

Le stress et la dépression au sein de la population occupée

Margot Shields

Résumé

Objectifs

Dans le présent article, on traite du niveau de stress parmi la population occupée de 18 à 75 ans, et on examine quelles sont les associations entre le stress et la dépression.

Sources des données

Les données proviennent de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2002 – Santé mentale et bien-être et du volet longitudinal de l'Enquête nationale sur la santé de la population réalisée de 1994-1995 à 2002-2003.

Techniques d'analyse

Le niveau de stress est calculé selon le sexe, l'âge et les caractéristiques de l'emploi. Des analyses multivariées ont été effectuées pour examiner l'association entre le stress et la présence de dépression en 2002 ainsi qu'entre le stress et l'incidence de la dépression sur une période de deux ans, et ce, en tenant compte de l'effet de l'âge, des caractéristiques de l'emploi, et de facteurs non liés au lieu de travail.

Principaux résultats

En 2002, les femmes ont déclaré des niveaux plus élevés de tensions et contraintes au travail et de stress général quotidien. Lorsqu'on tient compte simultanément des diverses sources de stress ainsi que d'autres variables confusionnelles éventuelles, tant chez les hommes que chez les femmes, un niveau élevé de stress général quotidien et un faible soutien des collègues sont associés à un risque plus élevé de dépression, de même que de fortes tensions et contraintes au travail chez les hommes. Sur une période de deux ans, les hommes éprouvant de fortes tensions et contraintes au travail et les femmes soumises à un niveau élevé de stress personnel et ne bénéficiant que d'un faible soutien de leurs collègues couraient un risque accru de présenter un nouveau cas de dépression.

Mots-clés

enquêtes sur la santé, tensions et contraintes au travail, stress de la vie quotidienne, études longitudinales, santé au travail, stress au travail

Auteure

Margot Shields (613-951-4177; Margot.Shields@statcan.ca) travaille à la Division de la statistique de la santé à Statistique Canada, Ottawa, Ontario, K1A 0T6.

La dépression est un état débilitant qui fait peser un très lourd fardeau sur la société. En 2000, selon l'Organisation mondiale de la Santé, la dépression était la principale cause d'incapacité dans le monde¹. La perte de productivité sur le marché du travail est une conséquence économique importante de la dépression². Les travailleurs souffrant de dépression sont plus susceptibles que les autres de s'absenter en raison d'une incapacité, qu'elle soit de courte ou de longue durée, et ils ont tendance à être moins productifs au travail³⁻⁷.

Des études antérieures ont montré que le stress au travail et ailleurs qu'au travail est associé à un grand nombre de problèmes de santé mentale⁸⁻²⁹. Bien que ces associations ne soient pas encore entièrement comprises, on pense que le stress contribue à miner l'idée positive qu'une personne a d'elle-même, ce qui la rend plus vulnérable aux problèmes de santé mentale tels que la dépression³⁰.

Il est donc important de comprendre que les travailleurs peuvent être vulnérables à différentes sources de stress, ainsi que la façon dont les facteurs de stress interagissent et affectent leur santé mentale. Ce genre d'information permettrait aux employeurs de prendre des mesures pour réduire ou prévenir le stress, et peut-être même diminuer le risque de dépression.

Les emplois jugés les plus stressants sont souvent qualifiés d'emplois « imposant de fortes tensions et contraintes »¹⁴. On entend par là que les exigences de l'emploi sont considérables, mais que les travailleurs ont peu d'occasions d'utiliser leurs compétences et de prendre des décisions. Les effets des fortes tensions et des contraintes au travail sur

la santé cardiovasculaire sont bien documentés³³, mais on a peu étudié les associations qui existent entre ces effets et la santé mentale, particulièrement de façon longitudinale^{10,18}. Les tensions et contraintes au travail ne sont que l'un des agents stressants auxquels sont soumis les travailleurs dans leur vie de tous les jours. Par exemple, le manque de soutien de la part des surveillants et des collègues peut être une source de stress. Et, naturellement, les travailleurs peuvent vivre des situations stressantes dans leur foyer et dans d'autres circonstances de leur vie.

Dans le présent article, qui s'appuie sur des données tirées de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Santé mentale et

Sources des données

Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : L'analyse transversale des niveaux de stress et de leur association à la dépression est fondée sur les données de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2002 — Santé mentale et bien-être (cycle 1.2), qui a débuté en mai 2002 et a été réalisée sur une période de huit mois. Le cycle 1.2 de l'ESCC couvre les personnes de 15 ans et plus vivant dans des logements privés dans les dix provinces. Les personnes placées en établissement, les résidents des trois territoires, ceux des réserves indiennes et de certaines régions éloignées, les membres de la force régulière des Forces armées et les civils qui résident dans les bases militaires ne font pas partie du champ de l'enquête.

L'échantillon a été tiré à partir de la base aréolaire utilisée pour l'Enquête sur la population active du Canada. Les logements compris dans cette base aréolaire ont été sélectionnés selon un plan d'échantillonnage par grappe stratifiée à plusieurs degrés. Une personne de 15 ans ou plus a été choisie au hasard dans chaque ménage qui faisait partie de l'échantillon. Les participants à l'enquête ont été sélectionnés de manière à ce que les jeunes (15 à 24 ans) et les personnes âgées (65 ans et plus) soient surreprésentés, afin de s'assurer que les échantillons étaient de taille suffisante pour ces groupes d'âge. Le plan de sondage, l'échantillon et les méthodes d'interview dans le cadre de l'enquête sont décrits de façon plus détaillée dans d'autres rapports et sur le site Web de Statistique Canada^{31,32}. Toutes les interviews ont été menées au moyen d'une application assistée par ordinateur. La plupart (86 %) ont été réalisées sur place et les autres, par téléphone. Les personnes sélectionnées qui ont participé à l'enquête ont dû fournir elles-mêmes

les renseignements demandés, la réponse par procuration n'étant pas acceptée. L'échantillon de répondants comptait 36 984 personnes de 15 ans et plus; le taux de réponse était de 77 %.

Enquête nationale sur la santé de la population : L'analyse des associations entre le stress et l'incidence de la dépression sur une période de deux ans porte sur des données provenant de l'Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP). Réalisée une première fois en 1994-1995, l'ENSP est conçue pour recueillir tous les deux ans des renseignements sur la santé des Canadiens et des Canadiennes. Elle couvre la population à domicile et les personnes dans les établissements de santé dans les dix provinces et les trois territoires, sauf les habitants des réserves indiennes, des bases des Forces canadiennes et de certaines régions éloignées.

En 1994-1995, 20 095 personnes ont été sélectionnées pour faire partie du panel longitudinal. Cette année-là, le taux de réponse a été de 86,0 %, ce qui représente 17 276 personnes que l'on a essayé de réinterviewer tous les deux ans. Fondés sur ces 17 276 personnes, les taux de réponse aux cycles subséquents sont : 92,8 % pour le cycle 2 (1996-1997), 88,2 % pour le cycle 3 (1998-1999), 84,8 % pour le cycle 4 (2000-2001) et 80,6 % pour le cycle 5 (2002-2003). Le plan de sondage, l'échantillon et les méthodes d'interview de l'ENSP sont décrits plus en détail dans des rapports déjà publiés^{34,35}.

La présente analyse porte sur le fichier longitudinal « carré » du cycle 5 (2002-2003), qui contient les enregistrements pour tous les membres répondants du panel original, que l'on ait ou non recueilli des renseignements à leur sujet lors des cycles subséquents.

bien-être (cycle 1.2), réalisé en 2002, on décrit le niveau de stress des Canadiens ayant un emploi, en tenant compte des variations selon le sexe, l'âge et les caractéristiques de l'emploi. Les tensions et contraintes au travail, le faible soutien des collègues, le faible soutien des surveillants ainsi que le stress — général ou personnel — dans la vie de tous les jours sont pris en compte dans l'analyse (voir *Définition du stress et de la dépression*). Outre les liens transversaux entre le stress et la dépression, on examine également l'association entre le stress et l'incidence de la dépression sur une période de deux ans. Pour ce faire, on utilise les données longitudinales provenant des cinq premiers cycles de l'Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP). Ces relations sont analysées par des méthodes multivariées tenant compte de l'effet des caractéristiques de l'emploi ainsi que des facteurs de stress se manifestant ailleurs qu'au travail (voir *Sources des données, Techniques d'analyse et Limites*).

Les tensions et contraintes au travail sont plus fréquentes chez les femmes

Les tensions et contraintes au travail résultent de la combinaison de fortes exigences psychologiques et d'une faible latitude de décision¹⁴. Le questionnaire de l'ESCC de 2002 comprenait une série de questions destinées à évaluer ces deux composantes, grâce au calcul, pour chacune, d'une cote pouvant varier de 0 à 10 (voir *Définition du stress et de la dépression*). En moyenne, la cote était significativement plus élevée pour les femmes que pour les hommes en ce qui concerne les exigences psychologiques, et plus faible en ce qui concerne la latitude de décision (tableau 1). Les cotes obtenues pour les femmes étaient plus faibles pour les deux composantes de la latitude de décision, c'est-à-dire la discrétion relative à la compétence et le pouvoir décisionnel.

Les emplois imposant de fortes tensions et contraintes sont psychologiquement exigeants, mais ils offrent aux travailleurs peu d'occasions de prendre des décisions ou d'utiliser leurs compétences. En 2002, les femmes occupées étaient systématiquement plus susceptibles que leurs homologues masculins d'obtenir une cote

Tableau 1
Cotes de stress et de soutien pour la population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002

	Hommes	Femmes
Tensions et contraintes au travail, cote moyenne	0,90	1,00*
Fortes (ratio de 1,2 et plus) %	18,8	26,6*
Moyennes (ratio compris entre 0,8 et 1,2) %	34,0	35,4
Faibles (ratio de 0,8 et moins) %	47,1	38,0*
Composantes des tensions et contraintes au travail		
Exigences psychologiques, cote moyenne	5,61	5,85*
Travail frénétique - % d'accord	58,0	62,5*
Exempt de demandes opposées - % en désaccord	40,9	43,6*
Latitude de décision, cote moyenne	6,66	6,27*
Discrétion relative à la compétence, cote moyenne	6,31	6,02*
Acquisition de nouvelles compétences requise - % d'accord	82,2	81,5
Niveau élevé de compétence requis - % d'accord	79,9	72,2*
Doit refaire toujours les mêmes choses - % en désaccord	24,6	20,0*
Pouvoir décisionnel, cote moyenne	7,19	6,66*
Libre de prendre des décisions - % d'accord	78,9	70,5*
A son mot à dire sur l'évolution de son travail - % d'accord	70,2	61,1*
Stress général quotidien, cote moyenne	4,69	5,04*
Stress général quotidien intense		
La plupart des journées assez/extrêmement stressantes - % d'accord	25,3	29,3*
Soutien des collègues, cote moyenne	6,75	6,72
Faible soutien des collègues (%)[†]	32,2	32,4
Exposé(e) à l'hostilité ou aux conflits - % d'accord	28,6	27,9
Collègues facilitent le travail - % en désaccord	6,1	6,9
Soutien des surveillants, cote moyenne	6,40	6,54*
Faible soutien des surveillants		
Surveillants facilitent le travail - % en désaccord	17,2	16,4

[†] Pourcentage d'accord avec le premier énoncé ou en désaccord avec le second.

* Valeur significativement différente de l'estimation pour les hommes ($p < 0,05$).

Nota : Les niveaux des tensions et contraintes au travail, des exigences psychologiques, de discrétion relative à la compétence, de pouvoir décisionnel et de stress général quotidien sont d'autant plus élevés que les cotes sont élevées. Pour le soutien des collègues et des surveillants, le soutien est d'autant plus important que la cote est élevée. Sauf pour les tensions et contraintes au travail, toutes les cotes ont été recalculées proportionnellement, de sorte que la valeur minimale soit 0 et la valeur maximale, 10.

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

supérieure à 1 pour les tensions et contraintes au travail (graphique 1), ce qui indique que les exigences de leur emploi l'emportaient sur leur liberté de prendre des décisions ou d'utiliser leurs compétences. Par contre, les hommes étaient plus susceptibles d'obtenir une cote inférieure à 1, ce

Techniques d'analyse

La prévalence du stress chez les travailleurs a été estimée au moyen de données provenant de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2002 — Santé mentale et bien-être (cycle 1.2). Les quatre sources de stress qui ont fait l'objet de l'examen sont les tensions et contraintes au travail, le stress général quotidien élevé, le faible soutien des collègues et le faible soutien des surveillants. Les données ont été pondérées pour qu'elles soient représentatives de la population des provinces en 2002.

On s'est servi de totalisations croisées pour étudier les associations transversales entre les quatre sources de stress et l'apparition d'un épisode dépressif majeur (EDM) au cours des 12 mois qui ont précédé l'enquête. Ces associations ont également été examinées au moyen d'une série de modèles de régression logistique multivariée distincts pour les hommes et pour les femmes. Au moyen d'un premier ensemble de modèles, on a estimé individuellement, pour chacune des quatre sources de stress, la cote non corrigée exprimant le risque d'avoir vécu un EDM. Au moyen d'un deuxième ensemble de modèles, on a examiné les mêmes associations en tenant compte de l'effet de variables confusionnelles éventuelles, à savoir la profession, le nombre d'heures travaillées, le travail par quart, le travail autonome, l'âge, l'état matrimonial, la présence d'enfants dans le ménage, le niveau de scolarité, le revenu personnel, l'abus mensuel d'alcool et le faible soutien émotionnel. Dans le dernier ensemble de modèles, les quatre facteurs de stress ont été pris en compte simultanément, en plus des autres variables de contrôle, afin de déterminer s'ils étaient indépendamment associés à la dépression. Les corrélations entre les quatre mesures du stress variaient de faibles à modérées.

Corrélations entre les cotes de stress et de soutien selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002

	Tensions et contraintes au travail	Stress général quotidien	Soutien des collègues	Soutien des surveillants
Hommes				
Tensions et contraintes au travail	1,00	0,18	-0,20	-0,11
Stress général quotidien	...	1,00	-0,17	-0,08
Soutien des collègues	1,00	0,27
Soutien des surveillants	1,00
Femmes				
Tensions et contraintes au travail	1,00	0,16	-0,21	-0,14
Stress général quotidien	...	1,00	-0,14	-0,06
Soutien des collègues	1,00	0,33
Soutien des surveillants	1,00

... n'ayant pas lieu de figurer

Nota : Le niveau des tensions et contraintes au travail, de stress général quotidien, de soutien des collègues ou de soutien des surveillants est d'autant plus élevé que la cote est élevée.

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

Toutes les analyses ont été réalisées séparément pour les hommes et pour les femmes, et portaient sur les personnes de 18 à 75 ans qui avaient un emploi au moment de l'interview de l'ESCC. La taille de l'échantillon était de 10 660 hommes et 10 087 femmes, dont 396 hommes et 658 femmes ont été classés comme ayant vécu un EDM au cours de l'année précédant l'enquête.

L'analyse des associations entre le stress et l'incidence de la dépression sur deux ans est basée sur des données provenant de l'Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP). Le regroupement des observations répétées a été combiné à l'analyse de régression logistique. On s'est servi de deux cohortes d'observations regroupées ayant pour années de référence 1994-1995 (cycle 1) et 2000-2001 (cycle 4). Ces deux cycles de l'ENSP sont ceux pour lesquels les questions sur le stress ont été posées et pour lesquels l'information sur la dépression était disponible deux ans plus tard.

Pour chaque année de référence, on a sélectionné des adultes de 18 à 75 ans qui étaient occupés au moment de l'interview de l'ENSP. Ceux qui avaient vécu un EDM l'année précédant l'interview de référence ont été exclus. L'incidence de la dépression deux ans plus tard chez les répondants retenus a été estimée en fonction de la valeur des quatre variables de stress lors de l'année de référence. On a exclu les enregistrements pour lesquels la situation concernant la dépression était inconnue dans le cadre du suivi. Les tailles de l'échantillon étaient les suivantes :

Cohorte	Référence	Suivi	Travailleurs (référence)		Dépression (au suivi)	
			Hommes	Femmes	Hommes	Femmes
Cycle 1	1994-1995	1996-1997	3 199	2 994	72	134
Cycle 4	2000-2001	2002-2003	2 926	2 892	71	128
Total			6 125	5 886	143	262

Comme l'analyse est fondée sur les nouveaux « cas » de dépression sur une période de deux ans, il est possible que certains travailleurs aient été comptés plus d'une fois dans le calcul des taux d'incidence. Ainsi, un travailleur ne faisant pas de dépression en 1994-1995, déclarant ensuite faire de la dépression en 1996-1997, puis exempt de dépression en 2000-2001 et déclarant de nouveau faire de la dépression en 2002-2003 aurait compté pour deux nouveaux « cas » de dépression. La méthode du *bootstrap* tient compte de l'augmentation de la variance que peuvent causer les observations répétées, une personne donnée étant toujours dans le même échantillon *bootstrap*³⁶.

Une série de modèles de régression logistique multiple ont été utilisés pour analyser les ensembles groupés d'observations afin d'estimer les associations entre le niveau de stress durant l'année de référence et la dépression subséquente. Les trois premiers ensembles de modèles étaient semblables à ceux utilisés pour l'analyse transversale, toutes les variables indépendantes étant mesurées pour l'année de référence. Un quatrième ensemble de modèles a été introduit pour tenir compte de l'effet du sentiment d'avoir le contrôle sur sa vie, en plus des autres variables incluses dans les modèles précédents.

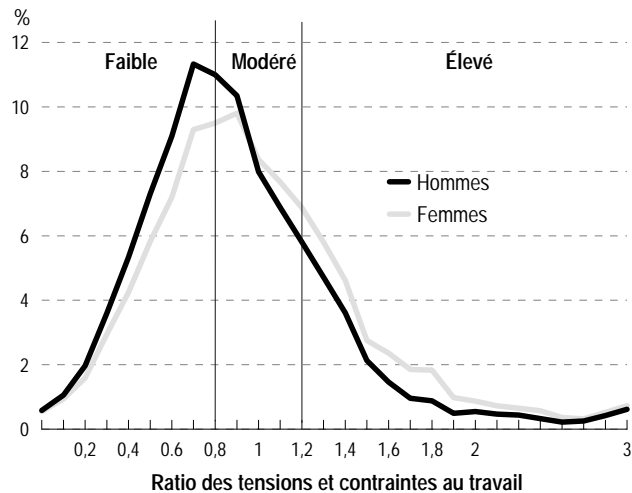
Pour l'analyse longitudinale, on a tenu compte du stress personnel (voir *Définition du stress et de la dépression*).

Pour simplifier l'interprétation, dans tous les modèles de régression, on a utilisé des variables catégoriques pour classer les niveaux de stress des répondants, ce qui pourrait avoir contribué à réduire la sensibilité de ces mesures^{37,38}. Cependant, quand les régressions étaient reprises en utilisant des variables de stress continu, les résultats étaient similaires (données non présentées).

Pour tenir compte des effets du plan de sondage de l'ESCC et de l'ENSP, on a appliqué la méthode du *bootstrap* pour estimer les coefficients de variation et les valeurs p, et pour réaliser les tests de signification^{39,41}. Le seuil de signification a été fixé à $p < 0,05$.

Graphique 1

Répartition en pourcentage de la population occupée de 18 à 75 ans, selon le ratio des tensions et contraintes au travail¹ et le sexe, Canada, territoires non compris, 2002



¹ Exigences psychologiques divisées par la latitude de décision.
Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

qui signifie que leur latitude de décision l'emportait sur les exigences de l'emploi.

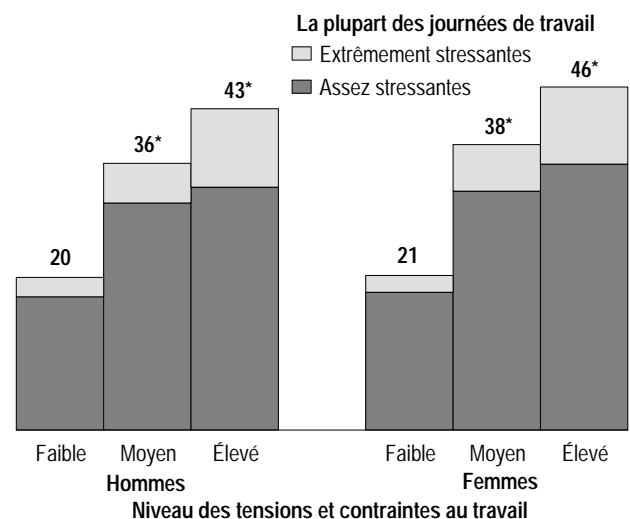
Les tensions et contraintes au travail ont été réparties en trois catégories, à savoir faibles, moyennes ou fortes. Les femmes étaient proportionnellement plus nombreuses (27 %) que les hommes (19 %) à éprouver de fortes tensions et contraintes au travail, tandis que les hommes étaient plus susceptibles d'éprouver de faibles tensions et contraintes au travail (47 % par rapport à 38 % pour les femmes) (tableau 1). Même en utilisant pour l'analyse un modèle multivarié tenant compte des effets d'autres caractéristiques de l'emploi dont la profession, l'horaire de travail, le nombre d'heures de travail et le revenu personnel, les femmes demeurent proportionnellement plus nombreuses à éprouver de fortes tensions et contraintes au travail (données non présentées). D'autres études ont montré que les femmes sont généralement plus susceptibles que les hommes d'occuper des emplois imposant de fortes tensions et contraintes, et que ces derniers ont le sentiment d'exercer un plus grand contrôle sur leur travail que les femmes^{18,21,23,42,43}.

Stress et insatisfaction au travail

Comme il fallait s'y attendre, les travailleurs qui occupent un emploi dans lesquels ils vivent de fortes tensions et contraintes étaient plus susceptibles de déclarer que leur travail était stressant. Tant les hommes que les femmes soumis à de fortes tensions et contraintes au travail étaient plus de deux fois plus susceptibles de déclarer que leurs journées de travail étaient « extrêmement » ou « assez » stressantes que ceux et celles n'éprouvant que de faibles tensions et contraintes au travail (graphique 2). En outre, ces résultats confirment ceux d'autres études, les emplois comportant de fortes tensions et contraintes étaient associés à l'insatisfaction au travail^{13,14}. Les femmes dont le niveau des tensions et contraintes au travail était élevé étaient quatre fois plus susceptibles d'être insatisfaites de leur emploi que celles dont le niveau était faible, tandis que les hommes dans la même situation étaient cinq fois plus susceptibles d'être insatisfaits (graphique 3).

Graphique 2

Pourcentage de personnes disant éprouver un stress intense au travail, selon le niveau des tensions et contraintes au travail et le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002



* Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour la catégorie précédente ($p < 0,05$)

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

Définition du stress et de la dépression

Pour évaluer les *tensions et contraintes au travail*, on a demandé aux participants à l'enquête s'ils étaient « tout à fait d'accord », « d'accord », « ni d'accord ni en désaccord », « en désaccord » ou « entièrement en désaccord » avec les énoncés suivants :

- Votre travail exige l'acquisition de nouvelles connaissances.
- Votre travail exige un niveau élevé de compétence.
- Vous êtes libre de décider de votre façon de travailler.
- Votre travail consiste à refaire toujours les mêmes choses. (Cote inversée.)
- Votre travail est frénétique.
- Vous êtes exempt(e) des demandes opposées que font les autres. (Cote inversée.)
- Vous avez votre mot à dire sur l'évolution de votre travail.

Une cote a été calculée pour chacune des trois composantes des tensions et contraintes au travail : les *exigences psychologiques*, basées sur les énoncés e) et f), le *pouvoir décisionnel*, basé sur c) et g), et la *discretion relative à la compétence*, basée sur a), b) et d). Les cotes ont été calculées en attribuant une valeur comprise entre 4 (tout à fait d'accord) et 0 (entièrement en désaccord) à chaque énoncé de la composante, puis en calculant la somme de ces valeurs. L'algorithme de calcul des cotes a été créé de sorte qu'une cote élevée indique des exigences élevées, un grand pouvoir décisionnel ou une grande discretion concernant la compétence. L'échelle des valeurs était inversée pour la cote des énoncés d) et f). Une cote de *latitude de décision* a été calculée en additionnant les cotes obtenues pour le pouvoir décisionnel et la discretion concernant la compétence. Toutes les cotes ont été recalculées (proportionnellement) de sorte que, pour tous les répondants, la cote maximale possible, conforme à toutes les mesures, soit égale à 10. Puis on a calculé le ratio des tensions et contraintes au travail en divisant la cote pour les exigences psychologiques, corrigée en fonction de celle obtenue pour la latitude de décision. Le fait que le numérateur et le dénominateur aient été recalculés proportionnellement sur un total de 10 assure que les contributions éventuelles des exigences psychologiques et de la latitude de décision soient égales. Une faible valeur constante (0,1) a été ajoutée au numérateur ainsi qu'au dénominateur pour éviter de diviser par 0. Pour résoudre le problème des valeurs extrêmes, les cotes supérieures à 3 ont été fixées à 3; cette correction a été appliquée à environ 1 % des enregistrements.

Dans de nombreuses études traitant des associations entre la santé et les tensions et contraintes au travail, ces dernières ont été définies comme correspondant aux travailleurs ayant une cote supérieure à la médiane pour les exigences psychologiques, et inférieure à la médiane pour la latitude de décision. L'utilisation d'un quotient pour évaluer les tensions et contraintes au travail est une approche relativement nouvelle, mais elle offre plus de souplesse pour choisir les valeurs des seuils définissant les catégories de tensions et de contraintes au travail³¹. Les personnes dont le ratio était égal ou supérieur à 1,2 ont été classées dans la catégorie des travailleurs éprouvant de fortes tensions et contraintes au travail. Les cotes comprises entre 0,8 et 1,2 correspondent à la catégorie de tensions et contraintes moyennes et celles égales ou inférieures à 0,8, à la catégorie de faibles tensions et contraintes.

Les énoncés qui suivent ont été utilisés pour évaluer le *soutien des collègues* et le *soutien des surveillants* :

- Vous êtes exposé(e) à l'hostilité ou au conflit de vos collègues. (Cote inversée.)
- Vos collègues facilitent l'exécution du travail.

- Votre surveillant facilite l'exécution du travail.

Les catégories de réponses variaient de « tout à fait d'accord » à « entièrement en désaccord », et les cotes ont été calculées de la même façon que pour les tensions et contraintes au travail, les valeurs plus élevées indiquant un plus grand soutien. Des cotes corrigées (par calcul proportionnel) ont également été produites, de sorte que la cote maximale soit de 10 pour tous les répondants. Les répondants ont été considérés comme ne recevant qu'un faible soutien de leurs collègues s'ils étaient d'accord ou entièrement d'accord avec le premier énoncé ayant trait au soutien des collègues ou en désaccord ou entièrement en désaccord avec le deuxième énoncé, et comme ne recevant qu'un faible soutien de leurs surveillants s'ils étaient en désaccord ou entièrement en désaccord avec l'énoncé concernant le soutien des surveillants.

Lors de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2002, le *stress général quotidien* a été évalué au moyen de la question : « En pensant au niveau de stress dans votre vie, diriez-vous que la plupart de vos journées sont : pas du tout stressantes? pas tellement stressantes? un peu stressantes? assez stressantes? extrêmement stressantes? » Les personnes qui ont répondu « extrêmement stressantes » ou « assez stressantes » ont été classées dans la catégorie des travailleurs éprouvant un stress quotidien intense. Une cote continue a également été attribuée, variant de 4 (extrêmement stressantes) à 0 (pas du tout stressantes), puis corrigée (par calcul proportionnel) de sorte que la valeur maximale soit égale à 10.

La question sur le stress général n'a pas été posée lors des cycles 1 et 4 de l'Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP); cinq énoncés à réponse « vrai ou faux » ont été utilisés pour évaluer le *stress personnel* :

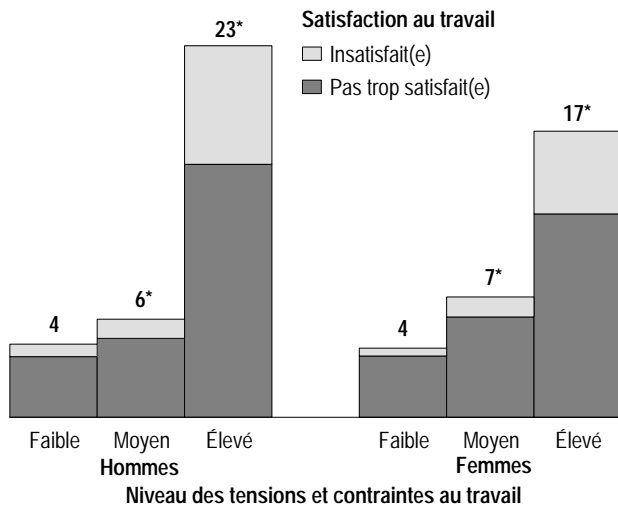
- Vous essayez d'entreprendre trop de choses en même temps.
- Vous ressentez trop de pressions pour être comme les autres.
- Les autres attendent trop de votre part.
- Votre travail à la maison n'est pas apprécié.
- Les gens sont trop critiques à votre égard ou critiquent trop ce que vous faites.

On a obtenu une cote de stress personnel en déterminant le nombre de réponses « vrai ». On a considéré que les personnes ayant répondu « vrai » à au moins deux énoncés subissaient un stress personnel intense.

L'ESCC s'appuie sur la version de la Composite International Diagnostic Interview de la World Mental Health Survey (WMH-CIDI) pour estimer la prévalence de divers troubles mentaux, y compris la *dépression*. La WMH-CIDI est un instrument qui produit des diagnostics généralement fondés sur les critères du *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, quatrième édition, texte révisé* (DSM-IV®-TR), et qui a été conçu pour être utilisé par des non-spécialistes⁴⁴. En se basant sur l'avis d'experts, la WMH-CIDI et les algorithmes utilisés pour cerner la dépression et d'autres troubles mentaux ont été révisés au fil du temps. Le questionnaire utilisé pour l'ESCC peut être consulté à l'adresse www.statcan.ca/francais/concepts/health/cycle1.2/index_f.htm, et l'algorithme utilisé pour évaluer la prévalence de la dépression sur 12 mois peut être consulté à l'annexe du supplément de 2004 à *Rapports sur la santé*⁴⁵. L'ENSP s'appuie sur un sous-ensemble de questions de la *Composite International Diagnostic Interview*, conformément à la méthode de Kessler *et al.*⁴⁶. Ces questions couvrent un groupe de symptômes énumérés dans la troisième édition révisée du *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*⁴⁷. Pour les besoins du présent article, la présence de dépression s'applique à la période des 12 mois précédant l'entrevue de l'enquête.

Graphique 3

Pourcentage de personnes déclarant être insatisfaites de leur travail, selon le niveau des tensions et contraintes au travail et le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002



* Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour la catégorie précédente ($p < 0,05$).

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

Soutien au travail et stress général

Environ 1 personne occupée sur 3 a déclaré recevoir un faible soutien de ses collègues (32 %) et 1 sur 6, un faible soutien de ses surveillants, deux autres facteurs source de stress au travail (tableau 1).

On a également demandé aux participants à l'ESCC d'indiquer leur niveau de stress général dans la vie quotidienne. Les femmes étaient plus susceptibles (29 %) que les hommes (25 %) de déclarer que la plupart de leurs journées étaient « assez » ou « extrêmement » stressantes.

Âge et profession

Le niveau de stress varie selon l'âge des travailleurs et selon certaines caractéristiques de l'emploi. Comparativement au groupe des 40 à 54 ans, les hommes et les femmes de 18 à 24 ans étaient davantage susceptibles de déclarer vivre de fortes tensions et contraintes au travail (tableau 2). Parallèlement, le groupe plus jeune signalait toutefois un niveau plus faible de stress général dans la vie quotidienne. Les travailleurs des deux

sexes de 55 ans et plus ressentait, eux aussi, un plus faible niveau de stress général et, parmi ce groupe, les hommes éprouvaient un niveau plus faible de tensions et contraintes au travail.

Des études antérieures ont démontré que ce sont les cols blancs, particulièrement les hommes, qui déclarent avoir les plus hauts niveaux de contrôle sur ce qui arrive au travail, tandis que les cols bleus, surtout les femmes, déclarent les niveaux les plus faibles^{42,43,48}. Conformément à ces résultats, les hommes et les femmes occupant un poste de gestionnaire, de professionnel ou de technicien étaient les moins susceptibles de subir des niveaux élevés de tensions et de contraintes au travail. Par contre, ceux et celles travaillant dans les secteurs de la transformation, de la fabrication, des services publics, ou des ventes et des services étaient les plus susceptibles d'être soumis à un niveau élevé de tensions et de contraintes. En fait, près de la moitié des femmes occupées dans les secteurs de la transformation, de la fabrication ou des services publics ont déclaré être soumises à de fortes tensions et contraintes au travail. En revanche, les hommes et les femmes gestionnaires étaient, toutes proportions gardées, les plus nombreux à déclarer un niveau élevé de stress général.

Horaire de travail

Les hommes qui travaillaient à temps partiel (moins de 30 heures par semaine) étaient plus susceptibles d'éprouver de fortes tensions et contraintes au travail que ceux ayant un horaire de travail normal (de 30 à 40 heures par semaine). Pourtant, les travailleurs à temps partiel des deux sexes étaient ceux qui ressentait le moins de stress général quotidien, alors que ceux faisant de longues heures déclaraient en éprouver le plus (tableau 2).

Il a été démontré que le travail par quart est nuisible à la santé⁴⁹⁻⁵¹. Selon les données de l'ESCC, les personnes travaillant par quart étaient plus susceptibles de faire état de fortes tensions et de contraintes au travail que celles dont l'horaire de travail est plus régulier. Toutefois, ces travailleurs éprouvaient aussi un plus faible niveau de stress général.

Emploi et autres caractéristiques

Un *travailleur* est un répondant de 18 à 75 ans qui occupait un emploi au moment de l'interview de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) ou de l'Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP). Pour les personnes qui occupaient plus d'un emploi, les valeurs utilisées pour la profession, le nombre d'heures de travail, le travail par quart et le travail autonome sont celles correspondant à l'emploi principal, c'est-à-dire celui pour lequel le nombre d'heures de travail par semaine était le plus élevé.

Pour l'ESCC, on a demandé aux participants laquelle des neuf catégories suivantes décrivait le mieux leur *profession* : 1) gestionnaire; 2) professionnel; 3) technicien ou poste technique; 4) administration, finances ou travail de bureau; 5) ventes ou services; 6) commerce, transport ou opérateur de machines; 7) emploi en agriculture, foresterie, pêche ou exploitation minière; 8) emploi dans les secteurs de la transformation, de la fabrication ou des services publics; 9) toute autre profession. Pour l'ENSP, les professions ont été regroupées en catégories semblables d'après la Classification type des professions de 1991⁵².

Trois catégories d'*heures travaillées par semaine* ont été définies d'après le nombre moyen d'heures travaillées dans l'emploi principal : temps partiel (de 1 à 29 heures); heures normales (de 30 à 40 heures) ou de longues heures (plus de 40 heures).

Pour évaluer le travail par quart, on s'est fondé sur la question « Parmi les catégories suivantes, laquelle décrit le mieux les heures que vous avez travaillées habituellement à cet emploi? » Les personnes qui ont donné n'importe quelle autre réponse que « horaire normal de jour » ont été classées dans la catégorie du *travail par quart*.

Les personnes qui « travaillaient principalement à leur compte dans une entreprise, une ferme ou une pratique professionnelle » ont été classées dans la catégorie des *travailleurs autonomes*.

Pour l'ESCC, on a défini quatre groupes de revenus d'après le *revenu personnel total* provenant de toutes les sources au cours des 12 mois qui ont précédé l'interview : moins de 20 000 \$; de 20 000 \$ à 39 999 \$; de 40 000 \$ à 59 999 \$ et 60 000 \$ et plus. Comme la question sur le revenu personnel n'a pas été posée dans le cadre du premier cycle de l'ENSP, le revenu du ménage a été utilisé comme variable de contrôle dans les modèles de régression pour l'ENSP. On a défini les groupes de *revenu du ménage* d'après la taille du ménage et le revenu total de ce dernier provenant de toutes les sources durant les 12 mois qui ont précédé l'interview.

Groupe de revenu du ménage	Nombre de membres du ménage	Revenu total du ménage
Inférieur	1 à 4	Moins de 10 000 \$
	5 et plus	Moins de 15 000 \$
Moyen-inférieur	1 ou 2	10 000 \$ à 14 999 \$
	3 ou 4	10 000 \$ à 19 999 \$
	5 et plus	15 000 \$ à 29 999 \$
Moyen	1 ou 2	15 000 \$ à 29 999 \$
	3 ou 4	20 000 \$ à 39 999 \$
	5 et plus	30 000 \$ à 59 999 \$
Moyen-supérieur	1 ou 2	30 000 \$ à 59 999 \$
	3 ou 4	40 000 \$ à 79 999 \$
	5 et plus	60 000 \$ à 79 999 \$
Supérieur	1 ou 2	60 000 \$ et plus
	3 et plus	80 000 \$ et plus

Quatre *groupes d'âge* ont été utilisés aux fins de l'analyse : de 18 à 24 ans, de 25 à 39 ans, de 40 à 54 ans et 55 ans et plus.

On a demandé aux personnes qui ont participé aux enquêtes d'indiquer leur *état matrimonial* actuel : celles qui ont répondu « marié(e) à l'heure actuelle », « vit avec un conjoint de fait » ou « vit avec une autre personne » ont été regroupées dans la catégorie des personnes « mariées ».

La *présence d'enfants dans le ménage* signifie qu'au moins un enfant de moins de 12 ans vivait dans le ménage.

Deux catégories de *niveau de scolarité* représentent le plus haut niveau de scolarité atteint : diplôme d'études postsecondaires ou pas de diplôme d'études postsecondaires.

Pour déterminer l'*abus mensuel d'alcool*, on a demandé aux participants à l'ESCC combien de fois, au cours des 12 derniers mois, ils avaient bu cinq verres ou plus d'alcool à une même occasion; le fait de boire de l'alcool au moins une fois par mois était considéré comme un *abus mensuel d'alcool*. Aux participants au cycle 1 de l'ENSP, on a demandé combien de fois, au cours des 12 derniers mois, ils avaient bu cinq verres ou plus d'alcool à une même occasion; 12 fois ou plus a été considéré comme un abus mensuel d'alcool.

Pour obtenir l'*autoévaluation du soutien émotionnel*, on a demandé aux participants à l'ESCC et au cycle 4 de l'ENSP : « Dans quelle mesure avez-vous accès aux types de soutien suivants quand vous en avez besoin? Une personne :

- qui vous écoute quand vous avez besoin de parler?
- qui vous conseille en situation de crise?
- pouvant vous renseigner afin de vous aider à comprendre les situations que vous traversez?
- à qui vous confier ou à qui parler de vous et de vos problèmes?
- dont vous recherchez vraiment les conseils?
- à qui confier vos inquiétudes et vos peurs les plus intimes?
- à qui demander des suggestions quand vous avez un problème d'ordre personnel?
- qui comprend vos problèmes? »

On leur a également demandé d'indiquer à quelle fréquence ce soutien était disponible. Les personnes qui ont répondu « jamais » ou « rarement » à au moins un énoncé ont été considérées comme ayant un *faible soutien émotionnel*. Lors du cycle 1 de l'ENSP, on a utilisé quatre questions à réponse « oui » ou « non » pour évaluer cette variable et les personnes qui ont répondu « non » au moins une fois ont été considérées comme ayant un *faible soutien émotionnel* :

- Avez-vous un confident ou une confidente, c'est-à-dire quelqu'un à qui parler de vos sentiments ou préoccupations personnels?
- Connaissez-vous quelqu'un sur qui vous pouvez vraiment compter en cas de crise?
- Connaissez-vous quelqu'un sur qui vous pouvez vraiment compter lorsque vous avez à prendre des décisions personnelles importantes?
- Quelqu'un vous fait-il sentir qu'il vous aime et qu'il tient à vous?

Pour l'analyse des données de l'ENSP, les *fumeurs quotidiens* étaient les personnes qui fumaient la cigarette tous les jours. La situation d'usage du tabac n'a pas été utilisée dans l'analyse basée sur les données de l'ESCC de 2002 parce que celle-ci ne contenait pas de questions sur l'usage du tabac.

Dans l'ENSP, pour évaluer le *sentiment de contrôle*, on a demandé aux personnes interviewées d'évaluer sept énoncés au moyen d'une échelle de cinq points allant de « tout à fait d'accord » (cote de 0) à « entièrement en désaccord » (cote de 4) :

- Vous avez peu de contrôle sur ce qui vous arrive.
- Vous ne pouvez vraiment rien faire pour résoudre certains de vos problèmes.
- Vous ne pouvez pas faire grand-chose pour changer bien des choses importantes dans votre vie.
- Vous vous sentez souvent impuissant(e) face aux problèmes de la vie.
- Vous trouvez parfois que vous vous faites malmené(e) dans la vie.
- Ce que votre avenir renferme dépend surtout de vous-mêmes. (Cote inversée.)
- Vous pouvez réaliser à peu près tout ce que vous décidez de faire. (Cote inversée.)

Les réponses à chaque énoncé ont été additionnées (cote variant de 0 à 28). Le sentiment de contrôle est d'autant plus fort que la cote est élevée (coefficient alpha de Cronbach = 0,76). Les personnes situées dans le quartile inférieur de la distribution ont été considérées comme éprouvant un faible sentiment de contrôle. Les questions sur le contrôle n'ont pas été posées lors de l'ESCC.

Tableau 2

Pourcentage de personnes déclarant éprouver un stress au travail et un stress personnel intenses, selon le sexe, l'âge et certaines caractéristiques de l'emploi, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002

	Fortes tensions et contraintes au travail		Stress général quotidien intense		Faible soutien des collègues		Faible soutien des surveillants	
	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes
	%		%		%		%	
Total	19	27	25	29	32	32	17	16
Groupe d'âge								
18 à 24 ans	27*	31*	17*	23*	31	30	15	13
25 à 39 ans	19	27	26	29	33	36*	17	19
40 à 54 ans [†]	19	26	29	33	34	31	18	16
55 ans et plus	12*	22	22*	25*	26*	28	18	16
Profession[‡]								
Gestionnaires	13*	18*	37*	43*	44*	39*	15	16
Professionnels/techniciens	13*	19*	28	31	30	34	17	16
Administration/finances/travail de bureau	18	27	32	30	27	29	17 ^E	17
Ventes/services	27*	32*	23	25*	31	31	16	17
Commerce/transport/opération de machines	20	34	20*	26	33	32	18	17
Agriculture/foresterie/pêche/exploitation minière	14	22 ^E	22	13 ^{*E}	24*	29 ^E	14	12 ^E
Transformation/fabrication/services publics	30*	48*	21	29	30	38	22	17
Heures de travail par semaine								
Temps partiel (1 à 29)	24*	26	14*	23*	29	28	17	17
Heures normales (30 à 40) [†]	19	27	20	28	30	32	17	16
Longues heures (plus de 40)	18	26	33*	41*	35*	39*	17	17
Travail par quart								
Oui	25*	32*	22*	26*	34	34	17	17
Non [†]	16	24	26	30	32	32	17	16
Travail autonome								
Oui	9*	12*	30*	29	29*	30
Non [†]	21	29	24	29	33	33
Revenu personnel								
Moins de 20 000 \$	28*	30*	23*	25*	29	29*	17	15
De 20 000 \$ à 39 999 \$	22*	28*	22*	28*	30	33	18	18
De 40 000 \$ à 59 999 \$	17*	23*	25*	36	36	37	17	18
60 000 \$ et plus [†]	12	15	31	41	33	37	16	15

[†] Catégorie de référence.

[‡] La catégorie de référence est le total.

* Valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence ($p < 0,05$, corrigée pour les comparaisons multiples).

^E Utiliser avec prudence (coefficient de variation compris entre 16,6 % et 33,3 %).

... n'ayant pas lieu de figurer.

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

Autres caractéristiques de l'emploi

Les hommes travaillant à leur propre compte étaient moins susceptibles que les autres travailleurs masculins d'avoir le sentiment d'être soumis à de fortes tensions et contraintes au travail, mais plus susceptibles d'éprouver un stress général élevé (tableau 2). De même, chez les femmes, le travail autonome était associé à de plus faibles tensions et contraintes au travail. Par contre, aucun lien ne se dégage entre le travail autonome des femmes et le niveau de stress général.

Le revenu personnel est inversement associé au niveau de tensions et contraintes au travail et positivement associé au stress général, chez les hommes comme chez les femmes. Les travailleurs ayant un faible revenu ont tendance à déclarer subir de plus fortes tensions et contraintes au travail, mais un stress général plus faible.

Les réponses aux questions de l'ESCC sur le niveau de stress quotidien n'indiquent pas à quels aspects de la vie ce stress est associé. Cependant, puisque les associations entre les tensions et

Limites

Dans le cadre de la présente analyse, les emplois caractérisés par de fortes tensions et contraintes sont ceux pour lesquels les travailleurs ont déclaré de fortes exigences psychologiques associées à une faible latitude de décision. Ces mesures sont fondées sur les perceptions individuelles des travailleurs et sont donc sujettes à un biais de réponse (c.-à-d. que deux travailleurs se trouvant dans des situations de travail semblables pourraient avoir des perceptions différentes et, par conséquent, obtenir des cotes différentes pour les tensions et contraintes au travail). Des études de validation reposant sur des évaluations plus objectives ont révélé une forte corrélation avec les évaluations autodéclarées dans le cas de la latitude de décision, mais ont mené à la conclusion que l'évaluation des exigences psychologiques est plus subjective^{14,31}. Qui plus est, les évaluations de la dépression étant également fondées sur des autodéclarations, elles pourraient résulter d'un biais dans la mesure des associations entre le stress et la dépression. Une affectivité négative, c'est-à-dire une tendance générale à être pessimiste, pourrait donner lieu à une surestimation des rapports de cotes entre la dépression et le stress. Dans l'analyse longitudinale, le fait de tenir compte de l'effet du sentiment de contrôle pourrait avoir contribué à éliminer, en partie, ce problème, selon l'importance de la corrélation entre l'affectivité négative et le sentiment de contrôle.

Il n'a pas été possible de tenir compte de l'effet de certaines variables liées à l'emploi, comme l'appartenance à un syndicat, la permanence de l'emploi et le revenu d'emploi, parce que les données à ce sujet n'ont pas été recueillies dans le cadre du cycle 1.2 de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) ni de l'Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP). L'ajout de ces variables aurait peut-être contribué à modifier les associations entre le stress et la dépression.

Dans les analyses longitudinales, on a examiné l'incidence de la dépression sur une période de deux ans en fonction du stress au début de la période. Seuls les travailleurs ne faisant pas de dépression au début de la période ont été inclus dans l'analyse. Cependant, ces travailleurs pourraient avoir eu des antécédents de dépression, et le fait de ne pas en avoir tenu compte dans les modèles pourrait avoir biaisé les résultats. En outre, les diverses sources de stress n'ont été évaluées que pour l'année de référence et l'on ne sait pas combien de temps les travailleurs ont été exposés au stress. L'existence de la dépression a été évaluée deux ans plus tard au cours de l'interview de suivi. Certains travailleurs pourraient avoir quitté le marché du travail ou changé d'emploi à divers moments pendant cette période de deux ans.

En ce qui concerne les données de l'ESCC de 2002, on a utilisé le coefficient alpha de Cronbach pour évaluer la cohérence interne des indices de stress au travail. Il n'a pas été possible de produire ce genre d'estimation pour le soutien de la part du surveillant, parce que l'on n'a utilisé qu'un seul énoncé pour évaluer ce construct. Les estimations de la cohérence interne étaient de 0,32 pour les exigences psychologiques au travail, de 0,62 pour la latitude de décision et de 0,21 pour le soutien des collègues. Dans le cadre d'études antérieures fondées sur tous les énoncés du *Job Content Questionnaire* de Karasek⁴³, qui contient un plus grand nombre d'énoncés pour chacune de ces échelles, les estimations de la cohérence interne étaient égales ou supérieures à 0,7 pour toutes les trois^{11,43,53}. Les estimations relativement faibles de la cohérence interne obtenues ici sont dues, en partie, au nombre limité d'énoncés utilisés dans l'ESCC (et dans l'ENSP) pour évaluer le stress au travail. Ces faibles scores de cohérence pourraient avoir eu une incidence sur les associations entre le stress au travail et la dépression, dans l'analyse transversale aussi bien que longitudinale, surtout

en ce qui concerne le soutien des surveillants, puisque un seul énoncé a été utilisé pour évaluer ce construct.

La possibilité d'un biais de sélection dû à l'érosion de l'échantillon est un problème que posent les études longitudinales. Dans le cas de l'analyse longitudinale basée sur les données de l'ENSP, les niveaux de stress chez les travailleurs de 18 ans et plus lors des cycles 1 et 4 (cycles de référence) ont été examinés en fonction des nouveaux cas de dépression deux ans plus tard lors des cycles 2 et 5 (cycles de suivi), respectivement (voir *Techniques d'analyse*). D'un cycle à l'autre de l'enquête, on a perdu certains membres du panel pour des raisons telles que le refus de participer, le décès, la non-réponse à une question, le placement dans un établissement de santé ou le déménagement hors du pays. Du total groupé de 6 866 travailleurs masculins évalués lors des cycles de référence, 10,8 % (741) n'ont pas répondu au cycle de suivi. Chez les travailleuses, on a perdu de vue 8,6 % d'entre elles pour le suivi (556 des 6 442 évaluées lors des cycles de référence).

Non-répondants (échantillon non pondéré), selon le sexe, population occupée de 18 ans et plus, ENSP

Hommes		Femmes	
Répondants (cycle de référence)	Non-répondants (cycle de suivi)	Répondants (cycle de référence)	Non-répondants (cycle de suivi)
(1994-1995) 3 490	(1996-1997) 291 8,3 %	(1994-1995) 3 232	(1996-1997) 238 7,4 %
(2000-2001) 3 376	(2002-2003) 450 13,3 %	(2000-2001) 3 210	(2002-2003) 318 9,9 %
Total 6 866	741 10,8%	6 442	556 8,6%

Pour évaluer la possibilité d'un biais de non-réponse dans les résultats, on a comparé les proportions pondérées de non-répondants selon le niveau de stress. Aucun écart significatif n'a été relevé entre les catégories de stress pour aucune des quatre sources de stress.

Taux (pondérés) de non-réponse au suivi, selon le sexe et le niveau de stress au cycle de référence, population occupée de 18 ans et plus, ENSP, 1994-1995 à 2002-2003

	Hommes	Femmes
Total	11,1	9,1
Tensions et contraintes au travail		
Fortes	10,7	10,3
Moyennes	11,0	8,1
Faibles	11,3	8,6
Stress personnel intense		
Oui	11,3	9,5
Non	10,9	8,9
Faible soutien des collègues		
Oui	10,7	9,4
Non	11,2	8,3
Faible soutien des surveillants		
Oui	11,2	8,7
Non	11,0	9,2

Les poids de sondage ont été établis d'après la situation de réponse au cycle 1 et n'ont pas été rajustés pour tenir compte de la non-réponse subséquente, ce qui a peut-être biaisé les estimations si les caractéristiques des personnes qui sont demeurées dans le panel longitudinal différaient de celles des non-répondants.

contraintes au travail et le stress général et d'autres corrélats sont souvent contradictoires, les mesures des tensions et contraintes au travail et du stress de la vie quotidienne reflètent sans aucun doute des aspects différents de la vie des travailleurs.

Les associations avec les caractéristiques de l'emploi sont moins évidentes pour les autres facteurs de stress professionnels dont il est question dans la présente analyse, c'est-à-dire le faible soutien des collègues et des surveillants. Les hommes et les femmes occupant des postes de gestionnaire ainsi que ceux travaillant de longues heures étaient plus susceptibles d'avoir le sentiment de ne recevoir qu'un faible soutien de leurs collègues, tandis que les hommes travaillant à leur propre compte et les femmes ayant un faible revenu personnel étaient moins enclins à avoir ce sentiment. Aucune variable prise en compte n'est associée de façon statistiquement significative au faible soutien de la part des surveillants.

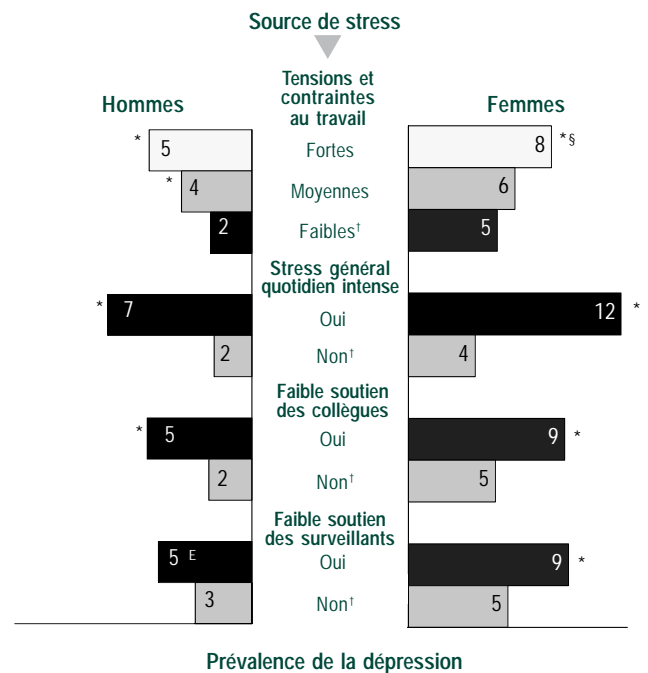
Stress et dépression

D'après l'ESCC de 2002, 3 % des travailleurs et 6 % des travailleuses avaient vécu un épisode dépressif majeur l'année précédant l'interview de l'enquête. Chez les travailleurs des deux sexes, un stress élevé au travail et ailleurs qu'au travail était associé à la dépression, résultat que confirment ceux d'autres études⁸⁻²⁹. Les hommes et les femmes éprouvant de fortes tensions et contraintes au travail étaient respectivement 2,5 fois et 1,6 fois plus susceptibles de faire une dépression que ceux et celles dont les tensions et contraintes au travail étaient faibles (graphique 4). Les travailleurs et les travailleuses considérant que la plupart de leurs journées étaient assez ou extrêmement stressantes étaient plus de trois fois plus susceptibles d'avoir vécu un épisode dépressif majeur que ceux et celles ayant déclaré un niveau plus faible de stress général. Le faible soutien des collègues est associé à une plus forte prévalence de la dépression chez les hommes et chez les femmes. L'association entre le faible soutien des surveillants et une augmentation du taux de dépression est statistiquement significative chez les femmes, mais ne fait que

s'approcher du seuil de signification statistique chez les hommes ($p = 0,054$).

On a examiné les associations entre le stress et la dépression au moyen de modèles multivariés contenant des variables de contrôle pour l'âge et les caractéristiques de l'emploi que l'on sait être liées au stress. Les problèmes de santé mentale sont également associés aux caractéristiques personnelles, comme l'état matrimonial, la présence d'enfants dans le ménage, le niveau de scolarité, la consommation abusive d'alcool et l'autoévaluation du soutien émotionnel⁵⁴. Les études antérieures ont été critiquées parce qu'elles ne tenaient pas compte de l'effet de variables confusionnelles éventuelles, comme l'âge, le statut socioéconomique et le soutien social³¹. Toutefois, même si l'on tient

Graphique 4
Prévalence de la dépression, selon le sexe et la source de stress, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002



[†] Catégorie de référence.

* Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour la catégorie de référence ($p < 0,05$).

[§] Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour « moyennes » ($p < 0,05$).

^E Utiliser avec prudence (coefficient de variation compris entre 16,6 % et 33,3 %).

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

compte de tous ces facteurs, chacune des quatre sources de stress demeure associée à un risque plus élevé de dépression, tant chez les hommes que chez les femmes (tableau 3). En fait, les rapports de cotes corrigés reliant le stress à la dépression, qui tiennent compte de l'effet de toutes ces variables confusionnelles éventuelles, sont fort semblables aux rapports de cotes non corrigés.

Les quatre sources de stress examinées dans la présente analyse ne se manifestent pas toujours isolément (voir *Techniques d'analyse*). Par ailleurs, les travailleurs pourraient être particulièrement vulnérables à un type particulier de stress. Lorsqu'on tient compte simultanément des quatre sources de stress en plus des autres variables, l'association entre les tensions et contraintes au travail et la

Tableau 3
Rapports de cotes non corrigés et corrigés reliant certaines sources de stress et la dépression, selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002

Source de stress	Rapport de cotes non corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles [†]		Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles [†] ainsi que les trois autres sources de stress	
			Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %
Tensions et contraintes au travail						
Hommes						
Fortes	2,6*	1,8 - 3,7	2,4*	1,7 - 3,5	1,7*	1,2 - 2,5
Moyennes	1,7*	1,2 - 2,5	1,8*	1,3 - 2,6	1,6*	1,1 - 2,3
Faibles [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Femmes						
Fortes	1,7*	1,2 - 2,2	1,5*	1,1 - 2,0	1,1	0,8 - 1,5
Moyennes	1,2	0,9 - 1,7	1,2	0,9 - 1,7	1,1	0,7 - 1,5
Faibles [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Stress général quotidien intense						
Hommes						
Oui	4,0*	3,0 - 5,5	4,4*	3,2 - 6,0	3,8*	2,7 - 5,2
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Femmes						
Oui	3,5*	2,7 - 4,4	3,6*	2,8 - 4,7	3,5*	2,7 - 4,6
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Faible soutien des collègues						
Hommes						
Oui	2,5*	1,9 - 3,4	2,4*	1,7 - 3,3	1,9*	1,4 - 2,6
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Femmes						
Oui	1,9*	1,5 - 2,4	1,8*	1,4 - 2,4	1,5*	1,1 - 2,1
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Faible soutien des surveillants						
Hommes						
Oui	1,7*	1,1 - 2,6	1,7*	1,0 - 2,7	1,3	0,8 - 2,0
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...
Femmes						
Oui	1,7*	1,2 - 2,3	1,6*	1,2 - 2,2	1,3	0,9 - 1,9
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...

[†] Catégorie de référence.

[‡] Profession, heures travaillées, travail par quart, travail autonome, âge, état matrimonial, présence d'enfants dans le ménage, revenu personnel, niveau de scolarité, abus mensuel d'alcool et faible soutien émotionnel.

* Valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence ($p < 0,05$).

... n'ayant pas lieu de figurer.

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

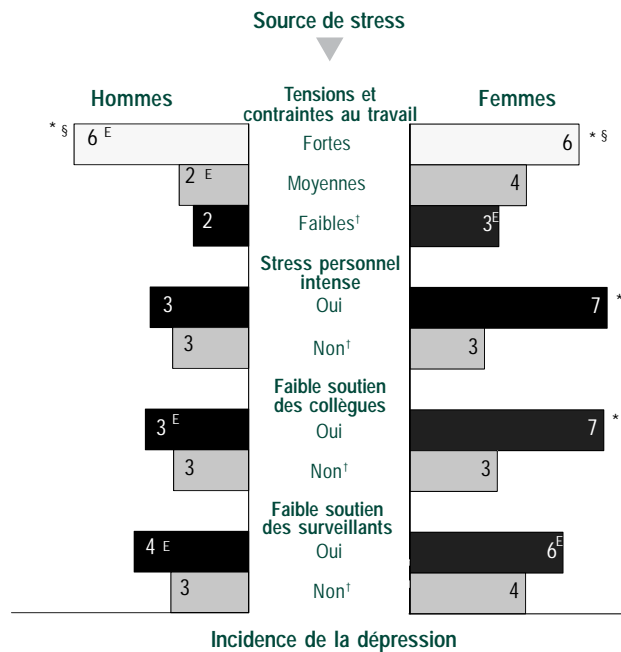
dépression persiste chez les hommes, mais non chez les femmes. De plus, l'association avec le faible soutien des surveillants disparaît, tant chez les hommes que chez les femmes. En revanche, le stress général quotidien et le faible soutien des collègues demeurent indépendamment associés à la dépression chez les hommes et les femmes qui travaillent.

Incidence de la dépression

On a utilisé des données longitudinales provenant de l'ENSP pour déterminer si le stress précède la dépression (voir *Définition du stress et de la dépression* et *Techniques d'analyse*). L'incidence de la dépression sur deux ans est définie comme étant la proportion de nouveaux cas de dépression chez les travailleurs

Graphique 5

Incidence de la dépression sur deux ans, selon le sexe et la source de stress, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 1994-1995 à 1996-1997 et 2000-2001 à 2002-2003



[†] Catégorie de référence.

^{*} Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour la catégorie de référence ($p < 0,05$).

[§] Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour « moyennes » ($p < 0,05$).

^E Utiliser avec prudence (coefficient de variation compris entre 16,6 % et 33,3 %).

Nota : Un nouveau cas de dépression est défini comme étant le fait de ne pas avoir le problème lors d'un cycle de l'ENSP, mais le déclarer au cycle suivant. Les cycles 1 et 2 (1994-1995 à 1996-1997) et 4 et 5 (2000-2001 à 2002-2003) de l'ENSP ont été examinés.

Source : Enquête nationale sur la santé de la population, cycles de 1994-1995 à 2002-2003, Fichier santé longitudinal (carré)

qui n'avaient pas déclaré faire de la dépression deux ans plus tôt. On a posé des questions en vue d'évaluer le stress lors du premier cycle (1994-1995) et du quatrième cycle (2000-2001) de l'ENSP. Par conséquent, on ne peut évaluer l'incidence de la dépression en fonction du stress que pour les périodes de 1994-1995 à 1996-1997 et de 2000-2001 à 2002-2003.

Chez les hommes, une seule des quatre sources de stress (les tensions et contraintes au travail) était associée à l'apparition de nouveaux cas de dépression (graphique 5). Les hommes occupant un emploi où les tensions et contraintes sont élevées étaient plus de trois fois plus susceptibles de commencer à faire de la dépression que ceux n'étant soumis qu'à de faibles tensions et contraintes au travail. Chez les femmes, l'incidence de la dépression est associée à trois sources de stress, à savoir de fortes tensions et contraintes au travail, un stress personnel important et un faible soutien des collègues.

Ces associations ont été examinées au moyen de modèles multivariés contenant des variables de contrôle pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles (tableau 4). Lorsqu'on tient compte simultanément des effets des quatre facteurs de stress en plus de ceux des autres variables, l'association entre les tensions et contraintes au travail et l'incidence de la dépression persiste chez les hommes, mais non chez les femmes. Cependant, chez ces dernières, les associations entre la dépression et un haut niveau de stress personnel ou un faible soutien des collègues persistent. Ces résultats confirment ceux d'autres études, ce qui donne à penser que les tensions et contraintes au travail influent davantage sur la santé des hommes que sur celle des femmes. Cependant, le stress associé à l'obligation de remplir plusieurs rôles et aux situations familiales fait courir un plus grand risque aux femmes qu'aux hommes^{15,17,19}.

Une question fondamentale dans l'étude des associations entre le stress au travail et la dépression est de savoir si la dépression est associée à des situations professionnelles négatives ou aux perceptions du travailleur. Pratiquement tous les

Exigences et latitude : une interaction?

La plupart des études portant sur les tensions et contraintes au travail ont démontré clairement qu'un niveau élevé de celles-ci est nuisible pour la santé. Toutefois, on ne comprend pas encore très bien la façon précise dont les effets des exigences psychologiques et de la latitude de décision sont associés à des résultats négatifs sur la santé. Si les effets interagissent, des exigences psychologiques ne seront nuisibles pour la santé que si la latitude de décision est faible, et si la latitude de décision est grande, la santé des travailleurs devant faire face à des exigences élevées au travail ne risquera pas d'être compromise.

Pour clarifier cette situation, les exigences psychologiques et la latitude de décision ont été introduites comme variables dans des modèles de régression logistique en même temps qu'un terme d'interaction. Une interaction négative entre les exigences psychologiques et la latitude de décision indiquerait que l'accroissement des exigences psychologiques est plus nuisible pour les travailleurs ayant une faible latitude de décision.

En 2002, la dépression était associée positivement aux exigences psychologiques et négativement à la latitude de décision, chez les hommes ainsi que chez les femmes (tableau A en annexe). Le terme d'interaction n'était pas significatif, ce qui veut dire que la latitude de décision et les exigences de l'emploi sont associées à la dépression, indépendamment et de façon combinée. Il en était de même pour les femmes à plus long terme (tableau B en annexe); pour les hommes, par contre, l'interaction était significative.

En examinant les résultats à l'aide des graphiques, il est clair que, pour les hommes ainsi que pour les femmes, un nouveau cas de dépression est plus susceptible de se manifester quand l'emploi est caractérisé par une faible latitude de décision et des exigences psychologiques élevées (voir les graphiques). Cependant, chez les hommes, les exigences psychologiques ne sont pas corrélées à la dépression quand la latitude de décision est moyenne ou grande. Chez les femmes, par contre, les

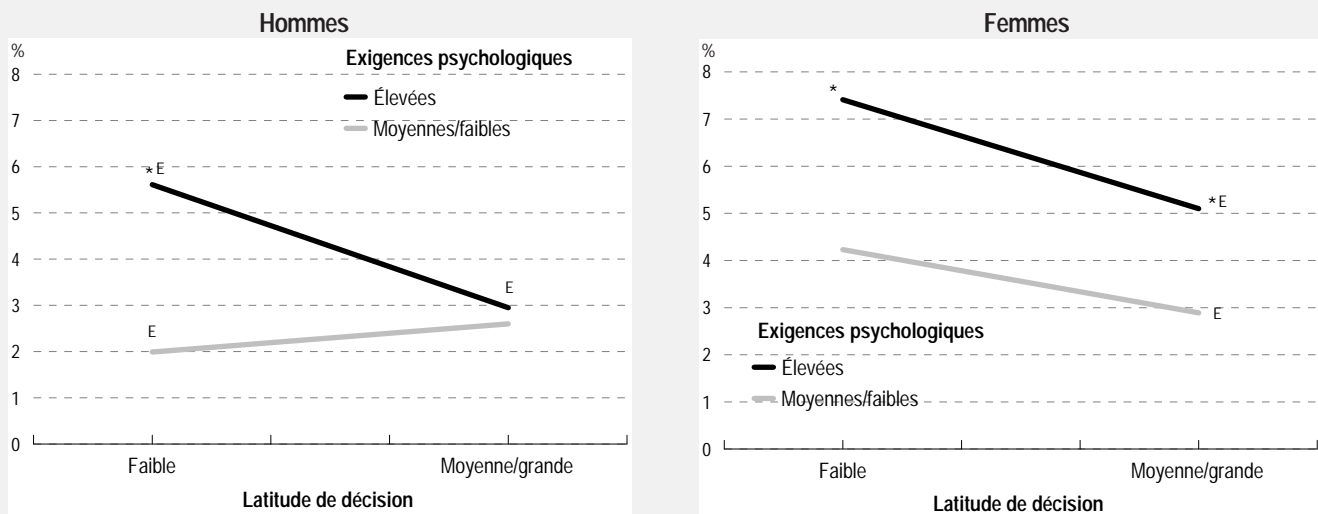
exigences psychologiques importent encore quand le niveau de latitude de décision est plus élevé.

Le soutien des collègues ou des surveillants peut aussi influencer sur l'association entre les tensions et contraintes au travail et les résultats négatifs liés à la santé; autrement dit, le soutien des collègues ou des surveillants peut atténuer les effets délétères des tensions et contraintes au travail³³. Afin de vérifier cette hypothèse, tous les modèles de régression ont été exécutés de nouveau en vue de tester les interactions entre les tensions et contraintes au travail et le soutien des collègues et entre les tensions et contraintes au travail et le soutien du surveillant. Les interactions entre les tensions et contraintes au travail et le soutien des surveillants n'étaient pas significatives (données non présentées), ce qui reflète les résultats d'autres études^{10,11,13,17-20,22,25}. Cependant, il existe des indices d'un effet principal du soutien des collègues et des surveillants chez les hommes ainsi que chez les femmes en 2002. En d'autres termes, le soutien des collègues et des surveillants est bénéfique, quel que soit le niveau des tensions et contraintes au travail. Lorsqu'on a utilisé les données longitudinales, on a observé un effet majeur du soutien des collègues chez les femmes, mais non chez les hommes.

Il se pourrait aussi que le stress au foyer interagisse positivement avec les tensions et contraintes au travail, créant ainsi des conditions particulièrement néfastes pour la santé mentale. Les modèles de régression transversaux ont été réexécutés pour vérifier la présence d'interactions entre les tensions et contraintes au travail et le stress général, et les modèles longitudinaux pour vérifier les interactions entre les tensions et contraintes au travail et le stress personnel. De nouveau, aucun terme d'interaction n'était statistiquement significatif (données non présentées).

Dans tous les cas, on a utilisé des mesures continues du stress pour vérifier les interactions.

Incidence de la dépression sur deux ans, selon les exigences psychologiques et la latitude de décision, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 1994-1995 à 1996-1997 et 2000-2001 à 2002-2003



* Valeur significativement plus élevée que l'estimation pour les demandes causant un stress psychologique modéré/faible ($p < 0,05$).

^E Utiliser avec prudence (coefficient de variation compris entre 16,6 % et 33,3 %).

Nota : Un nouveau cas de dépression est défini comme étant le fait de ne pas avoir le problème lors d'un cycle de l'ENSP, mais le déclarer au cycle suivant. Les cycles 1 et 2 (1994-1995 à 1996-1997) et 4 et 5 (2000-2001 à 2002-2003) de l'ENSP ont été examinés.

Source : Enquête nationale sur la santé de la population, cycles de 1994-1995 à 2002-2003, Fichier santé longitudinal (carré)

Tableau 4

Rapports de cotes non corrigés et corrigés reliant certaines sources de stress et l'incidence de la dépression sur deux ans, selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 1994-1995 à 1996-1997 et 2000-2001 à 2002-2003

Source de stress	Rapport de cotes non corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles [†]		Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles [‡] ainsi que les trois autres sources de stress		Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles [†] , les trois autres sources de stress et le sentiment de contrôle		
			Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé
Tensions et contraintes au travail									
Hommes									
Fortes	3,3*	1,9 - 5,8	3,0*	1,6 - 5,5	2,9*	1,6 - 5,4	2,9*	1,5 - 5,4	
Moyennes	1,3	0,8 - 2,0	1,2	0,7 - 2,0	1,2	0,7 - 2,0	1,2	0,7 - 2,0	
Faibles [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Femmes									
Fortes	2,0*	1,3 - 3,0	1,6*	1,0 - 2,5	1,3	0,8 - 2,0	1,2	0,8 - 1,9	
Moyennes	1,3	0,8 - 2,1	1,2	0,8 - 1,9	1,1	0,7 - 1,7	1,1	0,7 - 1,7	
Faibles [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Stress personnel élevé									
Hommes									
Oui	1,3	0,9 - 2,0	1,1	0,7 - 1,7	0,9	0,6 - 1,5	0,9	0,6 - 1,4	
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Femmes									
Oui	2,8*	2,1 - 3,7	2,6*	1,9 - 3,4	2,3*	1,7 - 3,1	2,0*	1,5 - 2,7	
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Faible soutien des collègues									
Hommes									
Oui	1,4	0,8 - 2,3	1,2	0,7 - 2,0	1,1	0,6 - 1,8	1,1	0,6 - 1,8	
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Femmes									
Oui	2,3*	1,6 - 3,3	2,1*	1,5 - 3,1	1,9*	1,3 - 2,7	1,8*	1,2 - 2,6	
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Faible soutien des surveillants									
Hommes									
Oui	1,5	0,8 - 2,7	1,4	0,8 - 2,5	1,2	0,6 - 2,3	1,2	0,6 - 2,3	
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	
Femmes									
Oui	1,3	0,9 - 2,0	1,3	0,9 - 1,9	0,9	0,6 - 1,4	1,0	0,6 - 1,4	
Non [†]	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...	

[†] Catégorie de référence.

[‡] Profession, heures travaillées, travail par quart, travail autonome, âge, état matrimonial, présence d'enfants dans le ménage, revenu du ménage, niveau de scolarité, abus mensuel d'alcool, faible soutien émotionnel et usage du tabac.

* Valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence ($p < 0,05$).

... n'ayant pas lieu de figurer.

Nota : Un nouveau cas de dépression est défini comme étant le fait de ne pas avoir le problème lors d'un cycle de l'ENSP, mais le déclarer au cycle suivant. Les cycles 1 et 2 (1994-1995 à 1996-1997) et 4 et 5 (2000-2001 à 2002-2003) de l'ENSP ont été examinés. Les données ayant été arrondies, un rapport de cotes dont la borne inférieure de l'intervalle de confiance est égale à 1,0 est statistiquement significatif.

Source : Enquête nationale sur la santé de la population, cycles de 1994-1995 à 2002-2003, Fichier santé longitudinal (carré)

travailleurs jugeront stressant un emploi dont le niveau des tensions et contraintes est élevé. Lors de l'évaluation du niveau de stress et de la dépression au moyen de données autodéclarées, il

est possible que des traits de personnalité négatifs contribuent à embrouiller la relation entre le stress et la dépression (voir *Limites*). Il se pourrait que les personnes qui voient les choses de façon pessimiste

soient plus susceptibles que les autres de penser qu'elles exercent peu de contrôle sur leur vie, de juger diverses situations stressantes et d'en arriver à faire de la dépression. Le cas échéant, les situations stressantes ne causeraient pas la dépression, mais plutôt les traits de personnalité négatifs. Dans le cadre de l'ENSP, l'affectivité négative n'a pas été évaluée, mais le sentiment de contrôle l'a été, c'est-à-dire la mesure selon laquelle une personne pense exercer un contrôle sur sa vie³⁰. Si la dépression est davantage associée aux caractéristiques du travailleur qu'au stress, on s'attendrait à ce que le fait d'inclure le sentiment de contrôle dans les modèles multivariés affaiblisse ou élimine les associations observées entre le stress et la dépression, ce qui n'a pas été le cas. Lorsqu'on inclut le sentiment de contrôle comme variable de contrôle dans les modèles, le rapport de cotes ne varie pour ainsi dire pas (tableau 4, dernier modèle).

Persistance des tensions et contraintes au travail

Comme les questions posées pour évaluer le stress au travail étaient les mêmes dans l'ENSP de

Tableau 5
Cotes de tensions et contraintes au travail, selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 1994-1995 et 2002

	Hommes		Femmes	
	1994-1995	2002	1994-1995	2002
Cote moyenne de tensions et contraintes au travail	0,94	0,90*	1,08	1,00*
Fortes tensions et contraintes au travail (ratio de 1,2 et plus) %	22,9	18,8*	34,7	26,6*
Tensions et contraintes au travail moyennes (ratio compris entre 0,8 et 1,2) %	33,2	34,0	30,1	35,4*
Faibles tensions et contraintes au travail (ratio de 0,8 et moins) %	43,9	47,1*	35,3	38,0*
Composantes des tensions et contraintes au travail				
Exigences psychologiques - cote moyenne	5,74	5,61*	5,96	5,85
Discrétion relative à la compétence - cote moyenne	6,09	6,31*	5,71	6,02*
Pouvoir décisionnel - cote moyenne	7,15	7,19	6,45	6,66*

* Valeur significativement différente de l'estimation pour 1994-1995 ($p < 0,05$).

Sources : Enquête nationale sur la santé de la population, 1994-1995, fichier santé transversal; Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

1994-1995 que celles de l'ESCC de 2002, il est possible d'étudier les variations au fil du temps à l'aide des fichiers transversaux de ces deux enquêtes. Tant chez les hommes que chez les femmes, le niveau moyen de tensions et contraintes au travail était significativement plus faible en 2002 qu'en 1994-1995 (tableau 5). En 2002, 19 % des hommes occupaient un emploi comportant de fortes tensions et contraintes, en baisse par rapport à 23 %. La diminution était encore plus importante chez les femmes où ce taux est passé de 35 % à 27 %. Si l'on tient compte des trois composantes des tensions et contraintes au travail, la baisse est imputable à une légère diminution des exigences psychologiques et à une augmentation de la discrétion relative à la compétence chez les hommes, alors que chez les femmes, elle est attribuable à une augmentation de la discrétion relative à la compétence et du pouvoir décisionnel. Les niveaux perçus de soutien des collègues et des surveillants sont demeurés stables (données non présentées).

Le fichier longitudinal de l'ENSP permet de déterminer dans quelle mesure les travailleurs sont exposés ou non à de fortes tensions et contraintes au travail. Les membres du panel longitudinal de

Tableau 6
Pourcentage de personnes déprimées en 2000-2001 et en 2002-2003, selon les transitions relatives aux tensions et contraintes au travail, population occupée de 18 à 75 ans qui ne souffrait pas de dépression en 1994-1995, Canada, territoires non compris

	Dépression	
	2000-2001	2002-2003
	%	%
Fortes tensions et contraintes au travail en :		
1994-1995	2000-2001	
Oui	Oui	7,4 ^E
Oui	Non	3,5 ^E
Non	Oui	7,0 ^E
Non	Non [†]	2,3
		9,3 ^E
		4,0 ^E
		7,2 ^E
		2,0

[†] Catégorie de référence.

* Valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence ($p < 0,05$).

^E Utiliser avec prudence (coefficient de variation compris entre 16,6 % et 33,3 %).

Source : Enquête nationale sur la santé de la population, cycles de 1994-1995 à 2002-2003, Fichier santé longitudinal (carré)

l'enquête ont répondu aux questions sur les tensions et contraintes au travail en 1994-1995, et de nouveau en 2000-2001. Puis, on a évalué la persistance des tensions et contraintes au travail en se fondant sur ceux qui avaient un emploi lors des deux interviews. De ceux qui occupaient un emploi en 1994-1995, 87 % des hommes de même que 80 % des femmes étaient occupés lors de l'interview de suivi en 2000-2001. Or, les hommes ayant déclaré être soumis à des tensions et contraintes au travail en 1994-1995 étaient moins susceptibles d'avoir un emploi lors de l'interview de suivi en 2000-2001, mais chez les femmes, la situation d'emploi lors de l'interview de suivi n'était pas reliée au niveau des tensions et contraintes au travail en 1994-1995 (données non présentées).

Plus du quart des hommes (28 %) qui avaient déclaré être exposés à de fortes tensions et

contraintes au travail en 1994-1995 étaient dans la même situation six ans plus tard. La persistance des tensions et contraintes au travail était encore plus fréquente chez les femmes (42 %). Parmi les hommes qui avaient déclaré être soumis à un niveau faible ou moyen de tensions et contraintes au travail en 1994-1995, 13 % ont dit que ces tensions et contraintes étaient fortes en 2000-2001. La transition à un niveau élevé de tensions et contraintes était, elle aussi, encore plus fréquente chez les femmes (20 %).

Rares sont les études comportant une évaluation des tensions et contraintes au travail à plus d'un point dans le temps^{11,33,37,55}; aussi, le fichier longitudinal de l'ENSP offre-t-il une occasion unique d'examiner les effets de l'exposition permanente à de telles tensions et contraintes. D'après l'exposition à de fortes tensions et

Tableau 7

Rapports de cotes non corrigés et corrigés reliant les transitions relatives au niveau des tensions et contraintes au travail à la dépression en 2000-2001 et en 2002-2003, selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans ne souffrant pas de dépression en 1994-1995, Canada, territoires non compris

		Rapport de cotes non corrigé		Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles ¹		Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles ¹ ainsi que les quatre sources de stress ⁵		Correction pour les caractéristiques de l'emploi et les caractéristiques personnelles ¹ , les quatre sources de stress ⁵ et le sentiment de contrôle	
		Rapport de cotes non corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes corrigé	Intervalle de confiance de 95 %
----- Dépression en 2000-2001 -----									
Fortes tensions et contraintes au travail en :									
1994-1995	2000-2001								
Oui	Oui	3,3*	2,1 - 5,4	2,8*	1,7 - 4,6	2,6*	1,5 - 4,4	2,4*	1,4 - 4,2
Oui	Non	1,5	0,8 - 2,7	1,4	0,7 - 2,5	1,3	0,7 - 2,4	1,3	0,7 - 2,4
Non	Oui	3,2*	1,9 - 5,1	2,8*	1,7 - 4,6	2,8*	1,7 - 4,5	2,7*	1,6 - 4,4
Non	Non ¹	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...
----- Dépression en 2002-2003 -----									
Fortes tensions et contraintes au travail en :									
1994-1995	2000-2001								
Oui	Oui	5,1*	2,9 - 8,9	3,6*	2,0 - 6,5	3,6*	1,9 - 6,6	3,4*	1,8 - 6,4
Oui	Non	2,1*	1,2 - 3,8	1,6	0,9 - 3,1	1,6	0,9 - 3,0	1,6	0,9 - 3,0
Non	Oui	3,9*	2,0 - 7,5	3,3*	1,8 - 6,0	3,3*	1,8 - 6,0	3,3*	1,8 - 6,1
Non	Non ¹	1,0	...	1,0	...	1,0	...	1,0	...

¹ Catégorie de référence (« Non » en 1994-1995 et « Non » en 2000-2001).

² Profession, heures travaillées, travail par quart, travail autonome, sexe, âge, état matrimonial, présence d'enfants dans le ménage, revenu du ménage, niveau de scolarité, abus mensuel d'alcool, faible soutien émotionnel et usage du tabac.

⁵ Tensions et contraintes au travail, stress personnel intense, faible soutien des collègues, et faible soutien des surveillants.

* Valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence (p < 0,05).

... n'ayant pas lieu de figurer.

Source : Enquête nationale sur la santé de la population, cycles de 1994-1995 à 2002-2003, Fichier santé longitudinal (carré)

contraintes au travail en 1994-1995 et (ou) en 2000-2001, on a défini quatre catégories de travailleurs pour permettre de refléter les transitions vers une situation de fortes tensions et contraintes ou en dehors d'une telle situation (tableau 6). On a comparé la présence de dépression en 2000-2001 et en 2002-2003 en fonction de ces catégories. L'analyse porte uniquement sur les travailleurs qui ne faisaient pas de dépression en 1994-1995. Les résultats ont été regroupés pour les hommes et les femmes en raison de la petite taille des échantillons.

Les travailleurs constamment exposés à de fortes tensions et contraintes au travail étaient environ trois fois plus susceptibles d'avoir vécu un épisode dépressif majeur l'année qui a précédé l'enquête de 2000-2001 que ceux n'y étant pas exposés; il en est de même de ceux qui étaient passés à une situation de fortes tensions et contraintes. En 2002-2003, ces deux groupes continuent de courir un risque plus élevé de se retrouver en dépression. En outre, ceux qui n'ont plus déclaré être soumis à de fortes tensions et contraintes au travail en 2000-2001 étaient deux fois plus susceptibles que le groupe non exposé de faire de la dépression en 2002-2003.

Si l'on utilise des modèles multivariés tenant compte de l'effet des caractéristiques de l'emploi et des caractéristiques personnelles ainsi que des autres sources de stress et du sentiment de contrôle, la probabilité accrue de faire de la dépression est constante pour le groupe constamment exposé et pour celui nouvellement exposé à de fortes tensions et contraintes au travail (tableau 7).

Mot de la fin

La dépression se démarque en tant que problème important de santé au travail. Selon l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes — Santé mentale et bien-être de 2002, un peu plus d'un million d'adultes de 18 ans et plus avaient vécu un épisode dépressif majeur l'année qui a précédé

l'interview de l'enquête. Plus de 70 % de ces personnes travaillaient cette année-là.

Le stress au travail et ailleurs qu'au travail est associé à la dépression chez les travailleurs. Les hommes et les femmes dont l'emploi est caractérisé par des exigences psychologiques, mais une capacité limitée d'utiliser leurs compétences et leur autorité pour répondre à ces exigences, affichent un taux de dépression significativement plus élevé que les autres. Il en est de même des travailleurs qui ont le sentiment de ne bénéficier que d'un faible soutien de leurs collègues et de leurs surveillants ainsi que de ceux qui disent généralement éprouver un niveau élevé de stress quotidien. Cependant, certains résultats donnent à penser que ces facteurs de stress ne surviennent pas isolément. Si l'on tient compte simultanément des diverses sources de stress ainsi que d'autres variables confusionnelles éventuelles, l'association entre le faible soutien des surveillants et la dépression ne persiste ni chez les hommes ni chez les femmes, de même que l'association entre les tensions et contraintes au travail et la dépression chez les femmes.

L'analyse fondée sur des données longitudinales révèle que le stress est, du moins dans certains cas, un précurseur de la dépression. L'apparition d'un nouveau cas de dépression était plus probable chez les travailleurs éprouvant de fortes tensions et contraintes au travail. Chez les femmes, le faible soutien des collègues et un niveau élevé de stress dans la vie personnelle sont des facteurs également associés à l'apparition de la dépression. Si l'on tient compte simultanément des diverses sources de stress, la seule association qui ne persiste pas est celle où l'on observe de fortes tensions et contraintes au travail chez les femmes.

Ces résultats corroborent ceux d'autres études, dans lesquelles on estime que la santé mentale des hommes est plus vulnérable au stress lié au milieu de travail, tandis que les femmes sont plus vulnérable au stress causé par la multiplicité des rôles à remplir au travail et ailleurs^{15,17,19}. ●

Références

1. Organisation mondiale de la Santé, *The World Health Report 2001 – Mental Health: New Understanding, New Hope*, Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2001.
2. P.E. Greenberg, L.E. Stiglin, S.N. Finkelstein *et al.*, « The economic burden of depression in 1990 », *Journal of Clinical Psychiatry*, 54(11), 1993, p. 405-418.
3. D.J. Conti et W.N. Burton, « The economic impact of depression in a workplace », *Journal of Occupational Medicine*, 36(9), 1994, p. 983-988.
4. C.S. Dewa, P. Goering, E. Lin *et al.*, « Depression-related short-term disability in an employed population », *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 44(7), 2002, p. 628-633.
5. B.G. Druss, R.A. Rosenheck et W.H. Sledge, « Health and disability costs of depressive illness in a major US corporation », *American Journal of Psychiatry*, 157(8), 2000, p. 1274-1278.
6. R.C. Kessler, C. Barber, H.G. Birnbaum *et al.*, « Depression in the workplace: effects on short-term disability », *Health Affairs*, 18(5), 1999, p. 163-171.
7. W.F. Stewart, J.A. Ricci, E. Chee *et al.*, « Cost of lost productive work time among US workers with depression », *JAMA*, 289(23), 2003, p. 3135-3144.
8. B.C. Amick III, I. Kawachi, E.H. Coakley *et al.*, « Relationship of job strain and iso-strain to health status in a cohort of women in the United States », *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 24(1), 1998, p. 54-61.
9. C. Bildt et H. Michelson, « Gender differences in the effects from working conditions on mental health: a 4-year follow-up », *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 75(4), 2002, p. 252-258.
10. R. Bourbonnais, C. Brisson, J. Moisan *et al.*, « Job strain and psychological distress in white-collar workers », *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 22(2), 1996, p. 139-145.
11. R. Bourbonnais, M. Comeau et M. Vézina, « Job strain and evolution of mental health among nurses », *Journal of Occupational Health Psychology*, 4(2), 1999, p. 95-107.
12. S. Braun et R.B. Hollander, « Work and depression among women in the Federal Republic of Germany », *Women and Health*, 14(2), 1988, p. 3-26.
13. J.V. Johnson, E.M. Hall, D.E. Ford *et al.*, « The psychosocial work environment of physicians. The impact of demands and resources on job dissatisfaction and psychiatric distress in a longitudinal study of Johns Hopkins Medical School graduates », *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 37(9), 1995, p. 1151-1159.
14. R.A. Karasek, « Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign », *Administrative Science Quarterly*, 24, 1979, p. 285-308.
15. G. Lai, « Work and family roles and psychological well-being in urban China », *Journal of Health and Social Behavior*, 36(1), 1995, p. 11-37.
16. H. Mausner-Dorsch et W.W. Eaton, « Psychosocial work environment and depression: epidemiologic assessment of the demand-control model », *American Journal of Public Health*, 90(11), 2000, p. 1765-1770.
17. M. Melchior, I. Niedhammer, L.F. Berkman *et al.*, « Do psychosocial work factors and social relations exert independent effects on sickness absence? A six-year prospective study of the GAZEL cohort », *Journal of Epidemiology and Community Health*, 57(4), 2003, p. 285-293.
18. I. Niedhammer, I. Bugel, M. Goldberg *et al.*, « Psychosocial factors at work and sickness absence in the GAZEL cohort: a prospective study », *Occupational and Environmental Medicine*, 55(11), 1998, p. 735-741.
19. I. Niedhammer, M. Goldberg, A. Leclerc *et al.*, « Psychosocial factors at work and subsequent depressive symptoms in the GAZEL cohort », *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 24(3), 1998, p. 197-205.
20. K.O. Park, M.G. Wilson et M.S. Lee, « Effects of social support at work on depression and organizational productivity », *American Journal of Health Behavior*, 28(5), 2004, p. 444-455.
21. S. Paterniti, I. Niedhammer, T. Lang *et al.*, « Psychosocial factors at work, personality traits and depressive symptoms. Longitudinal results from the GAZEL Study », *British Journal of Psychiatry*, 181, 2002, p. 111-117.
22. J. Phelan, J.E. Schwartz, E.J. Bromet *et al.*, « Work stress, family stress and depression in professional and managerial employees », *Psychological Medicine*, 21(4), 1991, p. 999-1012.
23. S. Roxburgh, « Gender differences in work and well-being: effects of exposure and vulnerability », *Journal of Health and Social Behavior*, 37(3), 1996, p. 265-277.
24. M. Shields, « Stress, santé et bienfaits du soutien social », *Rapports sur la santé*, 15(1), 2004, p. 9-42 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
25. S.A. Stansfeld, F.M. North, I. White *et al.*, « Work characteristics and psychiatric disorder in civil servants in London », *Journal of Epidemiology and Community Health*, 49(1), 1995, p. 48-53.
26. S.A. Stansfeld, R. Fuhrer, J. Head *et al.*, « Work and psychiatric disorder in the Whitehall II Study », *Journal of Psychosomatic Research*, 43(1), 1997, p. 73-81.
27. S.A. Stansfeld, R. Fuhrer, M.J. Shipley *et al.*, « Work characteristics predict psychiatric disorder: prospective results from the Whitehall II Study », *Occupational and Environmental Medicine*, 56(5), 1999, p. 302-307.
28. K. Wilkins et M.P. Beaudet, « Le stress au travail et la santé », *Rapports sur la santé*, 10(3), 1998, p. 49-66 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
29. R.B. Williams, J.C. Barefoot, J.A. Blumenthal *et al.*, « Psychosocial correlates of job strain in a sample of working women », *Archives of General Psychiatry*, 54(6), 1997, p. 543-548.
30. L.I. Pearlin, M.A. Lieberman, E.G. Menaghan *et al.*, « The stress process », *Journal of Health and Social Behavior*, 22(4), 1981, p. 337-356.
31. Y. Béland, J. Dufour et R. Gravel, « Sample design of the Canadian Mental Health Survey », *Proceedings of the Survey Methods Section, 2001*, Vancouver, Société statistique du Canada, 2001, p. 93-98.

32. Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) – Santé mentale et bien-être, Cycle 1.2, disponible à: http://www.statcan.ca/francais/concepts/health/cycle1_2/index.htm, document consulté le 13 septembre 2005.
33. P.L. Schnall, P.A. Landsbergis et D. Baker, « Job strain and cardiovascular disease », *Annual Review of Public Health*, 15, 1994, p. 381-411.
34. L. Swain, G. Catlin et M.P. Beudet, « Enquête nationale sur la santé de la population – une enquête longitudinale », *Rapports sur la santé*, 10(4), 1999, p. 73-89 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
35. J.-L. Tambay et G. Catlin, « Plan d'échantillonnage de l'Enquête nationale sur la santé de la population », *Rapports sur la santé*, 7(1), 1995, p. 31-42 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
36. Statistique Canada, Enquête nationale sur la santé de la population, Volet ménages, Cycle 6, Documentation longitudinale, Division de la statistique de la santé, Ottawa, 2006.
37. T. Theorell et R.A. Karasek, « Current issues relating to psychosocial job strain and cardiovascular disease research », *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 1996, p. 9-26.
38. R.C. Kessler et J.D. McLeod, « Social support and mental health in community samples », publié sous la direction de S. Cohen et S.L. Syme, *Social Support and Health*, New York, Academic, 1985, p. 219-240.
39. J.N.K. Rao, C.F.J. Wu et K. Yue, « Quelques travaux récents sur les méthodes de rééchantillonnage applicables aux enquêtes complexes », *Techniques d'enquête*, 18(2), 1992, p. 209-217 (Statistique Canada, n° 12-001 au catalogue).
40. K.F. Rust et J.N.K. Rao, « Variance estimation for complex surveys using replication techniques », *Statistical Methods in Medical Research*, 5, 1996, p. 281-310.
41. D. Yeo, H. Mantel et T.P. Liu, « Bootstrap variance estimation for the National Population Health Survey », *Proceedings of the Annual Meeting of the American Statistical Association, Survey Research Methods Section*, American Statistical Association, Baltimore, août 1999.
42. E.M. Hall, « Gender, work control, and stress: a theoretical discussion and an empirical test », *International Journal of Health Services*, 19(4), 1989, p. 725-745.
43. R. Karasek, C. Brisson, N. Kawakami *et al.*, « The Job Content Questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics », *Journal of Occupational Health Psychology*, 3(4), 1998, p. 322-355.
44. American Psychiatric Association, *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, Quatrième édition, Révision du texte*, Washington DC, American Psychiatric Association, 2000.
45. Statistique Canada, Annexe, *Rapports sur la santé*, 15(supplément), 2004, p. 69-88 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
46. R.C. Kessler, K.A. McGonagle, S. Zhao *et al.*, « Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States. Results from the National Comorbidity Survey », *Archives of General Psychiatry*, 51(1), 1994, p. 8-19.
47. American Psychiatric Association, *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, Troisième édition*, Washington, DC, American Psychiatric Association, 1980.
48. M.G. Marmot, G.D. Smith, S. Stansfeld *et al.*, « Health inequalities among British civil servants: the Whitehall II study », *The Lancet*, 337(8754), 1991, p. 1387-1393.
49. M.J. Colligan et R.R. Rosa, « Shiftwork effects on social and family life », *Occupational Medicine*, 5(2), 1990, p. 315-322.
50. J.M. Harrington, « Shift work and health—a critical review of the literature on working hours », *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 23(5), 1994, p. 699-705.
51. M. Shields, « Travail par quarts et santé », *Rapports sur la santé*, 13(4), 2002, p. 11-36 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
52. Statistique Canada, Classification type des professions (CTP) de 1991 - Canada, disponible à: http://www.statcan.ca/francais/Subjects/Standard/soc/1991/soc91-menu_f.htm, document consulté le 6 février 2006.
53. W.L. Hellerstedt et R.W. Jeffery, « The association of job strain and health behaviours in men and women », *International Journal of Epidemiology*, 26(3), 1997, p. 575-583.
54. M.P. Beudet, « Dépression », *Rapports sur la santé*, 7(4), 1996, p. 11-25 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
55. I. Godin, F. Kittel, Y. Coppieters *et al.*, « A prospective study of cumulative job stress in relation to mental health », *BMC Public Health*, 5(1), 2005, p. 67.

Annexe

Tableau A

Rapports de cotes reliant les exigences psychologiques et la latitude de décision à la dépression, selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 2002

	Sans interaction		Avec interaction	
	Rapport de cotes	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes	Intervalle de confiance de 95 %
Hommes				
Exigences psychologiques	1,16*	1,09 - 1,24	1,16*	1,09 - 1,24
Latitude de décision	0,81*	0,74 - 0,89	0,81*	0,74 - 0,90
Interaction	1,00	0,96 - 1,03
Femmes				
Exigences psychologiques	1,08*	1,03 - 1,14	1,08*	1,02 - 1,14
Latitude de décision	0,90*	0,84 - 0,97	0,91*	0,84 - 0,97
Interaction	0,99	0,97 - 1,02

* Valeur significativement différente de 1,00 ($p < 0,05$).

... n'ayant pas lieu de figurer.

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : Santé mentale et bien-être, 2002

Tableau B

Rapports de cotes reliant les exigences psychologiques et la latitude de décision à l'incidence de la dépression sur deux ans, selon le sexe, population occupée de 18 à 75 ans, Canada, territoires non compris, 1994-1995 à 1996-1997 et 2000-2001 à 2002-2003

	Sans interaction		Avec interaction	
	Rapport de cotes	Intervalle de confiance de 95 %	Rapport de cotes	Intervalle de confiance de 95 %
Hommes				
Exigences psychologiques	1,19*	1,06 - 1,34	1,19*	1,06 - 1,34
Latitude de décision	0,85*	0,74 - 0,98	0,89	0,76 - 1,04
Interaction	0,94*	0,88 - 0,99
Femmes				
Exigences psychologiques	1,14*	1,05 - 1,23	1,15*	1,07 - 1,23
Latitude de décision	0,86*	0,76 - 0,97	0,86*	0,75 - 0,97
Interaction	1,01	0,97 - 1,06

* Valeur significativement différente de 1,00 ($p < 0,05$).

... n'ayant pas lieu de figurer.

Nota : Un nouveau cas de dépression est défini comme étant le fait de ne pas avoir le problème lors d'un cycle de l'ENSP, mais le déclarer au cycle suivant. Les cycles 1 et 2 (1994-1995 à 1996-1997) et 4 et 5 (2000-2001 à 2002-2003) de l'ENSP ont été examinés.

Source : Enquête nationale sur la santé de la population, cycles de 1994-1995 à 2002-2003, Fichier santé longitudinal (carré)