

LA SANTÉ AU TRAVAIL DES INFIRMIÈRES

Soigner
sans se

CREVER



tic

Soigner sans se CREVER

Prodiguer des soins n'est certes pas une sinécure! Quelque exigeante que soit la profession infirmière, il est inacceptable de devoir l'exercer dans un milieu de travail qui porte atteinte à la santé des infirmières qui dispensent ces soins. Au cours de la dernière décennie, la santé au travail des infirmières du Québec s'est sensiblement détériorée tant au plan physique que mental.

L'impact indéniable de facteurs liés à la conjoncture, à l'organisation et à l'environnement du travail sur le bien-être des infirmières est reconnu et admis par l'ensemble des intervenants du réseau de la santé, comme il appert notamment des rapports de l'Équipe de recherche RIPOST, de la commission Clair et du Forum national sur la planification de la main-d'œuvre infirmière. Tous reconnaissent l'urgence d'agir. Le temps n'est donc plus aux constats mais à la recherche et à la mise en application de solutions concrètes.

C'est dans cet objectif que le Comité fédéral SST, dans le cadre de la semaine annuelle de la santé et de la sécurité au travail, propose une réflexion sous forme de synthèse sur les situations de travail à risque et les facteurs de protection pouvant influencer sur le niveau de tension psychique et la santé. Les solutions proposées dans ce dépliant, même si elles ne sont pas nécessairement toutes applicables à la réalité de chacune, pourront sans doute aider les infirmières à identifier leurs propres moyens d'action afin d'être en mesure de soigner sans se crever...

Les membres sortantes du Comité fédéral SST :

Daniel Bélanger, Denis Maheux, Julienne Michaud, Henri-Carlos Moise, Adama Youla, Hélène Caron, conseillère au secteur SST, Chantal Boivin, responsable politique au secteur SST

Pour la production de ce dépliant différents ouvrages ont été consultés dont :

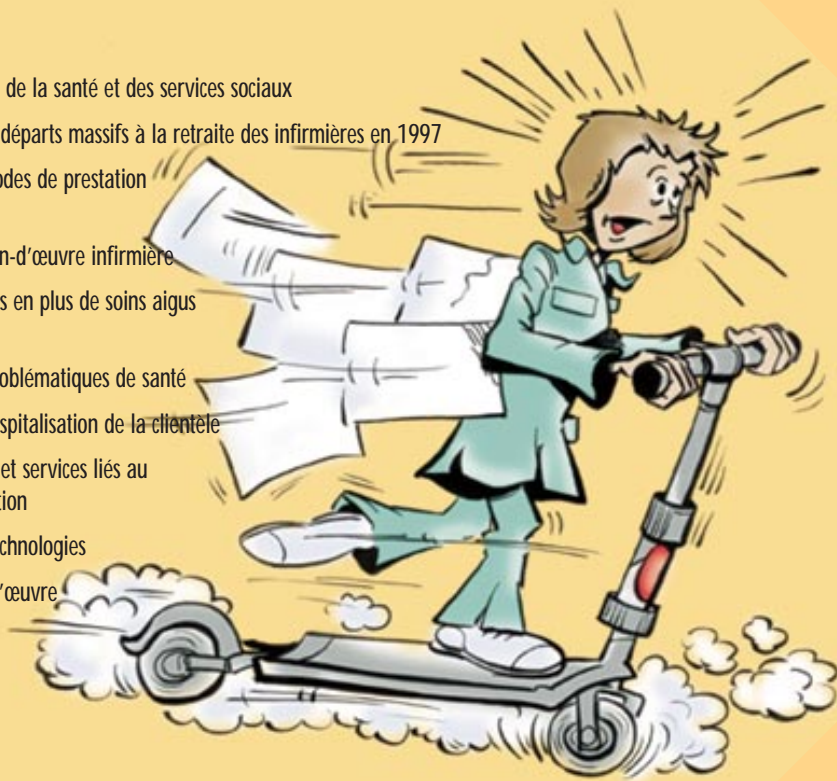
BRISSETTE, L.; ARCAND, M.; BONNET, J.; *Soigner sans s'épuiser*, Gaëtan Morin éditeur-Europe, 1998, 170 p.

VÉZINA, M.; COUSINEAU, M.; MERGLER, D.; VONET, A.; LAURENDEAU, M.-C.; *Pour donner un sens au travail, Bilan et orientations du Québec en santé mentale au travail*, Gaëtan Morin éditeur, Boucherville, 1992, 179 p.

La liste des références est disponible au local syndical.

Un contexte difficile

- Chambardement du réseau de la santé et des services sociaux
- Mauvaise planification des départs massifs à la retraite des infirmières en 1997
- Individualisation des méthodes de prestation de soins
- Pénurie importante de main-d'œuvre infirmière
- Clientèle nécessitant de plus en plus de soins aigus et complexes
- Émergence de nouvelles problématiques de santé
- Réduction de la durée d'hospitalisation de la clientèle
- Besoins croissants en soins et services liés au vieillissement de la population
- Avènement de nouvelles technologies
- Vieillissement de la main-d'œuvre infirmière



Des facteurs de risque liés à l'organisation et à l'environnement de travail

- Tension engendrée par la surcharge de travail et les contraintes de temps combinée à une sous-utilisation des habiletés et des compétences de l'infirmière
- Faible soutien social au travail : manque de valorisation, de reconnaissance et de rétroaction de la part des supérieures et des collègues de travail
- Contraintes émotives ou psychiques liées à la nécessité de maintenir un haut niveau de compétence et de performance sans commettre d'erreur et à l'appréhension omniprésente de la survenance d'une telle erreur et de ses lourdes conséquences
- Accélération du rythme ou de la cadence de travail
- Horaires de travail alternants fisants en effectifs
- Difficultés importantes liées aux conditions de travail des infirmières sur la liste de disponibilité et au statut d'emploi précaire des salariées à temps partiel
- Augmentation importante de l'utilisation des heures supplémentaires et obligation, le cas échéant, d'en effectuer
- Manque de formation axée sur les nouvelles techniques de soins
- Communication déficiente, conflits interpersonnels
- Ambiguïté et conflit de rôles
- Violence au travail sous toutes ses formes



Tension psychique

Des effets négatifs sur le bien-être et la santé des infirmières

Les effets sont multiples et variables d'une personne à l'autre

SANTÉ PHYSIQUE

- Fatigue chronique
- Migraines
- Tensions musculaires
- Problèmes de mémoire et de concentration
- Troubles du sommeil
- Troubles digestifs
- Hypertension artérielle
- Palpitations
- Diverses maladies et blessures...

SANTÉ MENTALE

- Démotivation et insatisfaction au travail
- Sentiment de dévalorisation
- Sentiment d'incapacité à bien faire son travail
- Morosité
- Troubles d'adaptation
- Réactions anxio-dépressives
- Détresse psychologique
- Épuisement professionnel...

AU PLAN COMPORTEMENTAL

- Absentéisme au travail
- Réduction des loisirs et des activités sociales
- Isolement
- Problèmes familiaux
- Adoption de mauvaises habitudes de vie
- Problèmes liés à la consommation d'alcool et de médicaments
- Réorientation professionnelle...

**Un milieu de travail malsain
et non sécuritaire peut mener
à l'incapacité de fonctionner
sur le plan physique,
intellectuel et émotionnel**



ARRÊT

Des solutions pour *Soigner* sans se **CREVER**

par l'employeur

- Aménager les lieux, le temps et la charge de travail de l'infirmière de façon à lui assurer une réelle qualité de vie au travail
- Impliquer l'infirmière dans l'organisation de son travail et favoriser sa participation aux prises de décision qui la concernent
- Valoriser le travail d'équipe par la stabilisation des équipes de travail et l'ajout d'effectifs en nombre suffisant
- Accorder plus d'autonomie et de pouvoir décisionnels à l'infirmière dans la réalisation de son travail
- Reconnaître et valoriser l'infirmière sur le plan de la contribution, de l'expertise, de l'autonomie et des habiletés
- Favoriser les réseaux de communication et de soutien affectif et professionnel entre les infirmières dans l'exercice de leurs fonctions
- Mettre en place une structure efficace de communication et de diffusion de l'information
- Fournir à l'infirmière une formation continue adéquate de manière à assurer la mise à jour des compétences et l'acquisition de nouvelles connaissances

- Adopter une politique pour contrer toute forme de violence dans le milieu de travail
- Prendre les mesures nécessaires pour garantir à l'infirmière un milieu de travail exempt de tout danger pour sa santé, sa sécurité ou son intégrité physique et psychologique
- Mettre en œuvre des mesures facilitant la conciliation du travail de l'infirmière avec sa vie personnelle et familiale

par l'infirmière

- Positionner la santé en tête de son échelle de valeurs et agir en fonction de celle-ci
- Faire des choix au plan professionnel dans le respect de son désir de soigner sans s'épuiser
- Réclamer un milieu favorable et une organisation du travail adéquate
- Prendre soin de sa santé physique et mentale
- Apprendre à protéger et à renouveler son capital énergétique
- Adopter des habitudes saines de vie permettant de canaliser adéquatement la tension psychique

Tension psychique





Un milieu de travail
sain et sécuritaire
permet à l'infirmière de
se réaliser, de donner un vrai
sens au travail et de préserver de
façon optimale sa santé
physique et mentale



Semaine SST 2001

FÉDÉRATION DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS DU QUÉBEC

- **Siège social :**
2050, de Bleury, 4^e étage, Montréal (Québec) H3A 2J5
Tél. : (514) 987-1141 téléc. : (514) 987-7273
 - **Bureau de Québec :**
1260, bd Lebourgneuf, bureau 300, Québec (Québec) G2K 2G2
Tél. : (418) 626-2226 téléc. : (418) 626-2111
- Site internet : www.fiiq.qc.ca Courriel : info@fiiq.qc.ca