



## Une réponse aux conséquences psychologiques et psychosociales de la pandémie de la COVID-19 : le plan d'action québécois

**Matthew Menear, Ph. D.**

Département de médecine familiale et médecine d'urgence, Université Laval  
VITAM Centre de recherche en santé durable

### Contexte

En peu de temps, la pandémie de la COVID-19 a eu un impact significatif sur la vie des personnes vivant au Québec. Alors que le premier cas dans la province était confirmé le 27 février 2020, plus de 45 000 cas et 3 800 décès étaient rapportés par l'INSPQ, en date du 20 mai. Pendant que la lutte contre la pandémie se poursuit, l'attention portée à ses impacts psychologiques et psychosociaux s'intensifie. Des effets directs de la pandémie à cet égard se sont déjà manifestés, illustrés par une détérioration de la santé mentale populationnelle depuis le début de la pandémie (1, 2, 3) et une augmentation dans le nombre moyen d'appels au service téléphonique psychosocial 24/7 « Info-Sociale 811 » (1). Des impacts indirects néfastes et persistants sont également à prévoir compte tenu des profondes conséquences socio-économiques de la pandémie (4).

Profitant de la Semaine nationale de la santé mentale, le gouvernement du Québec a dévoilé un autre élément de sa réponse à cette crise, soit le « Plan d'action : Services psychosociaux et services en santé mentale dans le contexte de la COVID-19 » (1). Ce nouveau plan d'action décrit les mesures prises par le Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) pour répondre aux besoins psychosociaux actuels et anticipés de la population dans un contexte de pandémie. Ces mesures peuvent être regroupées en trois grands thèmes.

### Initiatives ciblant les besoins émergents de la population générale

Le gouvernement investit 31,1 M\$ en aide d'urgence pour rehausser les services de santé mentale et les services sociaux fournis par les CISSS et les CIUSSS. Cela comprend plus de 19 M\$ de financement pour ajouter près de 200 ressources supplémentaires destinées à soutenir l'offre de services sociaux et psychosociaux (service de consultation téléphonique Info-Sociale, services psychosociaux dans les CLSC, et services d'intervention en cas de crise). Le fonds d'urgence comprend également près de 12 M\$ pour bonifier d'autres services de santé mentale et services psychosociaux. Cela a nécessité des partenariats entre le MSSS et les ordres professionnels pour permettre une intégration de professionnels de la santé qualifiés dans les équipes existantes afin de maintenir des services essentiels. Ce financement permettra également au CISSS et au CIUSSS d'assurer une offre de soins adéquats de la part des équipes de suivi intensif dans le milieu et des unités d'hospitalisation en psychiatrie.

Le MSSS finance aussi le développement d'un nouveau programme (240 000\$) visant les personnes endeuillées durant la pandémie. Ce programme – le fruit de partenariats entre le réseau de la santé, des organismes communautaires et des universitaires – comprendra le rehaussement de services d'écoute téléphonique pour les personnes endeuillées, l'accès à des consultations individuelles, ainsi que le développement de guides de pratique clinique et activités de formation pour mieux outiller les intervenants du réseau qui interviennent auprès de ces personnes.

Une nouvelle page a été créée sur le site web du gouvernement : [www.quebec.ca/allermieux](http://www.quebec.ca/allermieux). Elle présente de l'information pour le public et une liste de ressources pour aider les citoyens à maintenir leur bien-être émotionnel durant la crise. De plus, deux campagnes de communication ont été lancées au cours des derniers mois. La première, intitulée « Prendre soin de soi », consistait en des messages et vidéos diffusés en avril sur

[Le] gouvernement du Québec a dévoilé un autre élément de sa réponse à cette crise, soit le « Plan d'action : Services psychosociaux et services en santé mentale dans le contexte de la COVID-19 ».



1 <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/donnees>



plusieurs plateformes (télévision, radio, médias sociaux) et qui abordaient des thèmes tels que la protection de notre santé mentale et la protection de la santé mentale des jeunes. La deuxième campagne, intitulée « Prendre soin des autres », consistait en des messages et capsules vidéos ciblant des groupes spécifiques (ex : parents, jeunes et jeunes en difficulté, aînés en situation de maltraitance) pour les sensibiliser aux signes de détresse en contexte de pandémie et leur fournir des ressources d'aide.

## Initiatives ciblant les usagers ou les populations vulnérables

Une démarche majeure de prise de contact avec les usagers a été réalisée au cours des derniers mois par les intervenants du réseau de la santé et des services sociaux. Ces appels, visant des usagers suivis ou en attente de service dans le réseau public, ont permis aux intervenants de fournir de l'information aux usagers, d'évaluer leur état de santé et leurs besoins et, le cas échéant, de les référer aux services appropriés. Près de 800 000 usagers en lien avec différents programmes ont été rejoints, représentant plus de 90% des usagers dans le réseau public.

Le MSSS fait la promotion d'un nouvel outil numérique, « Aller mieux à ma façon », qui vise à soutenir l'autogestion chez des personnes éprouvant des difficultés liées au stress, à l'anxiété ou à la dépression. Cet outil a été développé par un ensemble de chercheurs, d'organismes communautaires, de professionnels de la santé et de personnes en rétablissement de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires. Il est maintenant disponible sur la page [www.quebec.ca/allermieux](http://www.quebec.ca/allermieux).

Le MSSS a également établi plusieurs collaborations avec d'autres ministères et partenaires pour rejoindre des groupes vulnérables spécifiques, notamment les jeunes et les aînés. En collaboration avec le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur et le Ministère de la famille, les équipes-écoles et les éducatrices ont rétabli des liens avec leurs élèves et leurs enfants tout en restant vigilants aux besoins des jeunes vulnérables. Des partenariats ont aussi été établis avec plusieurs personnalités publiques et de grands réseaux comme la FADOQ pour communiquer de l'information de santé publique et des messages de réconfort auprès des personnes de 60 ans et plus à travers la province.

Finalement, le MSSS a mis en place des fonds d'urgence pour soutenir les services communautaires qui soutiennent les populations marginalisées ou vulnérables. Ce soutien financier comprend du financement pour des lignes d'écoute (Tel-Jeunes et LigneParents), des organismes communautaires fournissant des services essentiels (ex : banques alimentaires, hébergement, accompagnement-transport bénévole), des maisons d'hébergement pour les femmes victimes de violence et des ressources offrant de l'hébergement en dépendance.

## Initiatives ciblant le personnel du réseau de la santé et des services sociaux

La pandémie représente une menace considérable pour la santé mentale et le bien-être du personnel du réseau de la santé et des services sociaux, en particulier ceux en première ligne. À cet effet, le MSSS investit 14 M\$ pour rehausser les programmes d'aide aux employés dans le réseau. Le personnel pourra désormais accéder à des séances de soutien psychologique supplémentaires, ainsi qu'à un service de consultation téléphonique pour le soutien émotionnel et une ligne d'écoute pour personnes en situation de crise.

## Conclusion

Depuis février, le MSSS a pris des mesures pour répondre aux menaces à la santé mentale populationnelle liées à la pandémie de la COVID-19. Cependant, les conséquences de la crise se feront probablement ressentir pendant de nombreuses années et d'importants défis subsistent. Bien que cette pandémie ait un effet dévastateur sur notre société, elle offre également des opportunités pour transformer notre système de santé de manière à renforcer ultimement la santé mentale et la résilience de la population à plus long terme.

### Bibliographie

1. Ministère de la Santé et des Services sociaux (2020). Plan d'action : Services psychosociaux et services en santé mentale en contexte de COVID-19. Québec, Gouvernement du Québec.
2. Fondation Jasmin Roy Sophie Desmarais (2020). Accédé le 20 mai 2020 au : <https://fondationjasminroy.com/app/uploads/2020/04/COVID-19.pdf>
3. Services des communications de l'Université de Sherbrooke (2020). Accédé le 20 mai 2020 au : <https://www.usherbrooke.ca/actualites/nouvelles/actualites/actualites-details/article/42735/>.
4. Holmes E.A., O'Connor, R.C., Perry, V.H., *et al.* (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6) :547-560.

Le MSSS a également établi plusieurs collaborations avec d'autres ministères et partenaires pour rejoindre des groupes vulnérables spécifiques, notamment les jeunes et les aînés.

