

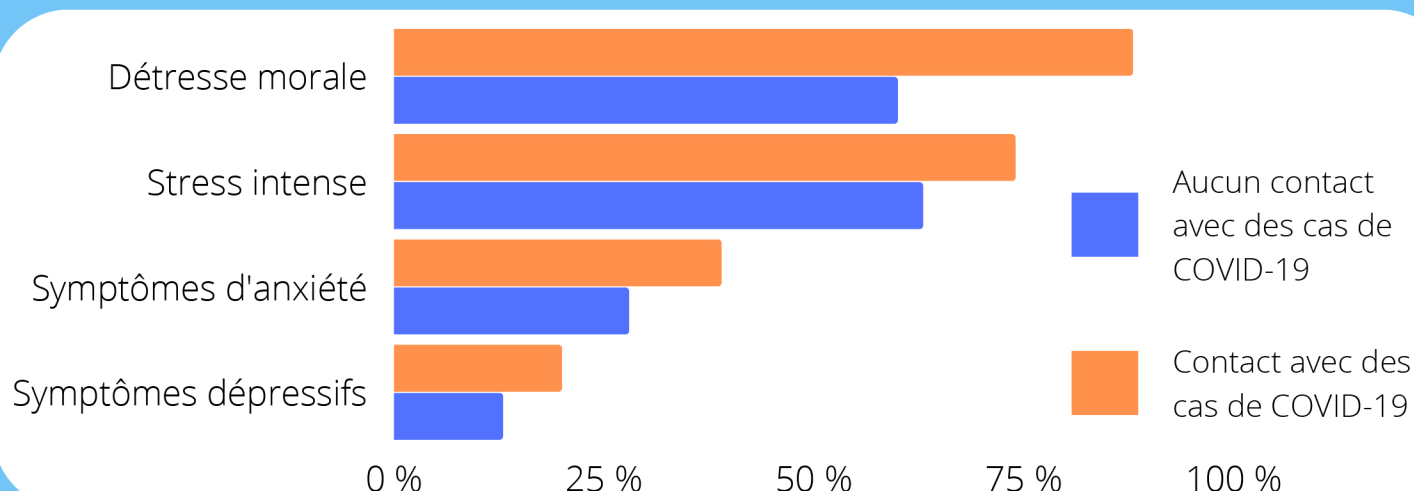
Résultats des études en lien avec la COVID-19 : Les effets sur la santé mentale des travailleurs de la santé

Détresse morale pendant la pandémie



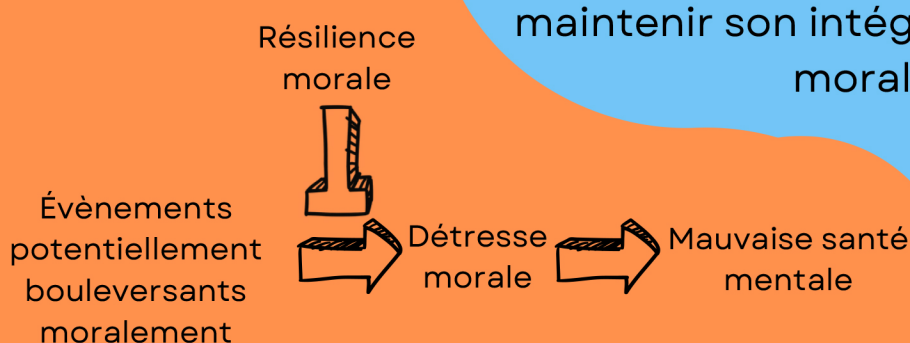
Dans les premières phases de la pandémie, les travailleurs de la santé ont été de plus en plus exposés à des situations moralement difficiles. Cela a créé des niveaux élevés de détresse morale et a mené à des symptômes de stress, d'anxiété et de dépression plus graves. Une résilience morale plus élevée, qui se définit comme une capacité de maintenir son intégrité en réponse à l'adversité morale, peut diminuer ces symptômes.

Exposition du travailleur de la santé à la COVID-19



Résilience morale

La résilience morale, qui est la capacité de maintenir son intégrité en réponse à l'adversité morale, peut réduire l'impact des événements moralement bouleversants sur la détresse morale, avec des effets protecteurs en aval pour la santé mentale.



Facteurs de risque associés à une faible résilience morale

- Sexe féminin
- Jeune âge
- Déclaration d'un diagnostic actuel d'un trouble mental
- Moins de sommeil
- Moins de soutien de la part de l'employeur et des collègues

Et maintenant?

Des stratégies pour aborder la dimension morale des soins cliniques sont nécessaires. L'amélioration de la résilience morale peut aider à restaurer l'aptitude à faire des choix moraux et l'autonomie face à des événements potentiellement moralement bouleversants.

Stratégies pour aider les travailleurs de la santé



Pratiquer des techniques d'autorégulation comme la pleine conscience et prendre soin de soi



Accroître l'intégrité en étant fidèle à vos valeurs et en adoptant l'interconnexion

Renforcer les structures institutionnelles pour répondre aux préoccupations éthiques

Mettre en place des outils pour mieux faire face au travail par quarts et à la privation partielle de sommeil



Séances de soutien entre pairs dirigées par un animateur formé en pratique éthique et introduction d'interventions comme la Mindful Ethical Practice and Resilience Academy



Spilg, E. G., et al. (2022). The new frontline: exploring the links between moral distress, moral resilience and mental health in healthcare workers during the COVID-19 pandemic. BMC Psychiatry, 22(1).

c19survey@theroyal.ca