



**CENTRE  
DE RECHERCHE  
DE L'USMM**

CENTRE AFFILIÉ À  
L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL

**Communiqué**

**10 septembre 2019**

## **Des études démontrent que le sexe et le genre d'une personne influencent le fonctionnement biologique et psychologique lié au stress chez les travailleurs**

Pour mieux comprendre les inégalités de santé qui existent entre les hommes et les femmes, des chercheurs du Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal ont montré que le sexe (caractéristiques biologiques des hommes et des femmes) et le genre (caractéristiques socioculturelles liées à la masculinité et la féminité) doivent être considérés conjointement dans les études s'intéressant à la santé mentale chez les hommes, les femmes, ainsi que chez les personnes de tout autre profil de diversité sexuelle et de genre.

Le sexe et le genre d'une personne influencent sa probabilité de vivre du stress chronique au travail. Le stress chronique entraîne un effet d'usure sur le fonctionnement du corps et du cerveau par un processus biologique que l'on nomme la charge allostatique. La charge allostatique peut être étudiée en évaluant différentes signatures biologiques du stress chronique, comme les niveaux d'hormones de stress, de cholestérol ainsi que d'autres indicateurs du fonctionnement hormonal, immunitaire, cardiovasculaire et métabolique. Une charge allostatique élevée est associée à un éventail de problèmes de santé, comme les maladies cardiovasculaires, la dépression et l'épuisement professionnel.

Des études antérieures ont démontré que les hommes et les femmes produisent des niveaux d'hormones de stress similaires tout au long de la journée. Toutefois, les hommes produisent une plus grande quantité d'hormones de stress que les femmes lorsqu'ils sont exposés à une situation stressante en laboratoire. Pour mieux comprendre comment des facteurs biologiques liés au sexe ainsi que des facteurs socioculturels liés au genre peuvent influencer la production d'hormones de stress, la charge allostatique, le stress au travail et la santé mentale des travailleurs, des chercheurs de l'Université de Montréal ont réalisé, en 2012, une étude unique en son genre au Canada.



## CENTRE DE RECHERCHE DE L'USMM

CENTRE AFFILIÉ À  
L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL

Cette étude, qui a pris en compte un grand nombre de facteurs biologiques et psychologiques, tout considérant le sexe et le genre de l'individu, a été réalisée sur une population de 204 travailleuses et travailleurs de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal, le plus grand hôpital psychiatrique du Québec. À ce jour, l'équipe de recherche, dirigée par Robert-Paul Juster, a publié deux articles scientifiques qui offrent des pistes intéressantes pour les futures recherches biomédicales.

Dans une première publication, l'équipe de Robert-Paul Juster a démontré que des variations dans les niveaux d'hormones sexuelles – soit la testostérone, l'estrogène et la progestérone affectent la production d'hormones de stress différemment chez les hommes et les femmes. Les chercheurs ont trouvé que lorsque les hormones sexuelles étaient prises en compte, les niveaux d'hormones de stress en matinée étaient plus élevés chez les femmes que les hommes. De plus, aucune différence entre les hommes et les femmes dans leur production d'hormones de stress n'a été observée lors d'une situation stressante en laboratoire. Cette étude souligne l'importance de considérer les différences biologiques entre les hommes et les femmes dans l'étude du stress.

Comme le rapport Robert-Paul Juster, « les systèmes biologiques qui sont responsables de la production des hormones de stress et des hormones sexuelles sont interreliés, mais sont rarement considérés conjointement dans les études en santé qui s'intéressent uniquement aux particularités binaires du fonctionnement biologique des hommes et des femmes ».

Dans une seconde publication, l'équipe de Juster a évalué l'influence du sexe et du genre sur la charge allostatique, le stress au travail et la santé mentale des travailleurs. Le genre des participants a été mesuré par un questionnaire qui permet d'identifier à quel point une personne a des traits masculins ou féminins. Pour cette partie de l'étude, les chercheurs ont découvert qu'indépendamment des facteurs biologiques liés au sexe, les personnes au profil de genre androgyne (des personnes fortement masculines et féminines en même temps) rapportaient moins de symptômes dépressifs, une meilleure estime de soi, ainsi qu'un plus grand bien-être.



## CENTRE DE RECHERCHE DE L'USMM

CENTRE AFFILIÉ À  
L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL

Étonnamment, ce même profil de genre avait un impact positif sur la charge allostatique chez les hommes, mais pas chez les femmes. Pourquoi ce profil de genre androgyne influencerait-il la charge allostatique chez les hommes, mais pas les femmes? De nouveaux facteurs socioculturels liés au sexe et au genre pourraient expliquer ces différences. Pour répondre à cette question, Philippe Kerr, un candidat à la maîtrise en sciences biomédicales dirigé par les chercheurs Robert-Paul Juster et Sonia Lupien entreprend une nouvelle étude qui cherchera à évaluer comment les perspectives liées au sexe et au genre dans le milieu de travail peuvent influencer la santé des hommes et des femmes.

Pour participer à cette nouvelle étude intitulée « Les rôles de genre professionnels en lien avec la charge allostatique, le stress au travail et la santé mentale de travailleurs d'hôpital psychiatrique », veuillez remplir le [questionnaire en ligne](#).

### À propos des chercheurs

#### **Philippe Kerr, B.Sc**

Candidat à la maîtrise en sciences biomédicales, Département de psychiatrie et d'addictologie, Faculté de médecine, Université de Montréal, [philippe.beauchamp-kerr@umontreal.ca](mailto:philippe.beauchamp-kerr@umontreal.ca)

#### **Sonia Lupien, Ph. D.**

Chercheuse régulière, Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal, Professeure titulaire, Département de psychiatrie et d'addictologie, Faculté de médecine, Université de Montréal, [sonia.lupien@umontreal.ca](mailto:sonia.lupien@umontreal.ca)

#### **Robert-Paul Juster, Ph. D.**

Chercheur régulier, Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal, Professeur adjoint sous-octroi, Département de psychiatrie et d'addictologie, Faculté de médecine, Université de Montréal, [robert-paul.juster@umontreal.ca](mailto:robert-paul.juster@umontreal.ca)