

DONNÉES DE *VIGIE* ET DE *SURVEILLANCE*

Direction régionale de santé publique de Montréal

Septembre 2025

PORTRAIT DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX DU TRAVAIL À MONTRÉAL

TABLE DES MATIÈRES

1. FAITS SAILLANTS POUR MONTRÉAL.....	1
2. PORTRAIT DE L'EXPOSITION AUX RPS.....	2
3. PORTRAIT DES LÉSIONS PROFESSIONNELLES PSYCHOLOGIQUES.....	4
4. NOTE MÉTHODOLOGIQUE ET LIMITES	8
5. SOURCES DE DONNÉES.....	8
6. LISTE DES ACRONYMES.....	9
7. MÉDIAGRAPHIE.....	10

L'exposition aux risques psychosociaux (RPS) au Québec est devenue une préoccupation majeure au cours des dernières années. Pour y répondre, la prévention des RPS a été renforcée par les nouvelles dispositions de la Loi modernisant le régime de santé et de sécurité du travail (LMRSST). Cette réforme ajoute la protection de l'intégrité psychique dans les objectifs de la loi et inclut les RPS parmi les risques que l'employeur doit identifier et analyser dans son établissement. Le présent feuillet brosse un portrait de l'exposition aux RPS et de leurs conséquences pour la région sociosanitaire (RSS) de Montréal.

LES RPS DU TRAVAIL

Sont « des facteurs liés à l'organisation du travail, aux pratiques de gestion, aux conditions d'emploi et aux relations sociales et qui augmentent la probabilité d'engendrer des effets néfastes sur la santé physique et psychologique des personnes exposées. »

INSPQ (2016)

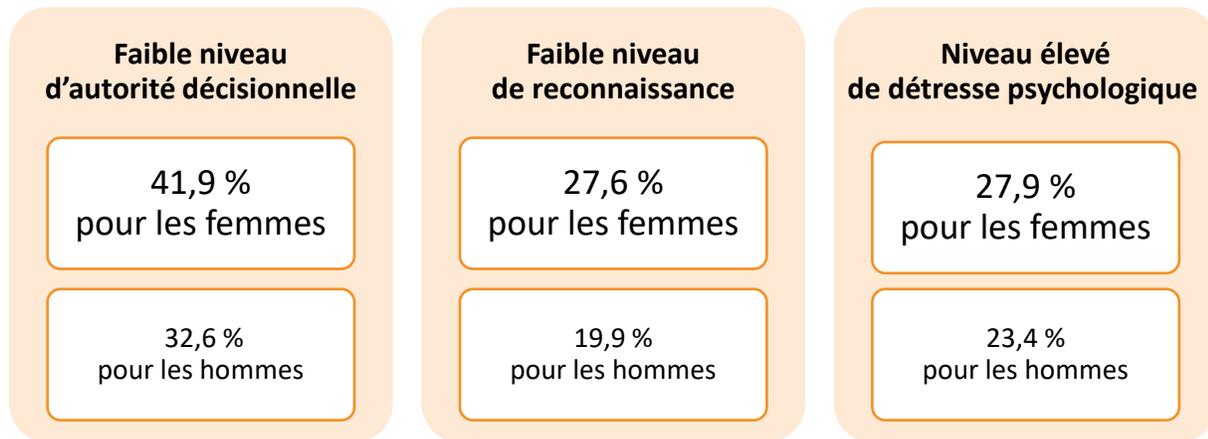
1. FAITS SAILLANTS POUR MONTRÉAL

- Entre 2010 et 2022, le nombre de lésions psychologiques a augmenté de 63,9 % et la durée d'indemnisation de 35,6 %;
- Les femmes sont plus exposées à la plupart des risques psychosociaux;
- 3 lésions sur 4 surviennent dans le groupe d'âge de 25 à 54 ans et leur nombre est en forte hausse chez les 55 ans et plus ;
- 3 secteurs d'activités sont particulièrement touchés par les RPS : soins de santé et assistance sociale, enseignement et administration publique.

2. PORTRAIT DE L'EXPOSITION AUX RPS

L'exposition aux RPS varie selon plusieurs facteurs, tels que le genre, l'âge, le type de profession et le secteur d'activité économique. Les hommes sont les plus affectés (58,7 % des cas) par les lésions autres que celles liées aux RPS. De leur côté, les femmes rapportent, année après année, une plus grande exposition aux RPS. Selon les données de la CNESST, elles concernent un peu plus de la moitié des cas (52,4 %).

En analysant les données de l'EQSP 2020-2021, cette différence entre hommes et femmes est particulièrement marquée en ce qui concerne les niveaux d'autorité décisionnelle, de reconnaissance et de détresse.



Source: EQSP, cycle 2020-2021, Gouvernement du Québec, Institut de la statistique du Québec.

Figure 1 — Indicateurs RPS : Les femmes rapportent plus de risques que les hommes

L'exposition aux RPS varie aussi en fonction du secteur d'activité économique. Trois secteurs se démarquent avec des niveaux d'exposition plus élevés pour la plupart des indicateurs :

- Soins de santé et assistance sociale
- Enseignement
- Administration publique

Par ailleurs, les secteurs connaissent une distribution inégale des indicateurs selon le sexe, avec une plus grande exposition rapportée pour les femmes (Tableau 1). Dans 7 des 11 secteurs analysés, la proportion de ces dernières est significativement plus élevée que celle des hommes pour la plupart des indicateurs.

Tableau 1 — Les secteurs d'activité et les risques psychosociaux à Montréal

Indicateurs ¹ (Niveau de risque)	Autorité décisionnelle (Faible)	Exigence psychologique (Élevé)	Reconnaissance (Faible)	Détresse psychologique (Élevé)	Soutien du supérieur (Faible ou modéré)	Soutien des collègues (Faible ou modéré)	Équilibre travail & vie personnelle et familiale (Difficulté à maintenir)
Secteurs d'activité	(en %)	(en %)	(en %)	(en %)	(en %)	(en %)	(en %)
Soins de santé et assistance sociale	45,1	41,2	29,8	28,6	23,0	20,9	27,0
Services d'enseignement	29,1	32,2	32,7	32,0	20,5	21,9	31,0
Administration publique	44,2	31,9	28,9	28,3	19,9	17,9	21,9
Services d'hébergement et services de restauration	49,0	36,0	19,4	22,0	17,5	7,2	21,6
Construction	29,6	32,6	18,2	19,3	11,1	21,3	19,0
Finances, assurances, services immobiliers, gestion administration	39,1	32,6	18,7	29,1	16,7	15,8	22,7
Services professionnels, scientifiques et techniques	22,9	33,3	19,4	26,6	14,5	9,9	27,1
Services publics, transport et entreposage	50,8	29,6	17,4	19,9	23,3	24,7	9,5
Commerce	43,0	24,0	22,1	21,5	17,8	17,1	15,9
Fabrication	40,1	30,6	18,2	20,5	18,6	20,2	20,2
Information, culture, arts, spectacles et loisirs	30,3	28,6	28,4	25,2	13,0	17,1	22,0

Source: EQSP, cycle 2020-2021, Gouvernement du Québec, Institut de la statistique du Québec.

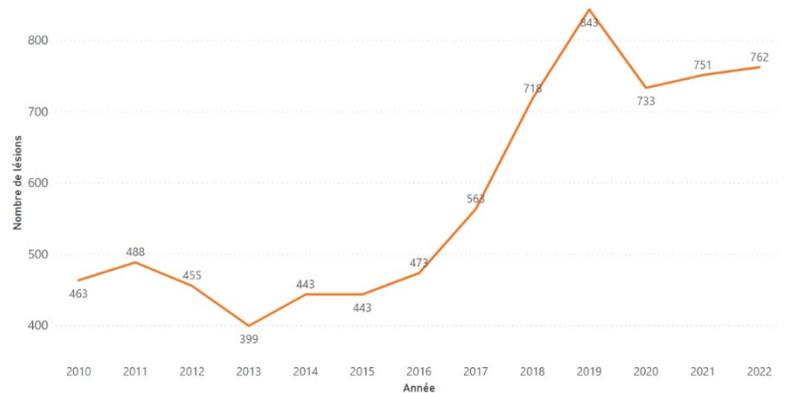
Légende

- Pas de prédominance d'exposition selon le sexe
- Femmes plus exposées que les hommes
- Hommes plus exposés que les femmes

¹ Les noms des indicateurs issus de l'EQSP, 2020–2021 ont été modifiés afin d'alléger la présentation du tableau. Pour consulter les formulations originales, voir : [Statistique Québec, EQSP 2020–2021 – Document technique](#)

3. PORTRAIT DES LÉSIONS PROFESSIONNELLES PSYCHOLOGIQUES

Entre 2010 et 2022, à Montréal, la CNESST a considéré admissibles 7534 lésions professionnelles psychologiques, avec une augmentation des cas à partir de 2014. Selon l'Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST), le coût des lésions psychologiques au Québec a augmenté de 195 % entre 2014 et 2019. En moyenne, chaque lésion coûte 121 590 \$.



Source : Fichier des lésions professionnelles, CNESST.

Figure 2 — Augmentation des lésions psychologiques à Montréal entre 2010-2022

Tableau 2 : Les 5 professions avec le plus grand nombre de lésions professionnelles liées aux RPS

Nature	Nb. des lésions	%
Choc nerveux (stress post-traumatique)	4 290	56,9 %
Trouble d'adaptation	2 021	26,8 %
Anxiété, stress, troubles névrotiques troubles d'anxiété, angoisse situationnelle, non précisés	853	11,3 %
État dépressif (dépression, réaction ou syndrome anxio-dépressif)	359	4,8 %
Trouble ou syndrome mental, n.c.a.	6	0,1 %
Burn out (syndrome d'épuisement professionnel)	4	0,1 %
Décompensation psychologique	1	0,0 %
Total	7 534	100,0

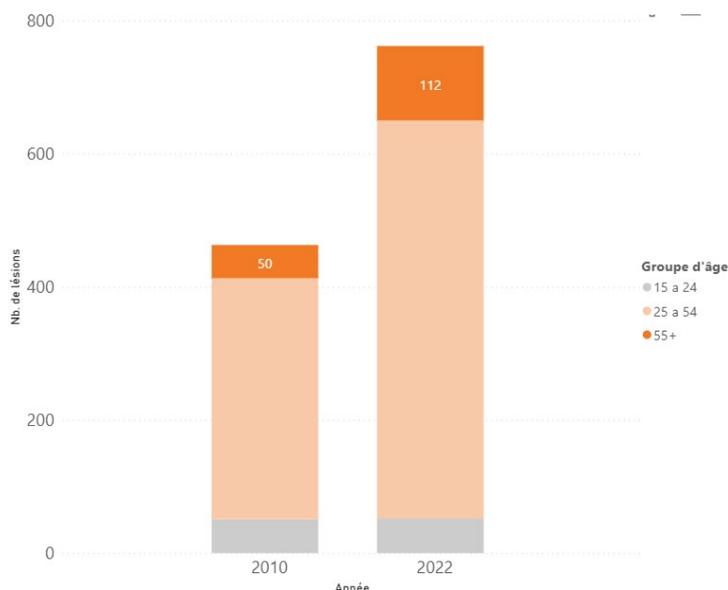
Concernant la durée d'indemnisation des lésions, il y a une hausse au fil des années, passant d'une moyenne de 160 jours en 2010 à 217 jours en 2022. Dans cette période :

- Les lésions psychologiques ont entraîné une indemnisation moyenne de 189 jours.
- Pour les lésions autres que psychologiques, la moyenne était de 69 jours.

Des écarts importants sont observés selon le sexe et l'âge :

- Les femmes sont indemnisées plus longtemps que les hommes : en moyenne 204 jours contre 172 jours pour les hommes.
- La durée d'indemnisation augmente avec l'âge.

La majorité des lésions (78,5 %) se concentrent dans le groupe des personnes entre 25 à 54 ans. Toutefois, c’est chez les travailleurs de 55 ans et plus que l’augmentation du nombre de cas a été la plus marquée. Entre 2010 et 2022, ce groupe a connu une hausse de 124 %, ce qui signifie que le nombre de cas a plus que doublé.



À titre de comparaison :

L’augmentation a été de 65,2 % chez le groupe de 25 à 54 ans.

Les chiffres sont restés stables chez les jeunes travailleurs.

Source: Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2010-2022), CNESST.

Figure 3 — Augmentation des lésions professionnelles psychologiques chez les travailleurs âgés plus intense que dans les autres groupes d’âge.

Lorsqu’on analyse l’ensemble des lésions en fonction de la profession, le personnel d’exploitation des transports présente la plus grande proportion de cas (26,7 %).

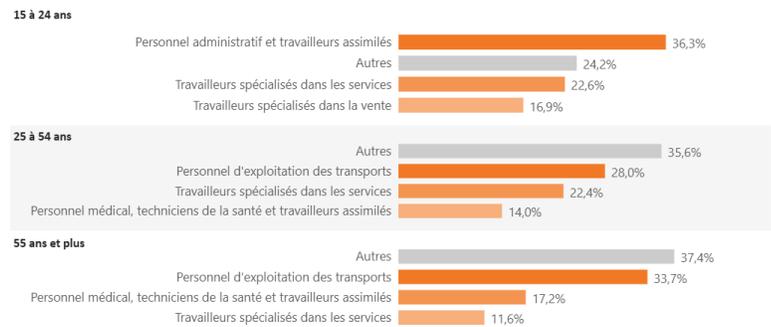
Tableau 3 : Les 5 professions avec le plus grand nombre de lésions professionnelles psychologiques

Professions	Répartition des lésions (en %)	Durée moyenne d’indemnisation (en jours)
Personnel d’exploitation des transports	26,7 %	111
Travailleurs spécialisés dans les services	20,9 %	160
Personnel médical, techniciens de la santé et travailleurs assimilés	13,9 %	151
Travailleurs spécialisés dans la vente	11,7 %	229
Enseignants et personnel assimilé	5,5 %	212
Autres	21,3 %	165

Source: Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2010-2022), CNESST.

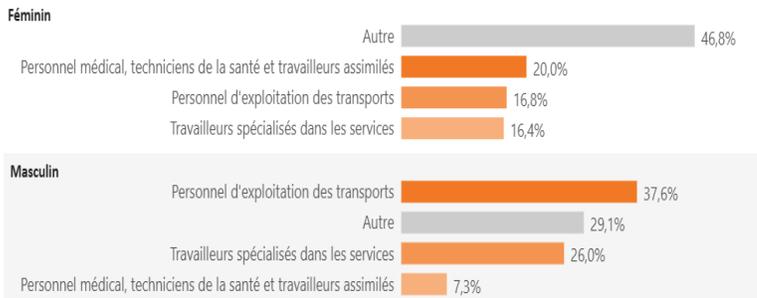
Différences selon l'âge et le sexe

Chez les jeunes, la catégorie « personnel administratif et travailleurs assimilés » présente la plus grande proportion de lésions psychologiques (36,3 %).



Source: Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2010-2022), CNESST.

Figure 4 — Les 3 professions avec le plus grand nombre de lésions par groupe d'âge



Source : Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2010-2022), CNESST.

Figure 5 — Les 3 professions avec le plus grand nombre de lésions par sexe

Chez les femmes, la plus grande proportion de lésions psychologiques se trouve dans le personnel médical, techniciens de la santé et travailleurs assimilés (20,0 %).

Chez les hommes, plus du tiers des lésions psychologiques se concentrent chez le personnel d'exploitation des transports (ex. : chauffeurs d'autobus, camionneurs).

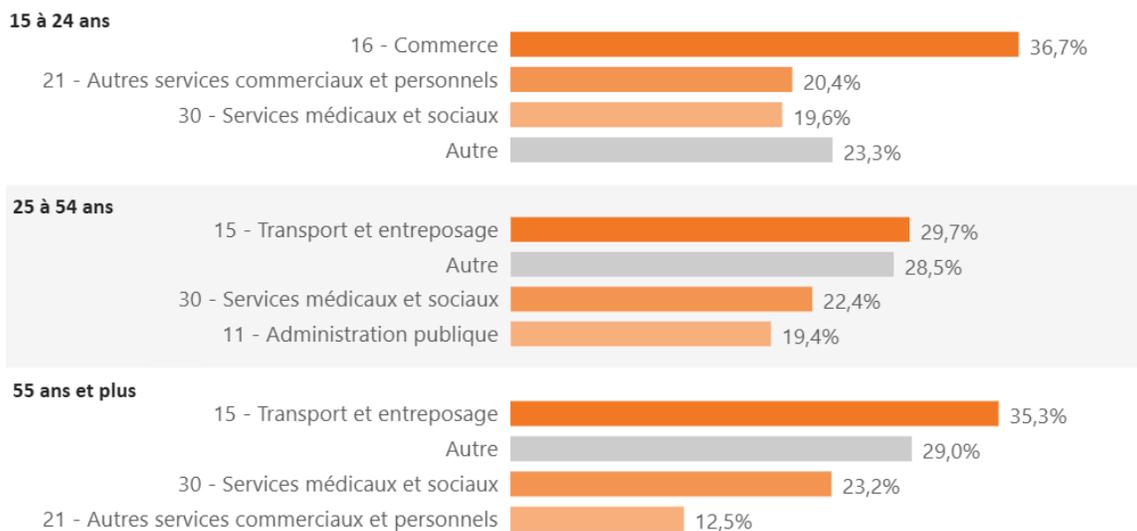
En analysant l'ensemble des lésions en fonction du secteur d'activité économique, le secteur « Transport et entreposage » présente la plus grande concentration de cas (28 %), avec une durée moyenne d'indemnisation de 130 jours. Le tableau ci-dessous montre les cinq secteurs avec la plus grande concentration de cas pour l'ensemble des lésions.

Tableau 3 : Les 5 secteurs d'activité avec le plus grand nombre de lésions professionnelles psychologiques

SAE	Répartition des lésions (en %)	Durée moyenne d'indemnisation (en jours)
15 - Transport et entreposage	28,5 %	130
30 - Services médicaux et sociaux	22,3 %	179
11 - Administration publique	17,3 %	173
21 - Autres services commerciaux et personnels	11,0 %	270
16 - Commerce	9,0 %	251
Autres	11,9 %	249

Source: Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2012-2022), CNESST.

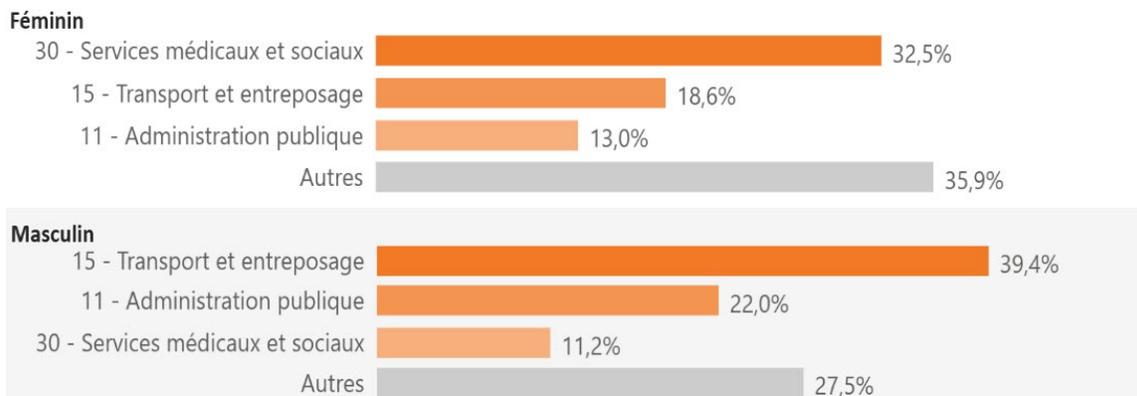
Le secteur du transport et de l'entreposage est surreprésenté chez les travailleurs de 25 ans et plus (environ le tiers des lésions professionnelles psychologiques).



Source: Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2012-2022), CNESST.

Figure 6 — Les 3 secteurs avec le plus grand nombre de lésions par groupe d'âge

Chez les femmes, le secteur des Services médicaux et sociaux (ex. : infirmières) présente la plus grande proportion des cas.



Source : Fichier des lésions professionnelles (Montréal 2012-2022), CNESST.

Figure 7 — Les 3 secteurs avec le plus grand nombre de lésions par sexe

4. NOTE MÉTHODOLOGIQUE ET LIMITES

La définition qui a été retenue pour catégoriser les lésions en tant que lésions psychologiques sont toutes celles classées sous la nature « Troubles mentaux, anxiété et stress ». Les lésions qui ont été incluses sont toutes les déclarations acceptées ou non compensables avec frais.

Les indicateurs de l'EQSP ont été extraits selon la RSS de résidence, étant donné que tous les indicateurs n'étaient pas disponibles selon la RSS de travail. Puisqu'environ 82,5 % des résidents de Montréal travaillent dans la région (Statistique Canada, 2017), l'utilisation de la RSS de résidence ne devrait pas entraîner de biais significatif dans l'analyse effectuée.

Pour l'analyse de la situation de santé des travailleurs selon l'EQSP, une limite concerne la base de sondage utilisée pour sélectionner l'échantillon de l'enquête : des données des personnes assurées pour la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). Ainsi, selon le statut d'immigration, certains travailleurs qui ne sont pas couverts par la RAMQ ne sont pas inclus, tels que :

- les demandeurs d'asile,
- les travailleurs temporaires avec un permis de travail ouvert,
- les étudiants étrangers dont le pays d'origine n'a pas d'accord avec le Québec.

EQSP en contexte pandémique

Le dernier cycle de l'EQSP a été réalisée pendant la pandémie, ce qui a entraîné d'importants changements au niveau du marché du travail.

Ces changements ont probablement eu des impacts sur les travailleurs, les exposant à des situations auxquelles ils n'auraient probablement pas été soumis en temps normal.

Le fichier de lésions professionnelles est une source administrative de la CNESST, incluant uniquement les lésions déclarées. Ainsi, il n'y a pas d'informations sur les lésions qui ne sont pas déclarées pour diverses raisons :

- Certains travailleurs ne sont pas couverts par le régime d'indemnisation de la CNESST,
- Influence du système de la santé et de services sociaux:
 - Difficultés d'accès à un professionnel de la santé,
 - Les délais pour obtenir des rendez-vous médicaux,
 - Le processus administratif de déclaration, qui nécessite des formulaires remplis par le médecin.

SOURCES DE DONNÉES

Pour fournir ce portrait, deux sources de données ont été utilisées. La première est celle de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST), qui recueille des données sur les lésions professionnelles, comme les maladies et les accidents liés au travail. La seconde est l'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP), qui fournit des indicateurs utiles pour mieux comprendre le rôle de certains facteurs sur la santé des travailleurs.

Les données de l'EQSP sont particulièrement intéressantes car elles sont auto-rapportées et ne dépendent ni de l'accès à un service de santé, ni d'une demande d'indemnisation auprès de la CNESST. Elles mesurent simplement la proportion de répondants qui sont exposés à certains risques, qu'il y ait eu ou non apparition de symptômes, et sans qu'il soit nécessaire qu'une maladie se déclare. La figure suivante présente les indicateurs de l'EQSP choisis pour ce portrait avec une description résumée de chacun.

- 1 Niveau faible ou modéré d'autorité décisionnelle au travail**
Évalué selon l'accord à deux énoncés sur la liberté d'action
- 2 Faible niveau de reconnaissance au travail**
Mesuré par un score basé sur l'accord à quatre énoncés liés à la sécurité, au respect, aux promotions et au salaire
- 3 Niveau élevé de détresse psychologique liée au travail**
Mesuré à partir de l'échelle de détresse psychologique de Kessler, basée sur la fréquence de six sentiments négatifs, et par l'attribution de ces sentiments au travail
- 4 Niveau élevé d'exigences psychologiques au travail**
Mesuré par un score basé sur l'accord à cinq énoncés liés à la charge, la rapidité et la complexité du travail
- 5 Soutien faible ou modéré du supérieur immédiat**
Mesuré par l'accord à deux énoncés sur l'appui à la réalisation du travail et l'écoute
- 6 Soutien faible ou modéré des collègues**
Mesuré par l'accord à deux énoncés sur l'entraide et l'esprit d'équipe
- 7 Difficulté à maintenir un équilibre entre les obligations professionnelles et les responsabilités personnelles ou familiales**
Mesurée par une seule question sur la facilité ou difficulté à concilier obligations professionnelles et responsabilités personnelles

Figure 8 — Description résumée des indicateurs de l'EQSP retenus pour ce portrait

5. LISTE DES ACRONYMES

CNESST : Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail

EQSP : Enquête québécoise sur la santé de la population

INSPQ : Institut national de santé publique du Québec

IRSST : Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail

LMRSST : Loi modernisant le régime de santé et de sécurité du travail

RAMQ : Régie de l'assurance maladie du Québec

RPS : Risques psychosociaux

RSS : Région sociosanitaire

6. MÉDIAGRAPHIE

CAMIRAND, Hélène et autres (2023). Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 328 p. [[Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021](#)].

LEBEAU, M., BUSQUE, M.-A. et BILODEAU, J. (2024). Le coût des lésions psychologiques liées au travail au Québec (Rapport no R-1196). IRSST.

PLANTE, Nathalie et Maxime BOUCHER (2023). Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021. Méthodologie de l'enquête, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 52 p. [<https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-sante-population-2020-2021-methodologie.pdf>].

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC (2024). *Connaître les conditions d'admissibilité*, [En ligne], Québec. [<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/connaître-conditions-admissibilité>].

STATISTIQUE CANADA. (2017). *Recensement de la population et des logements de 2016*.

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (2024). Risques psychosociaux du travail, [En ligne], Québec. [<https://www.inspq.qc.ca/risques-psychosociaux-du-travail-et-promotion-de-la-sante-des-travailleurs/risques-psychosociaux-du-travail>].

ISBN 978-2-555-01557-9

Analyse et rédaction : Maria Eduarda Morais Lins, APPR, Intelligence d'affaires et Reddition de comptes CNESST (IARCC), Direction adjointe-Programme régional des services de santé au travail (DA-SAT), Direction régionale de santé publique (DRSP)

Avec la collaboration de : Alexandre Coderre, responsable médical, IARCC, DA-SAT, DRSP
Sarah-Amélie Mercure, cheffe médicale, DA-SAT, DRSP

Traitement des données : Maria Eduarda Morais Lins, APPR, IARCC, DA-SAT, DRSP

Date de publication de ce document : juillet 2025

Date de révision de ce document : septembre 2025

Une production de la direction adjointe —
Programme régional des services de santé au travail
de la Direction régionale de santé publique