

COMMUNIQUÉ

Aux administrateurs de régimes d'assurance collective
Santé et mieux-être

La santé physique et la santé mentale influencent le bien-être global

Le Sondage Benefits Canada sur les soins de santé 2023¹ illustre l'importance d'une stratégie intégrée de bien-être global qui mise sur ces deux aspects.

C'est l'un des principaux constats qu'on peut faire à la lecture du Sondage Benefits Canada sur les soins de santé 2023, qui lève le voile sur les perceptions des participants et participantes quant à leur état de santé, leurs régimes d'assurance collective et les mesures qui favorisent leur mieux-être au travail.

iA est partenaire platine de la 26^e édition de cette enquête annuelle.

Dans ce premier volet d'une série de trois, les résultats de cette vaste enquête sur la santé personnelle des participants et participantes évoquent des pistes de réflexion et d'action.

L'étroite relation entre la santé physique et la santé mentale

Si neuf personnes sur dix (89 %) estiment que leur état de santé est généralement bon, très bon ou excellent, une personne sur dix (11 %) soutient plutôt être en mauvaise santé.

Celles-ci sont plus nombreuses à décrire négativement leur santé mentale (45 %) et à soutenir que leur régime d'assurance collective ne répond pas à leurs besoins (32 %).

Il y a plus : une personne sur cinq (18 %) affirme que sa santé mentale est généralement mauvaise. Dans le cas de mauvaise santé physique, cette proportion grimpe à trois personnes sur quatre (74 %).

Une mauvaise santé physique peut causer ou aggraver des problèmes de santé mentale, et vice versa. Cette relation étroite doit être prise en compte dans le cadre d'une stratégie intégrée de bien-être global.

Le stress en hausse

Deux personnes sur cinq (38 %) signalent un niveau élevé de stress; il s'agit d'un sommet comparativement à 2021 (35 %) et 2022 (27 %).

Sans surprise, les personnes qui éprouvent des problèmes de santé physique et de santé mentale sont plus susceptibles de conjuguer avec un niveau de stress élevé.

Les finances personnelles (38 %) et la charge de travail (32 %) sont les deux principales sources de stress.

Un niveau élevé de stress peut miner tant la vie personnelle que professionnelle, d'où l'importance d'offrir des outils efficaces de gestion du stress.

Les problèmes de santé chroniques

Une personne sur deux (54 %) vit avec au moins un problème de santé chronique.

La douleur chronique affecte la vie quotidienne du tiers (33 %) des personnes, en plus d'être le troisième problème de santé le plus répandu. Par ailleurs, les personnes souffrant de douleurs chroniques sont plus susceptibles de signaler un mauvais état de santé, et de déplorer plus souvent des problèmes de santé mentale tels l'anxiété.

Cela peut avoir une incidence directe sur la consommation de médicaments : quatre personnes sur cinq (79 %) qui souffrent d'une maladie chronique prennent au moins un médicament sur une base régulière, alors que le tiers (32 %) en consomme trois ou plus.

On remarque enfin que l'obésité est probablement sous-déclarée en raison d'un faible taux de diagnostic formel. Pourtant, l'obésité n'est pas sans conséquence sur la santé physique, l'estime de soi et la santé mentale des personnes affectées.

Après l'activité physique (46 %), la qualité du sommeil (41 %) est la seconde priorité des personnes qui souhaitent améliorer leur état de santé.

Lutter contre la stigmatisation permet une meilleure prise en charge des maladies chroniques, surtout dans un contexte de gestion de la santé mentale.

Un sommeil de qualité est indispensable pour le bien-être global.

Le nécessaire accès aux soins de santé virtuels

Une personne sur trois (34 %) a recours à des soins de santé virtuels, et les personnes ayant subi une blessure grave (68 %) sont plus susceptibles d'y avoir recours.

Les soins de santé virtuels sont également plus utilisés par les personnes qui souffrent d'une maladie chronique associée à la santé mentale (50 %).

Les soins de santé virtuels demeurent un atout, notamment auprès des personnes plus vulnérables, et doivent faire partie intégrante d'une approche visant le bien-être global.

Information et sensibilisation

Il est clair que la santé physique et la santé mentale sont interconnectées et influencent notre bien-être global. Une stratégie intégrée de bien-être global doit donc considérer ces deux aspects de manière complémentaire.

En outre, on doit informer les participants et participantes des couvertures et des services disponibles afin de faciliter leur accès aux ressources pertinentes.

Enfin, il est nécessaire de rappeler le rôle actif que les participants et participantes peuvent jouer dans la réalisation de leur bien-être global.

Ne manquez pas la suite de notre dossier :

- Novembre : Les régimes de soins de santé
- Décembre : Le mieux-être au travail

Vous souhaitez en apprendre davantage sur le soutien que iA peut vous fournir pour la mise en place d'une stratégie intégrée de bien-être global? Discutez-en avec votre directeur ou directrice, Relations avec la clientèle.

¹ Le sondage en ligne a été mené par Ipsos au nom du Groupe Contex entre le 28 mars et le 4 avril 2023 auprès d'un échantillon national de 1 004 participants et participantes à un régime collectif de soins de santé. Pour tous les détails, visitez le site Web de Avantages [Avantages](#).

En tant qu'administrateur du régime d'assurance collective, vous avez un rôle important à jouer pour informer vos participants à propos de leur régime. Nous comptons aussi sur vous pour leur remettre tous les documents explicatifs et administratifs lors de l'adhésion, ou sur demande. Nous vous aiderons à leur indiquer où se trouve cette documentation, si elle n'est pas disponible sur papier. Si vous avez des questions, consultez le Guide de l'administrateur ou communiquez avec votre directeur de compte ou votre directeur, Relations avec la clientèle.

Ce communiqué ainsi que les publications passées sont également accessibles sur notre site Web ia.ca.

iA Groupe financier est une marque de commerce et un autre nom sous lequel l'**Industrielle Alliance, Assurance et services financiers inc.** exerce ses activités.
1 877 422-6487

23 octobre 2023