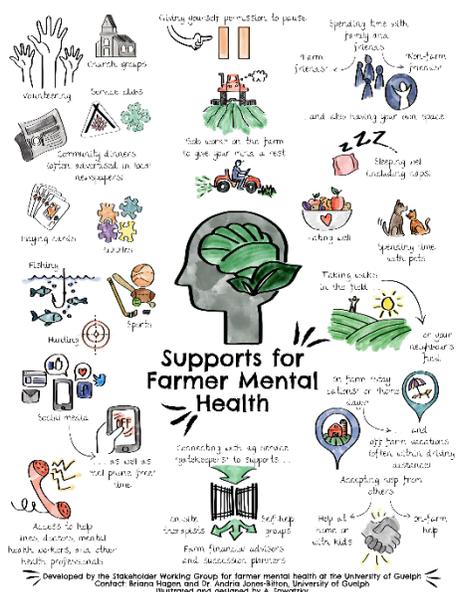


## D<sup>re</sup> Andria Jones-Bitton



La D<sup>re</sup> Andria Jones-Bitton a commencé sa recherche sur la santé mentale des agriculteurs après avoir entendu un nombre croissant de témoignages sur les difficultés qu'ils traversaient. Elle a décidé d'examiner la littérature spécialisée afin de se faire une idée de ce qui était connu au sujet de la santé psychologique des agriculteurs canadiens.

Bien vite, elle a constaté qu'il y avait un manque troublant de recherches publiées sur le sujet. Elle a commencé à se soucier du bien-être d'une population à laquelle est associée généralement l'image du « cowboy » tenace et a pris la décision de chercher à savoir comment se portaient réellement les agriculteurs au Canada.

« Quand on pense à la multitude d'éléments de stress auxquels font face les agriculteurs au quotidien, on se rend compte que la majorité de ces éléments échappent à leur contrôle »,

explique la D<sup>re</sup> Jones-Bitton.

« Cela cause probablement des sentiments d'impuissance et de désespoir chez eux, et l'impuissance et le désespoir nous prédisposent à des problèmes de santé mentale, comme la dépression et l'anxiété. »

La D<sup>re</sup> Jones-Bitton et son équipe ont commencé leur recherche en lançant une étude pilote de petite envergure auprès des éleveurs de bétail en Ontario. Le sondage visait à recueillir des données sur les éléments de stress, la résilience, l'anxiété, la dépression, l'épuisement psychologique, les attitudes vis-à-vis de la demande d'aide, la stigmatisation, et plus.

Les éleveurs ont été extrêmement nombreux à répondre au sondage.

« Lorsque nous avons publié le sondage, nous avons découvert que des agriculteurs dans d'autres secteurs et à l'extérieur de l'Ontario tentaient eux aussi de répondre aux questions du sondage. C'est alors que nous avons conclu qu'il s'agissait d'une question dont voulait parler la communauté agricole », précise la D<sup>re</sup> Jones-Bitton.

L'équipe a décidé d'étendre l'étude. Plus de 1 100 agriculteurs canadiens ont participé au sondage de 2015. Les résultats obtenus ont permis de pallier aux nombreux manques de connaissances au sujet de la santé mentale des agriculteurs. Les données ont fourni des statistiques fondamentales et essentielles dont peuvent se servir diverses organisations dans le cadre de leurs efforts entourant la santé mentale en agriculture.

Se servant des résultats de ce sondage, la D<sup>re</sup> Jones-Bitton a décidé d'embrasser la cause de la santé mentale des agriculteurs canadiens et d'exiger qu'ils reçoivent le soutien dont ils ont besoin. Elle a exercé des pressions sur le gouvernement fédéral en vue de l'établissement d'une stratégie nationale. La D<sup>re</sup> Jones-Bitton et Briana Hagen, l'une de ses étudiantes de doctorat, ont donné des exposés à plus de 40 événements et ont accordé plus de 70 entrevues aux médias depuis 2015.

Ce qui est encore peut-être plus important, c'est que la recherche menée par la D<sup>re</sup> Jones-Bitton a aidé à faire prendre conscience à la société de ce problème et a servi de base à de nombreux articles dans la presse traitant de la santé mentale des agriculteurs, ainsi qu'à des campagnes et activités dans les médias sociaux. On peut établir un clair lien entre leurs activités de transfert des connaissances et la volonté des agriculteurs de commencer à parler ouvertement de leurs difficultés psychologiques.

Andria et son équipe ont l'intention de mener ce sondage tous les deux ou trois ans, afin de continuer à prendre le pouls des agriculteurs canadiens et de s'informer sur leur état psychologique.

À partir de cette recherche, la D<sup>re</sup> Jones-Bitton et son équipe ont mis au point un programme de littératie en santé mentale qui s'appelle « In the Know ». Ce programme inclut une séance en personne d'une durée de quatre heures où les agriculteurs améliorent leur connaissance des problèmes de santé mentale et, notamment, comment les repérer chez eux et chez les autres, comment gérer le stress et comment demander de l'aide et amener d'autres personnes à demander de l'aide. Le programme a été mis à l'essai récemment auprès de six groupes différents et est en train d'être évalué pour en assurer l'efficacité. Puis, l'équipe collaborera avec les organisations agricoles, vétérinaires et de santé mentale partout au pays, afin que le programme « In the Know » puisse être offert aux autres groupes qui souhaitent en bénéficier.

La Fédération canadienne de l'agriculture est reconnaissante d'avoir la D<sup>re</sup> Jones-Bitton comme alliée et défenseure dans le cadre des efforts déployés pour offrir de l'aide en matière de santé mentale à tous les agriculteurs qui en ont besoin. Grâce à sa recherche, la société s'intéresse aujourd'hui aux différents aspects de la santé mentale en agriculture.