



La promotion de la santé mentale: Terreau fertile pour guider les interventions en santé publique en contexte de risque systémique

Lily Lessard

Chaire CIRUSSS, Université du Québec à Rimouski
CR-CISSS Chaudière-Appalaches et CISSS Bas-St-Laurent
Réseau québécois COVID-PANDÉMIE

14 mars 2023

Au terme de cette présentation, vous serez en mesure de :

- ▲ Connaître les fondements de la **promotion de la santé mentale**
- ▲ Mieux comprendre la notion de **risque systémique**.
- ▲ Situer les **actions en promotion de la santé mentale** auprès des individus, familles et communautés contribuent dans la **réduction du risque systémique** dans des contextes de crises sanitaires, environnementales ou autres.
- ▲ Identifier quelques **actions** pour **soutenir** les actions en promotion de la santé mentale.

Remerciements aux membres de l'équipe



Chaire interdisciplinaire
sur la **santé** et les **services sociaux**
pour les **populations rurales**

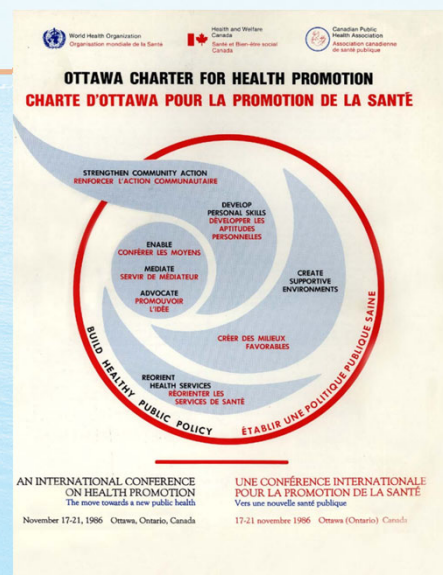
- ▶ Tamari Langlais
- ▶ Joanie Turmel
- ▶ Nancie Allaire
- ▶ Typhaine Leclerc

La promotion de la santé mentale

Promotion de la santé

Processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci.

Charte d'Ottawa (1986)



Promotion de la santé

- ▶ Une des **quatre fonctions essentielles** de la santé publique au Québec avec la surveillance, la prévention et la protection de la santé des populations.
- ▶ Vise à « influencer positivement les **déterminants de la santé**, de façon à permettre aux individus, aux groupes et aux communautés d'avoir une plus grande **emprise sur leur santé**, par l'amélioration de leurs **conditions et de leurs modes de vie.** »

PNSP 2015-2025, p. 34



Qu'est-ce que la santé mentale ?

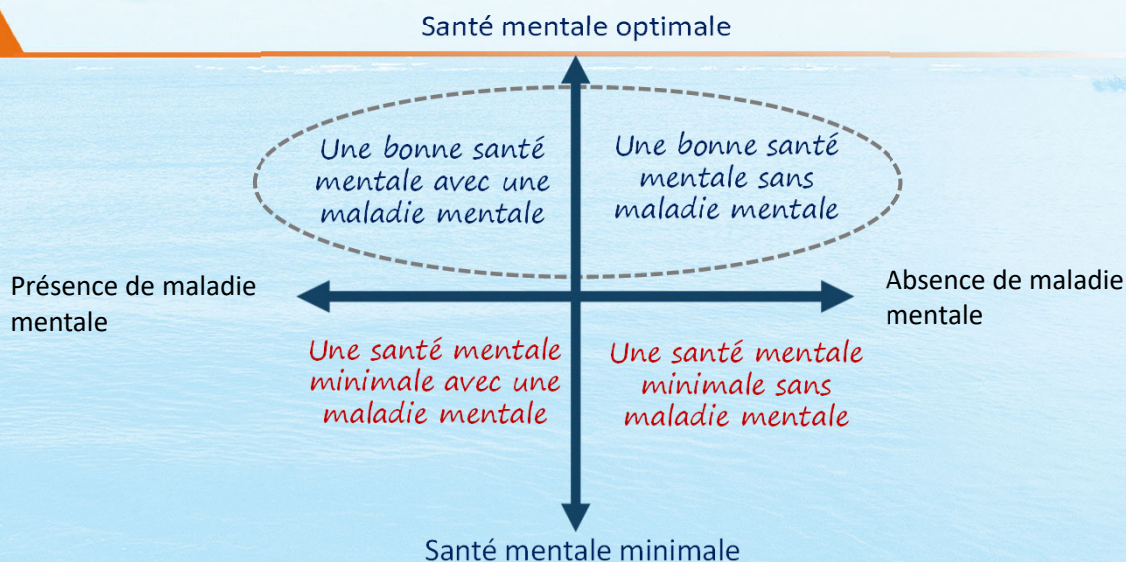
- ▶ État de bien-être mental
- ▶ Capacité à se réaliser
- ▶ Surmonter les tensions et les stress
- ▶ Bon fonctionnement des individus et populations
- ▶ Contribuer à la vie de sa communauté
- ▶ Ce n'est pas l'absence de trouble mental



Crédit photo: Unsplash
Hillarn Peralta (Unsplash)

Organisation mondiale de la Santé (2013)

Santé mentale



Adapté de Mouvement santé mentale Québec (2019)

Promotion de la santé mentale

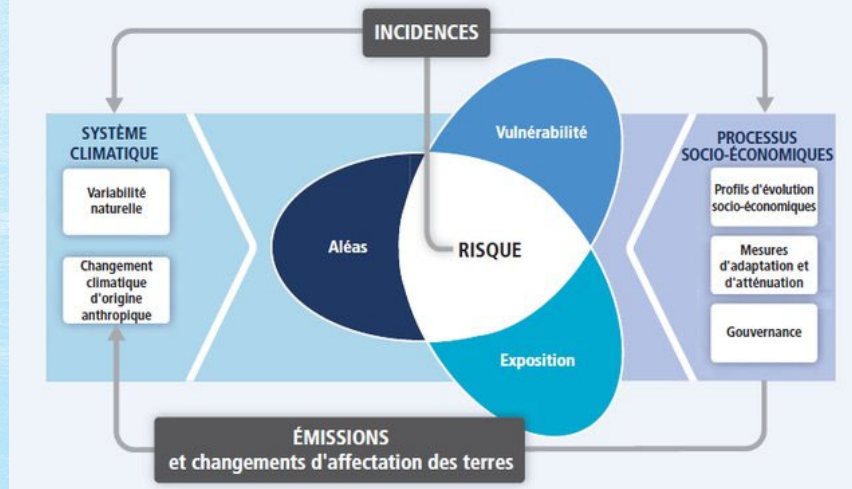
- ▶ Il s'agit d'une approche qui considère **chaque personne dans sa globalité**, peu importe son état de santé mentale ou physique.
- ▶ Fait référence au processus consistant à **accroître la capacité des individus et des collectivités à se prendre en main** et à améliorer leur santé mentale.
- ▶ Elle a pour objet **d'accroître les forces, les ressources, les connaissances et les atouts en matière de santé**
- ▶ Les actions pour la promotion de la santé mentale sont diversifiées, allant **des initiatives communautaires locales** aux **accords réglementaires intergouvernementaux** pour améliorer les conditions de vie, les milieux de vie qui exercent une influence important sur la santé mentale des populations

Mouvement santé mentale Québec (2022), OMS (2016), INSPQ (2017)



Urgences sanitaires et risques systémiques...

Le risque



GIEC (2014)

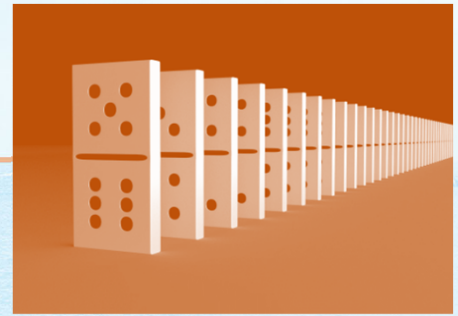
Rapport de l'administratrice en chef de la santé publique du Canada sur l'état de la santé publique au Canada (2020). **Du risque à la résilience : Une approche axée sur l'équité concernant la COVID-19**

FIGURE 5 : Répercussions directes et indirectes de la COVID-19



Risque systémique

- ▶ Concept issu du **domaine de la finance**
- ▶ Un événement qui entraîne **une cascade d'autres événements** mettant à risque un système et son fonctionnement
- ▶ Dynamique non linéaire et largement imprévisible
- ▶ Peut conduire à **l'effondrement des systèmes**



Gousse-Lessard et al. (2022), Clerc (2021)

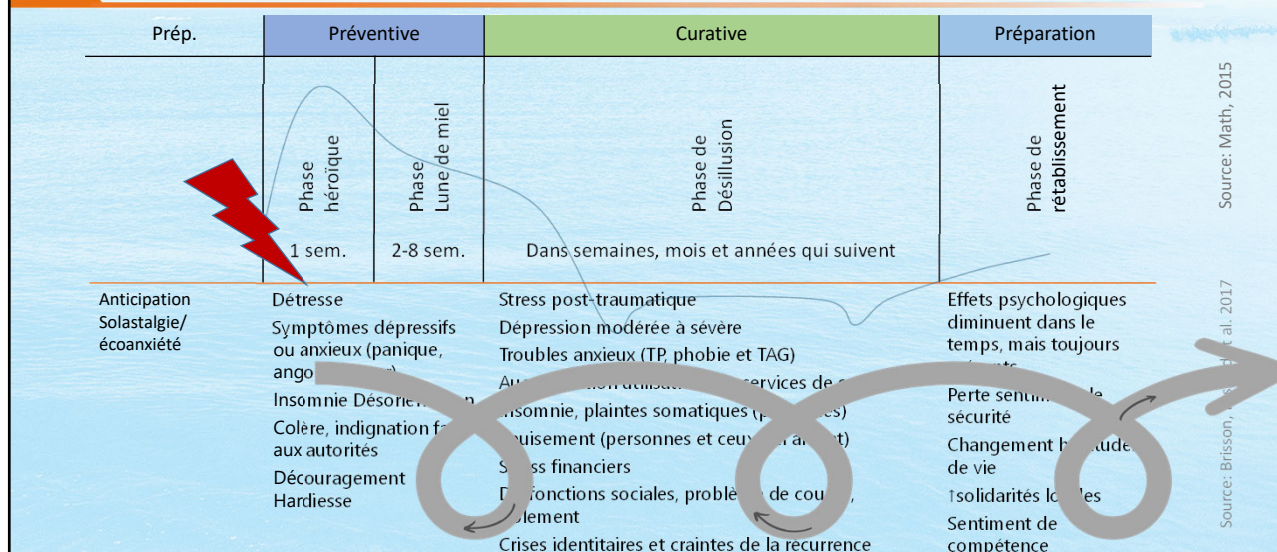
Axe intervention 4 du PNSP 2015-2025 : Gestions des risques et des menaces pour la santé et la préparation des urgences sanitaires

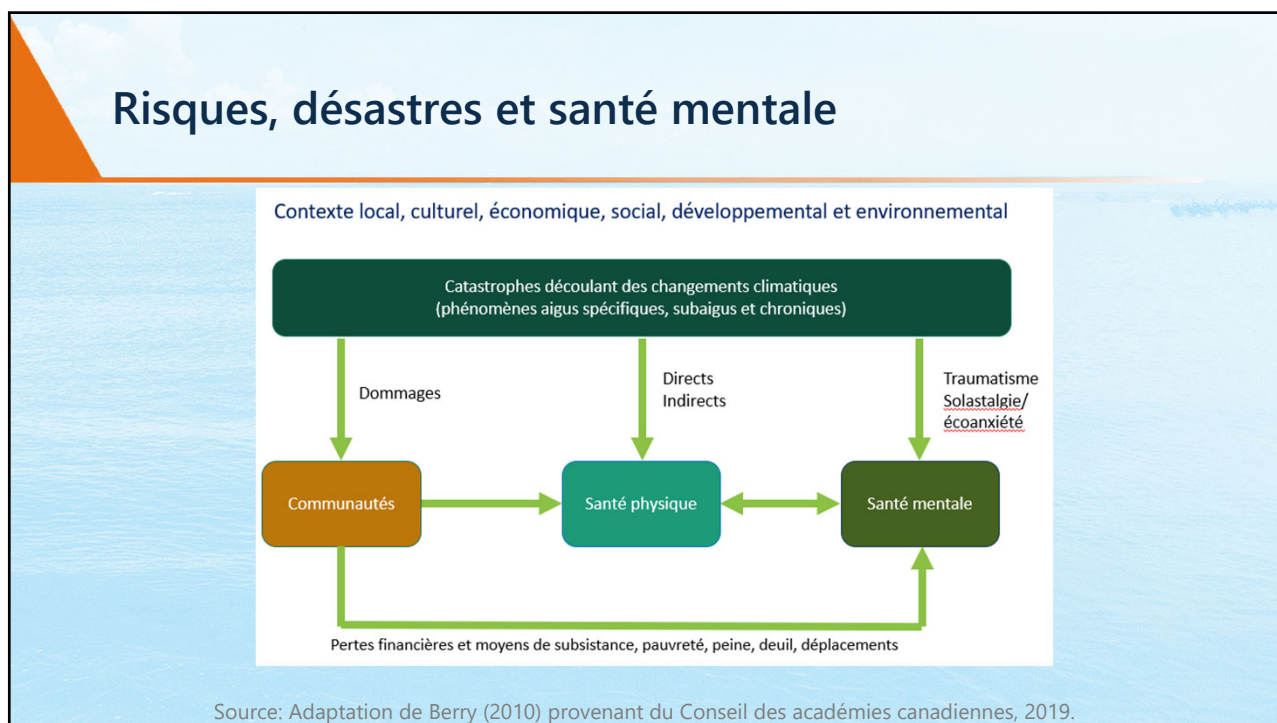
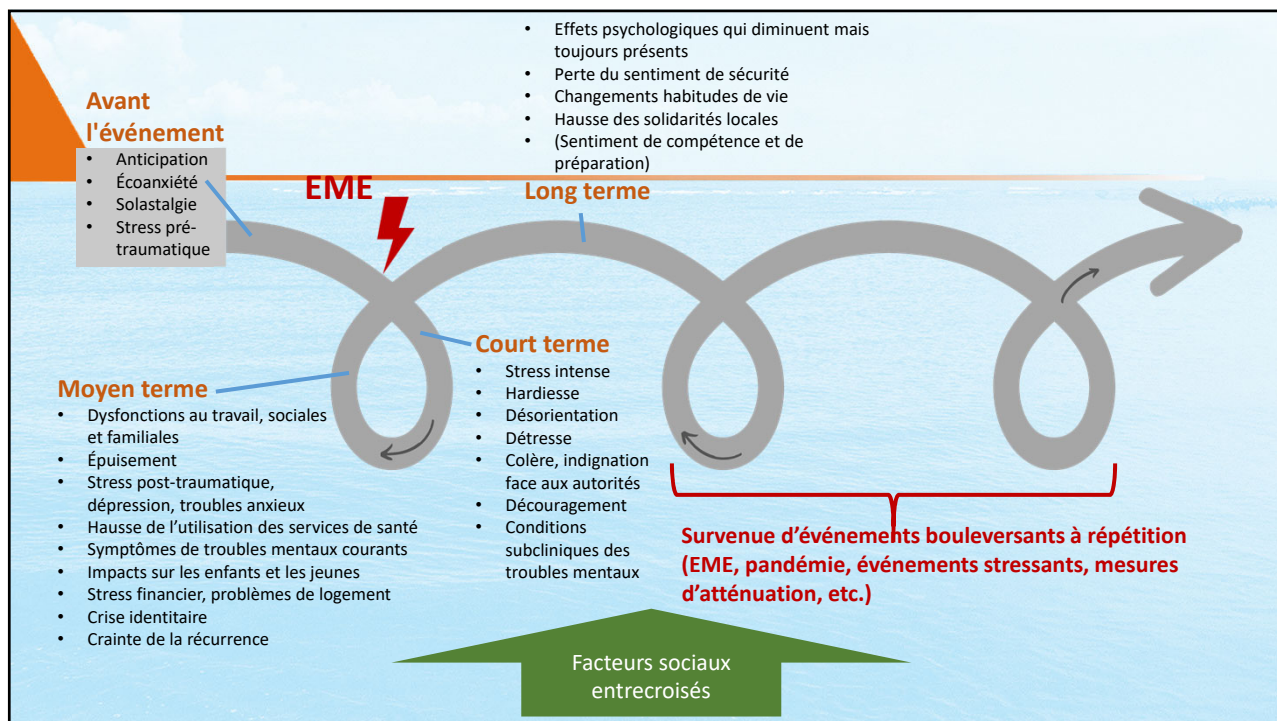
- ▶ Recours aux pouvoirs d'ordonnance et d'intervention des autorités de santé publique dans une perspective de **protection** de la population
- ▶ Évaluer le risque, mettre en œuvre d'actions et solutions adaptées et effectuer un suivi
- ▶ Rôle dans le cycle de la sécurité civile au niveau de la prévention des situations, de la préparation de l'intervention à effectuer, de l'intervention et du rétablissement (dimensions physique, mentale et psychosociale de la santé)
- ▶ Rôle exercé en **partenariat** avec acteurs de différents secteurs d'activités



Pourquoi s'intéresser à la promotion de la santé mentale en contexte de risque systémique?

Vision traditionnelle des réactions sur la santé mentale lors d'un désastre

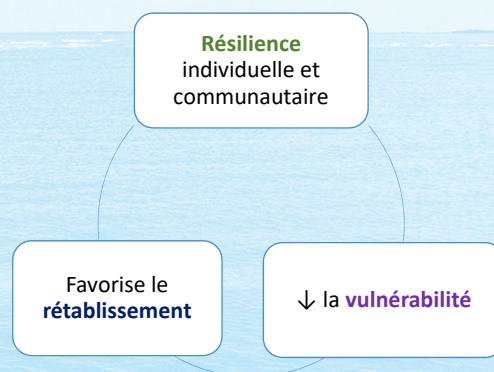




Pourquoi mettre de l'avant la promotion de la santé mentale en contexte de risque systémique ?

- ▶ La santé mentale est un bon indicateur des succès des actions entreprises, car elle se situe en **bout de continuum** des effets des désastres.
- ▶ La promotion de la santé mentale requièrent des **interventions complexes** reposant sur des **actions intersectorielles et multi-niveaux** → peut bénéficier à d'autres domaines de la santé et du bien-être humain...animal et des écosystèmes (*Une seule santé*)
- ▶ La santé mentale contribue à la réduction des vulnérabilités, au rétablissement et à la résilience des personnes et des collectivités en situation d'adversité.

Résilience : Habileté d'un individu, d'une communauté ou d'un système, non seulement à faire face à l'adversité, mais à en tirer des forces (Brown & Kulig, 1996/7; Kulig, 1999, 2000; Kulig & Hanson, 1996).



Rétablissement: Différents processus pour restaurer, reconstruire et remodeler les environnements physiques, sociaux, économiques et naturels par la planification avant l'événement et l'action post-événement. (Smith & Wenger, 2007 ;MSP, 2007)

Vulnérabilité: Caractéristique de personnes ou groupes en termes de capacités à anticiper, faire face à, résister et se rétablir des impacts d'un sinistre (Blaikie et al. 1994).



Actions en promotion de la santé mentale



Promotion de la santé

Requièrent des programmes qui témoignent d'un **engagement manifeste** en faveur d'efforts précis sur le plan de la santé publique qui adoptent une démarche « **parcours de vie** » pour agir sur les déterminants de la santé et du bien-être.

OMS Europe, 2022

Promotion de la santé mentale dans plans d'actions gouvernementaux

Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026

7 axes prioritaires dont celui de la **promotion de la santé mentale et la prévention du trouble mental**



Promotion de la santé mentale dans plans d'actions gouvernementaux

Plan d'action interministériel 2022-2025 de la politique gouvernementale de prévention en santé

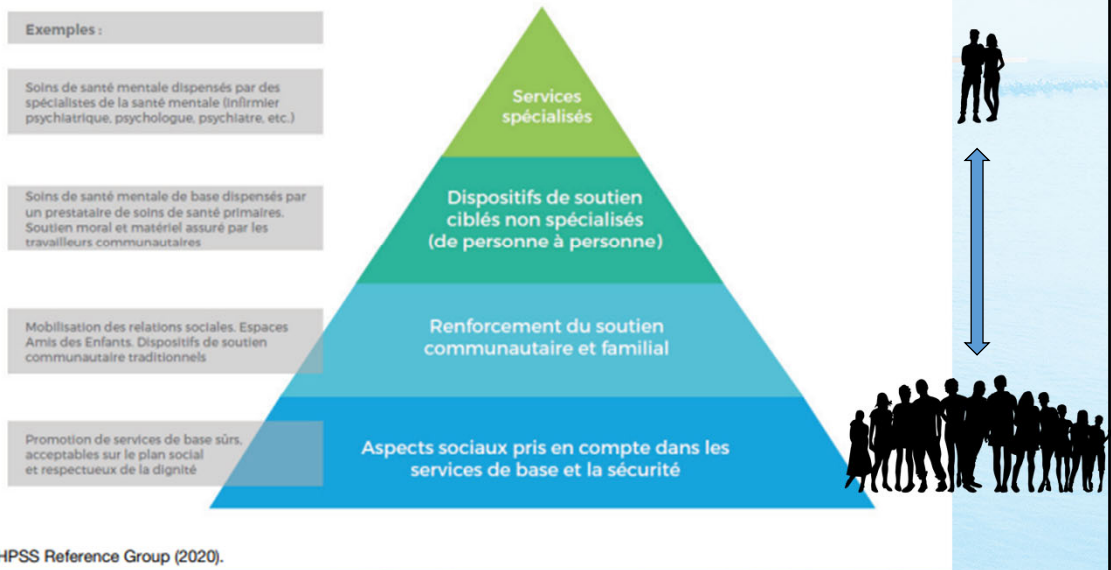
▲ 120\$M sur 3 ans

▲ **4 grandes orientations**

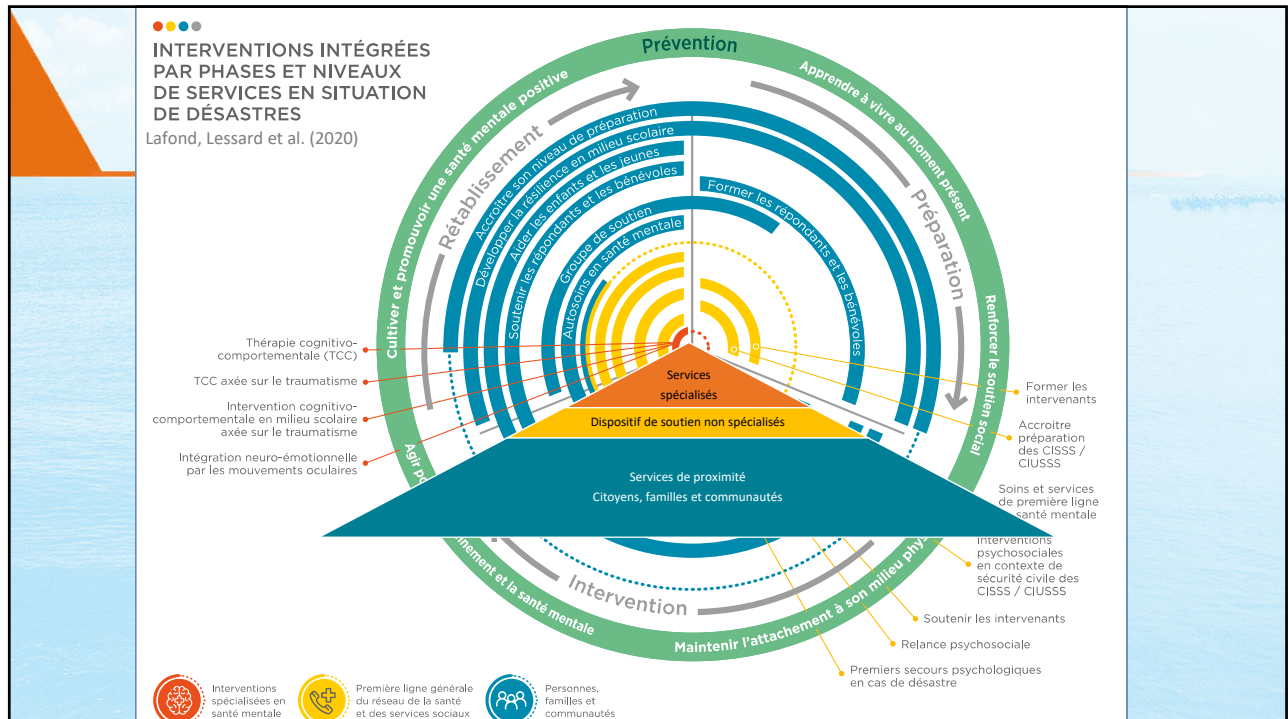
- ▲ Développement des capacités des personnes dès leur plus jeune âge
- ▲ L'aménagement de communautés et de territoire sains et sécuritaires
- ▲ L'amélioration des conditions de vie qui favorisent la santé
- ▲ Le renforcement des actions de prévention dans le système de santé et de services sociaux.



Tableau 2 Pyramide des interventions pour la santé mentale et le soutien social en contexte de Covid-19 proposé par le *Interagency Sanding Committee*



Source: INSPQ (2020) COVID-19: la résilience et la cohésion sociale des communautés pour favoriser la santé mentale et le bien-être



www.arica.uqar.ca

Trousse d'outils pour réduire les impacts psychosociaux des populations touchées par des événements météorologiques extrêmes

ACCUEIL APPROCHES INDIVIDUELLES, SOCIALES ET COMMUNAUTAIRES SERVICES DE SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX DE PROXIMITÉ APPROCHES SPÉCIALISÉES EN SANTÉ MENTALE

www.santementalecovid.uqar.ca

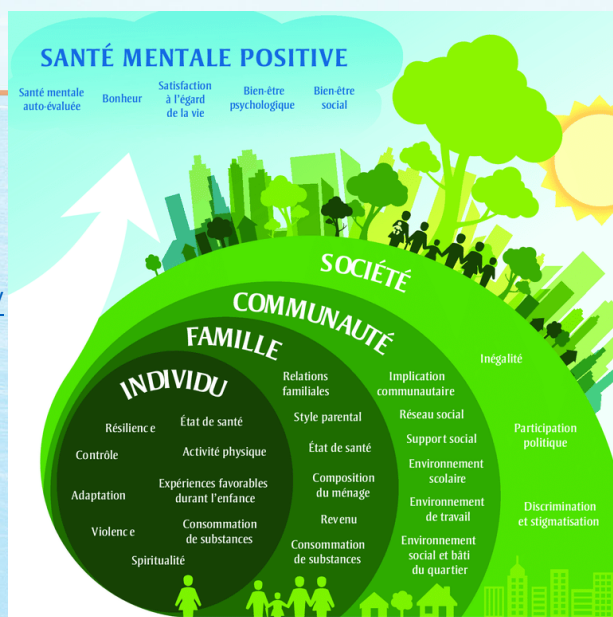
AGIR ENSEMBLE
Boîte à outils intersectorielle pour réduire les impacts de la pandémie sur la santé mentale

Cultiver une santé mentale positive

- ▶ La santé mentale positive réfère au **bien-être émotionnel**, au fait de se sentir heureux et satisfait de sa vie, à un **fonctionnement positif** lié à sa **participation à des activités constructives** et à l'entretien de relations sociales saines. (ACSP, 2019)
- ▶ Elle permet de développer une **résilience face aux défis** rencontrés au cours de la vie, comme ceux liés aux catastrophes environnementales et aux changements climatiques (Gouvernement du Canada 2019; Clayton et al. 2017).
- ▶ La promotion de la santé mentale positive est associée à la **promotion du rétablissement**, car plusieurs dimensions s'y apparentent comme la maîtrise de son environnement, l'autonomie, le sens donner à la vie et les relations positives avec les autres (Provencher et Keyes, 2010)

Cadre de surveillance de la santé mentale positive (Gouvernement du Canada, 2022)

<https://sante-infobase.canada.ca/sante-mentale-positive/>



Renforcer le réseau de soutien social

- ▶ Le fait d'être bien entouré par des gens en qui on a **confiance** peut augmenter sa capacité à faire face à un événement traumatique et aider à protéger son bien-être psychologique. (Clayton et al. 2017; Green et al, 2015; Maltais et al., 2005)
- ▶ « Le soutien social signifie se **sentir aimé et apprécié**, d'avoir un réseau de famille, d'amis, de voisins, de collègues et de membres dans la communauté qui sont présents au besoin » (ACSP, 2019).

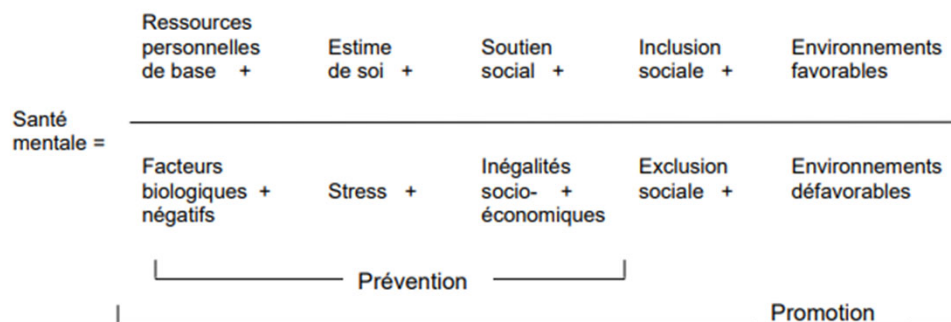
Attachement au milieu

- ▶ L'appartenance à une communauté locale contribue à « l'équilibre des personnes et au renforcement du **sentiment d'être en sécurité** » (Gélineau et al., 2018, p. 9).
- ▶ La stabilité du logement favorise le maintien d'un équilibre sur le plan émotionnel et relationnel (Bédard et al., 2019). En résidant pendant une longue période au même endroit, des contacts réguliers peuvent être entretenus avec des gens du milieu, favorisant le maintien de liens sociaux stables (Turmel, en cours).

INSPQ (2008) Avis scientifiques sur les interventions efficaces en promotion de la santé mentale et en prévention des troubles mentaux

Ce modèle comprend dix catégories de facteurs sur lesquels il faut agir pour promouvoir la santé mentale et prévenir les troubles mentaux de l'ensemble de la population.

Figure 3 Nouvelle formule adoptée



https://www.inspq.gc.ca/sites/default/files/publications/789_avis_sante_mentale.pdf

En somme...

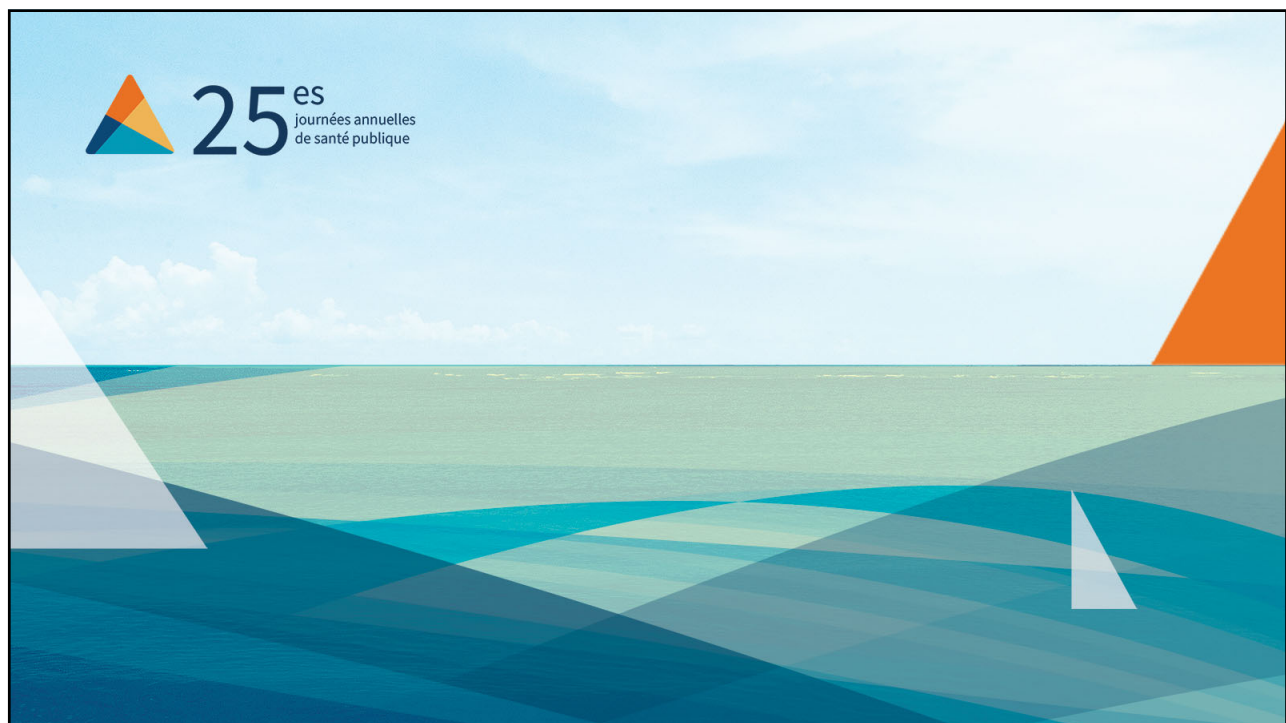
- ▶ Importance de la santé mentale et de la promotion de la santé mentale **en amont, pendant et après** des événements difficiles, car contribue à réduire les vulnérabilités, à favoriser le rétablissement et à construire les résiliences individuelles et collective pour mieux faire face à l'adversité.
- ▶ Promotion de la santé mentale implique des interventions **complexes** (intersectorielles et multiniveaux), pouvant protéger contre les risques systémiques et amener des **bénéfices collatéraux** pour d'autres aspects de la santé humaine, de la santé animale et des écosystèmes.

Références

- ▶ Berry, H. L., Bowen, K., & Kjellstrom, T. (2010). Climate change and mental health: a causal pathways framework. *Int J Public Health*, 55(2), 123-132. doi: [10.1007/s00038-009-0112-0](https://doi.org/10.1007/s00038-009-0112-0)
- ▶ Berry, H., Waite, T., Dear, K., Capon, A. Murray, V. (2018). The case for systems thinking about climate change and mental health. *Nature Climate Change*, 8, 282-290 doi: [10.1038/s41558-018-0102-4](https://doi.org/10.1038/s41558-018-0102-4)
- ▶ Berry, P., et al. (2014). Santé humaine, dans *Vivre avec les changements climatiques au Canada : perspective des secteurs relatifs aux impacts et à l'adaptation*, Gouvernement du Canada: Ottawa (Ontario). p. 191-232
- ▶ Brisson, G., Lessard, L. et al. (2017). Impacts sociaux et sur la santé mentale des aléas climatiques en milieu rural: une revue de la littérature (affiche), Symposium OURANOS. 2017: Montréal
- ▶ Brisson, G., Lessard, L. et al., (2020). Améliorer la réponse aux besoins psychosociaux des individus et communautés touchées par des aléas climatiques dans les régions de l'Est-du-Québec. Rapport final, Ouranos: Montréal
- ▶ Clayton, S., et al., Mental health and our changing climate: impacts, implications, and guidance. 2017, American Psychological Association and ecoAmerica: Washington, D.C
- ▶ Conseil des académies canadiennes. (2019). *Les principaux risques des changements climatiques pour le Canada*. Ottawa (ON): Comité d'experts sur les risques posés par les changements climatiques et les possibilités d'adaptation, Conseil des académies canadiennes.
- ▶ Hayes, K., Berry, P., Ebi, K. (2019). Factors Influencing the Mental Health Consequences of Climate Change in Canada. *Int J Environ Res Public Health*. 2019 May; 16(9): 1583. doi: [10.3390/ijerph16091583](https://doi.org/10.3390/ijerph16091583)
- ▶ Gousse-Lessard, A-S, Gachon, P, Lessard, L, Vermeulen, V., Boivin, M., Maltais, D., Landaverde, E., Généreux, M., Motulsky, B., & Le Beller, J (2021) Intersectoral research and multi-risk approaches in Québec: systemic risk management and its psychosocial consequences. United Nation of Disaster Risk Reduction.
- ▶ Gouvernement du Québec (2016). Politique gouvernementale de prévention en santé: un projet d'envergure pour améliorer la santé et la qualité de vie de la population. Repéré à <https://www.msss.gouv.qc.ca/ministere/politique-prevention-sante/la-politique/>
- ▶ Gouvernement du Canada (2016). Surveillance de la santé mentale positive et de ses facteurs déterminants au Canada: élaboration d'un cadre d'indicateurs de surveillance de la santé mentale positive-PSPMC. 36(1) janvier 2016. Repéré à <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/rapports-publications/promotion-sante-prevention-maladies-chroniques-canada-recherche-politiques-pratiques/vol-36-no-1-2016/surveillance-sante-mentale-positive-facteurs-determinants-canada-elaboration-cadre-indicateurs-surveillance-sante-mentale-positive.html#f1>

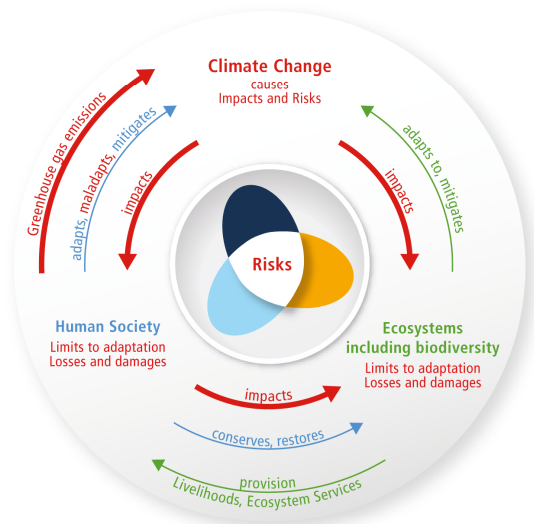
Références

- ▶ Institut national de santé publique du Québec.(2020). COVID-19: la résilience et la cohésion sociale des communautés pour favoriser la santé mentale et le bien-être. <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/3016-resilience-cohesion-sociale-sante-mentale-covid19.pdf>
- ▶ Lafond, A., Lessard L. (dir. scientifique), Bédard, E., Bond, S., Carrier, JD., Girard, A., Langlais, T., St-Hilaire, E., Morin, MH. AGIR ENSEMBLE : Boîte à outils intersectorielle pour réduire les impacts de la pandémie sur la santé mentale. (2020). www.santementalecovid.uqar.ca
- ▶ Mouvement santé mentale Québec (2019). Définition de la santé mentale. Repéré à <https://www.mouvementsmq.ca/sante-mentale/definition>
- ▶ Lafond, A., Lessard, L., Robitaille, MA., Simard, D., Leclerc, T. (2020). Trousse d'outils pour réduire les impacts psychosociaux des populations touchées par des événements météorologiques extrêmes. www.arica.uqar.ca
- ▶ Math, S., Nirmala, C., Moirangthem, S., Kumar, N. (2015). Disaster Management: Mental Health Perspective. Indian Journal of Psychological Medicine, 37 (3), 261-271. doi: [10.4103/0253-7176.162915](https://doi.org/10.4103/0253-7176.162915)
- ▶ Mouvement Santé mentale Québec. (2014). Définition de la santé mentale. Disponible à <https://www.mouvementsmq.ca/santementale/definition>.
- ▶ Figure SPM.1 in IPCC, 2022: Summary for Policymakers [H.-O. Pörtner, D.C. Roberts, E.S. Poloczanska, K. Mintenbeck, M. Tignor, A. Alegria, M. Craig, S. Langsdorf, S. Löscke, V. Möller, A. Okem (eds.)]. In: *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation, and Vulnerability*. Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change [H.-O. Pörtner, D.C. Roberts, M. Tignor, E.S. Poloczanska, K. Mintenbeck, A. Alegria, M. Craig, S. Langsdorf, S. Löscke, V. Möller, A. Okem, B. Rama (eds.)]. Cambridge University Press, Cambridge, UK and New York, NY, USA, pp. 3-33, doi:10.1017/9781009325844.001

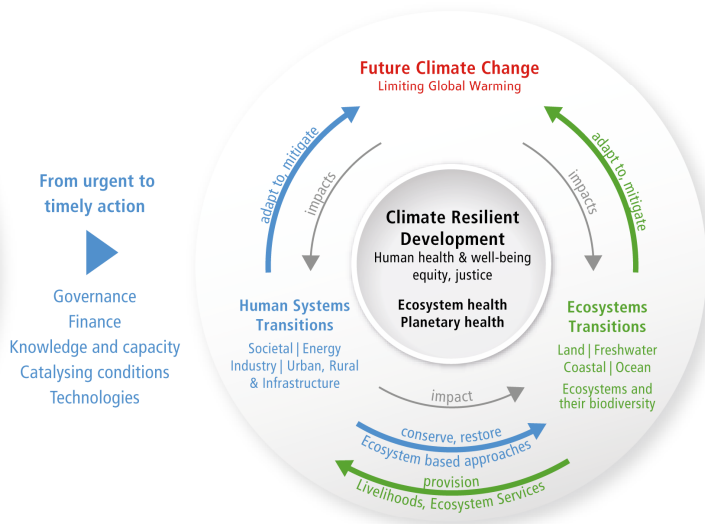


From climate risk to climate resilient development: climate, ecosystems (including biodiversity) and human society as coupled systems

(a) Main interactions and trends



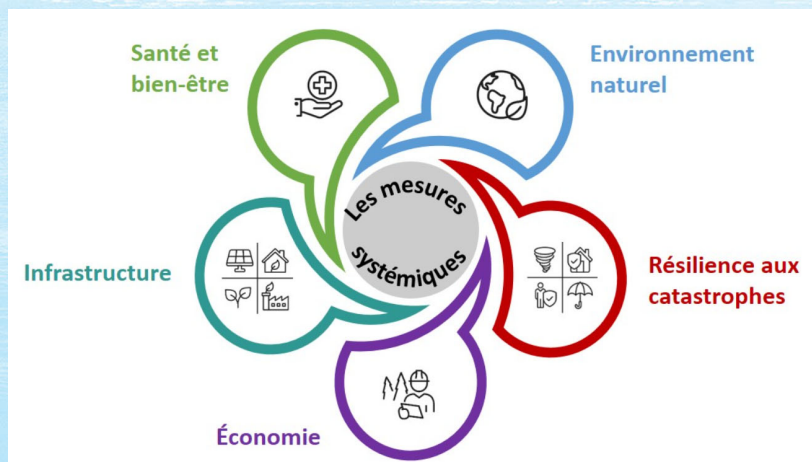
(b) Options to reduce climate risks and establish resilience



The risk propeller shows that risk emerges from the overlap of:



Cinq systèmes - Stratégie nationale d'adaptation aux changements climatiques



Source: Gouvernement du Canada 2022