



## Appel à la mobilisation pour soutenir la santé mentale et le bien-être des médecins de famille durant la lutte contre la COVID-19

Dernière mise à jour : le 14 avril 2020

### Contexte

Bon nombre de médecins de famille sont aux premières lignes dans la lutte contre la pandémie de COVID-19. Cette crise a entraîné une augmentation de leur charge de travail : des heures supplémentaires, plus de questions de la part des patients et de leurs familles de même que la pression de se tenir au courant de l'information et des pratiques exemplaires qui évoluent rapidement.

Certains fournisseurs de soins de santé craignent pour leur propre santé et ressentent de l'angoisse à l'idée d'exposer leurs proches à la maladie en raison de leur travail. Ceux et celles qui doivent s'isoler du travail ou de leur famille peuvent éprouver des sentiments de culpabilité et de solitude<sup>1</sup>. La stigmatisation que vivent les travailleurs de la santé risque d'aggraver ces préoccupations liées à leur santé mentale, augmentant leurs effets néfastes<sup>2</sup>.

### Efforts et défis actuels

Plusieurs ressources et autres mesures de santé mentale ont été mises en place dans tout le Canada :

- L'Agence de la santé publique du Canada, la Commission de la santé mentale du Canada et l'Association canadienne pour la santé mentale ont produit des ressources et du matériel d'information générale sur la santé mentale<sup>3,4,5</sup>.
- Le gouvernement canadien a mis sur pied des mesures pour venir en aide aux petites entreprises, y compris les cabinets de médecine de famille. Cela pourrait aider à alléger certaines préoccupations d'ordre administratives qui constituent une source additionnelle de stress pour les médecins de famille.
- Des organisations, comme la Société canadienne de psychologie, ont offert aux professionnels de la santé les services en santé mentale de leurs membres durant la pandémie<sup>7</sup>.

Malheureusement, à travers le Canada, de grands écarts persistent quant à la disponibilité de ressources en santé mentale qui répondent aux besoins des travailleurs de la santé en particulier. Ces derniers auront besoin de soutien pendant et après la pandémie.

### Mesures à prendre

- Il faut élaborer une stratégie de santé mentale à l'égard de la COVID-19 axée sur les besoins précis des travailleurs de la santé, qui permettra de lutter contre la peur et la stigmatisation, de proposer des stratégies d'adaptation et de répondre à tout autre besoin déterminé par l'évaluation du contexte actuel. Cette stratégie doit être instaurée en collaboration avec les communautés et avec les systèmes de santé, d'éducation et de bien-être social<sup>2</sup>.
- Les travailleurs de la santé nécessitent l'accès à de l'aide psychologique, y compris des ressources informatives, des services d'entraide, des premiers secours psychologiques et, dans les cas graves, une intervention psychologique<sup>8</sup>.

- Un encadrement s'impose pour assurer la coordination des services de santé mentale et améliorer le message adressé au grand public en insistant sur la nécessité de soutenir les travailleurs aux premières lignes et de valoriser leur travail<sup>2</sup>.

## Nous joindre

Politiques en matière de santé et Relations gouvernementales  
Collège des médecins de famille du Canada  
(905) 629-0900  
[healthpolicy@cfpc.ca](mailto:healthpolicy@cfpc.ca)

## Références

1. Société canadienne de psychologie. Rubrique « *La psychologie peut vous aider* » : *Emotional and Psychological Challenges Faced by Frontline Health Care Providers During the COVID-19 Pandemic*. Ottawa, ON : Société canadienne de psychologie ; 2020. Dans : [cpa.ca/docs/File/Publications/FactSheets/PW\\_COVID-19\\_FrontLineHealthCareProviders.pdf](http://cpa.ca/docs/File/Publications/FactSheets/PW_COVID-19_FrontLineHealthCareProviders.pdf). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
2. Groupe de référence du Comité permanent interorganisations (CPI) pour la santé mentale et le soutien psychosocial dans les situations d'urgence. *Interim Briefing Note: Addressing Mental Health and Psychosocial Aspects of Covid-19 Outbreak Version 1.5*. Genève, Suisse : Comité permanent interorganisations ; 2020. Dans : [reliefweb.int/report/world/interim-briefing-note-addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19](http://reliefweb.int/report/world/interim-briefing-note-addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
3. Agence de la santé publique du Canada. *Comment prendre soin de votre santé mentale (COVID 19)*. Ottawa, ON : Agence de la santé publique du Canada ; 2020. Dans : [www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/prendre-soin-sante-mentale.html](http://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/prendre-soin-sante-mentale.html). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
4. Commission de la santé mentale du Canada. Carrefour de ressources : Santé mentale et bien-être durant la pandémie de COVID-19 (site Web). [www.mentalhealthcommission.ca/Francais/covid19](http://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/covid19). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
5. Association canadienne pour la santé mentale. COVID-19 et la santé mentale (site Web). [cmha.ca/fr/news/covid-19-et-la-sante-mentale](http://cmha.ca/fr/news/covid-19-et-la-sante-mentale). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
6. Ministère des Finances Canada. *Plan d'intervention économique du Canada pour répondre à la COVID-19* [communiqué de presse]. Ottawa, ON : Ministère des Finances Canada ; 2020. Dans : [www.canada.ca/fr/ministere-finances/nouvelles/2020/03/plan-dintervention-economique-du-canada-pour-repondre-a-la-covid-19.html](http://www.canada.ca/fr/ministere-finances/nouvelles/2020/03/plan-dintervention-economique-du-canada-pour-repondre-a-la-covid-19.html). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
7. Société canadienne de psychologie. Services psychologiques aux fournisseurs de soins de santé de première ligne (page Web). [cpa.ca/fr/corona-virus/psychservices/](http://cpa.ca/fr/corona-virus/psychservices/). Date de consultation : Le 14 avril 2020.
8. British Psychological Society Covid 19 Staff Wellbeing Group. *The psychological needs of healthcare staff as a result of the coronavirus pandemic*. Leicester, R.-U. : British Psychological Society ; 2020. Dans : [www.bps.org.uk/sites/www.bps.org.uk/files/News/News%20-%20Files/Psychological%20needs%20of%20healthcare%20staff.pdf](http://www.bps.org.uk/sites/www.bps.org.uk/files/News/News%20-%20Files/Psychological%20needs%20of%20healthcare%20staff.pdf). Date de consultation : Le 14 avril 2020.