

La protection économique offerte aux médecins confrontés à une perte de revenu pendant la pandémie a varié considérablement entre les provinces et les territoires, notamment en ce qui a trait au remplacement du revenu et à l'admissibilité à l'assurance invalidité. Dans certaines régions, les médecins pouvaient obtenir plus de 80 % de leurs revenus habituels en demandant à être réaffectés selon les besoins relatifs à la COVID-19, tandis qu'ailleurs, aucune mesure de remplacement du revenu n'était offerte. De nombreux efforts ont été déployés à l'échelle nationale, provinciale et territoriale pour favoriser le bien-être des travailleurs de première ligne et répondre à leurs préoccupations en matière de santé mentale pendant la pandémie. Ces efforts comprennent des lignes téléphoniques de soutien, des registres centralisés de ressources en ligne, du soutien entre pairs et diverses formes de soins virtuels. Des services ont également vu le jour grâce à la bonne volonté des personnes : partout au Canada, des travailleurs en santé mentale et des psychologues se sont engagés à offrir bénévolement leurs services aux travailleurs de première ligne pour les aider à composer avec le stress, l'épuisement professionnel et les traumatismes associés à la pandémie.

Conclusion

Bien qu'il soit trop tôt pour quantifier l'ampleur des répercussions psychologiques de la pandémie sur la santé et le bien-être des médecins, plusieurs leçons ont été tirées et exigent une attention immédiate et préventive pour l'avenir. La plus importante de ces leçons concerne le manque d'accès à suffisamment d'équipement de protection individuelle, ce qui a considérablement amplifié l'anxiété et l'incertitude des travailleurs de première ligne. Ces personnes ont été confrontées au dilemme moral suivant : devaient-elles ou non aller travailler pour s'acquitter de leurs obligations professionnelles et accroître ainsi les risques pour leurs proches? Les symptômes liés à la santé mentale et à l'épuisement professionnel découlant de la nature émotionnellement répressive de la culture médicale ont été exacerbés par la pandémie. Ces répercussions à long terme de la crise nécessiteront un changement systémique visant l'adoption de modèles d'acceptation et de compréhension afin d'atténuer la détresse causée non seulement par d'éventuelles crises à venir, mais aussi par le travail, au quotidien.

Pour en savoir plus, écrivez à santedesmedecins@amc.ca.