

# Le 31 mars



Association canadienne  
pour la santé mentale  
Québec  
*La santé mentale pour tous*

devient

MOUVEMENT  
SANTÉ MENTALE  
QUÉBEC



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

## AVIS CONCERNANT LA COUVERTURE PUBLIQUE DES SERVICES EN SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

UNE VISION : CRÉER, RENFORCER ET DÉVELOPPER LA SANTÉ  
DES CHOIX LIÉS À UNE VISION GLOBALE DE LA SANTÉ

Présenté au Commissaire à la santé et au bien-être  
1020, route de l'Église  
Bureau 700, 7<sup>e</sup> étage  
Québec (Québec) G1V 3V9

Pour information : Renée Ouimet, directrice, [reneeouimet@acsm.qc.ca](mailto:reneeouimet@acsm.qc.ca)  
28-01-2016

## MISSION DE L'ASSOCIATION

L'Association canadienne pour la santé mentale-Division du Québec (L'ACSM-Division du Québec) a comme mission :

- Œuvrer en promotion et prévention en santé mentale
- Amener la population à considérer la santé mentale et le pouvoir d'agir individuel et collectif comme des composantes indissociables de la santé
- Donner aux Québécoises et Québécois des moyens de maintenir et d'améliorer leur santé mentale et d'en faire un projet collectif et social
- Être un rassembleur en promotion de la santé mentale auprès de ses organisations membres en favorisant les échanges, le partage d'expérience et d'expertise et la création de projets conjoints
- Exercer un *leadership* en vue de concerter et d'allier les forces en promotion et prévention en santé mentale

L'ACSM-Division du Québec comprend 10 filiales Bas-du-Fleuve, Chaudière-Appalaches, Côte-Nord, Haut-Richelieu, Lac St-Jean, Montréal, Québec, Rive-Sud de Montréal, Saguenay, Sorel/St-Joseph/Tracy et elle travaille en collaboration avec des milliers de partenaires à travers le Québec à promouvoir la santé mentale.

## VISION GLOBALE DE LA SANTÉ

Nous croyons qu'il y a un manque de sens dans le fait de demander aux Québécoises et Québécois de se positionner face au « panier de services » hors du contexte social dans lequel il s'inscrit. La question primordiale devrait être: comment, comme société, nous devons créer, renforcer et développer la santé de la population. Dans le cadre d'une telle approche, nous pourrions nous demander, avant de choisir ou de voter des politiques, programmes, services, soins de santé :

- Est-ce qu'en faisant ce choix nous créons la santé ?
- Est-ce qu'en faisant ce choix nous augmentons le bien-être ?
- Est-ce qu'en faisant ce choix nous améliorons la qualité de vie?

Ces critères pourraient être retenus pour soutenir la prise de décision relative aux services à offrir.

La consultation citoyenne est toujours intéressante. Par contre, le fait de poser des questions hors contexte biaise le processus démocratique de consultation et propose une vision bien étroite de la santé.

À la question, « Imaginons que vous êtes responsable du budget de la santé et des services sociaux du Québec. Veuillez classer ces 5 catégories de soins et services selon l'importance du budget que vous donneriez ». Le piège est que d'entrée de jeu, nous prenons pour acquis, , que la santé est uniquement la responsabilité du Ministère de la Santé et des Services sociaux.

À la question, « Imaginons un nouveau traitement ciblant des personnes en fin de vie, par exemple celles atteintes de cancer ou de maladies du cerveau dégénératives. Ce traitement allongerait la vie de quelques mois d'après des données scientifiques solides, serait très coûteux et n'aurait que peu d'effet sur la qualité

de vie ». Dans cette question on ne parle pas de l'importance de bien informer les gens, de bien les accompagner dans leur choix, leur prise de décision, leur fin de vie. On ne parle pas de la loi « mourir dans la dignité ». On ne se demande pas pourquoi un tel médicament est proposé, si on augmente le bien-être, ce que rapporte la prescription de ce traitement aux compagnies productrices?

Les questions donnent une direction bien précise, elles ne s'inscrivent pas dans une vision globale de la santé. Une vision globale de la santé permettrait de faire des choix éthiques et éclairés. Ainsi nous utiliserions les bases solides d'analyse proposées par l'OMS visant à changer la situation sociale, environnementale et économique de façon à réduire ses effets négatifs sur la santé de la population

D'autres questions auraient pu être posées en lien avec la réduction des coûts dans le système de santé :

- Des recherches démontrent que l'accès aux CPE pour les enfants de milieux défavorisés a des effets bénéfiques sur leur bien-être et ceci tout au long de leur vie. Comment prendre en considération ces résultats dans une perspective de réduction de coûts liés aux services dans le système de santé?
- Des recherches en lien avec la santé mentale au travail ont démontré que la reconnaissance, le sens lié au travail, la confiance, l'autonomie, la conciliation vie personnelle-travail, les pauses ont des effets bénéfiques sur la santé mentale et réduisent les problèmes de santé mentale. Quels politiques ou programmes doit-on mettre en place pour améliorer les conditions de vie au travail ?
- En 9 ans, le nombre de jeunes de moins de 18 ans à qui l'on prescrit des antidépresseurs a augmenté de 65%. Lors d'une entrevue en lien avec ces chiffres, un médecin répond : « lorsqu'il y a un manque de ressources pour les jeunes on préfère leur donner des antidépresseurs plutôt que de ne rien faire et de les laisser seuls avec leur détresse ». En même temps on coupe dans les ressources dans les écoles et il faut des mois d'attente pour avoir accès à unE psychothérapeute dans le secteur public. Devrait-on investir dans l'accessibilité à la psychothérapie ?
- Selon la pédopsychiatre Sylvaine De Plaen, « ce sont les conditions socioéconomiques fragiles qui font le lit des problèmes de santé mentale pour les enfants comme pour les adultes ». Comment fait-on pour réduire le fossé qui se creuse entre les pauvres et les riches et pour augmenter le salaire minimum qui ne suffit plus pour sortir de la pauvreté ?

Dans la mise en contexte de la consultation, parler d'augmentation des maladies chroniques comme une des raisons pour s'intéresser au panier de services sans parler de prévention et de promotion, sans parler d'environnement, d'économie, de conditions de vie et de travail ne fait aucun sens. L'augmentation des maladies chroniques a des causes sociales, économiques, environnementales sur lesquelles on se doit d'agir.

Créer la santé c'est à la fois soutenir et outiller la population et c'est aussi agir sur les déterminants sociaux de la santé. À cet effet dans le projet de politique en prévention on propose un engagement fort du gouvernement en faveur de la prévention, représentant par le fait même un levier déterminant pour améliorer la santé de la population et réduire les inégalités sociales.

Le mémoire de l'Association québécoise pour la santé publique présenté au Commissaire à la santé et au bien-être sur le « panier de services » dresse un tableau fort intéressant des facteurs qui influencent les coûts de santé et conclue qu'il y a tout lieu de croire qu'en investissant davantage en prévention et en promotion de la santé, sur tout le cycle de vie, le réseau québécois de la santé et des services sociaux pourrait générer des économies substantielles et améliorer la santé durable de la population.

## DEVOIR DE COHÉRENCE

On se doit de faire un exercice de cohérence et non d'évaluer à la pièce les soins de santé à offrir et à ne plus offrir. On se doit, comme le recommande l'OMS, de mobiliser les différents ministères pour élaborer une action coordonnée globale en vue de créer, renforcer et développer la santé. On se doit d'utiliser l'expertise des deux Instituts mis en place par le gouvernement soit l'INSPQ et l'INESSS pour faire de la recherche, évaluer les meilleures pratiques, le choix des médicaments, les meilleures interventions en santé publique. On se doit d'assurer leur impartialité, leur neutralité et permettre que les résultats de leurs recherches soient connus publiquement et réellement pris en compte par le gouvernement. On se doit aussi de poursuivre les consultations auprès des experts, des travailleuses et travailleurs, auprès du communautaire et de la population mais dans une approche globale de la santé

## UNIVERSALITÉ DES SOINS : UN PRINCIPE

Le principe d'universalité des soins de santé ne doit pas, sous aucun prétexte, être remis en cause. La médecine à deux vitesses quant à elle peut être contestée, puisqu'elle remet en question l'équité en santé.

On peut questionner la manière de faire, la surmédicalisation, l'hospitalo-centrisme, le mode de rémunération des médecins, la sur médication, les sur diagnostics, mais jamais l'accès aux soins pour toute la population. On peut questionner les modes de gestion, mais on ne doit pas déterminer le temps soin pour chacune des interventions, car la bienveillance, l'écoute font partie des soins de santé

Revenons aux questions initiales :

- Est-ce que nous créons la santé ?
- Est-ce que nous augmentons le bien-être ?
- Est-ce que nous améliorons la qualité de vie?

## DES SERVICES AU PROFIT DE LA POPULATION ET DES CITOYENS : PROMOUVOIR LA SANTÉ MENTALE AU CŒUR DES SOINS

Permettre aux gens d'avoir accès aux soins, d'être bien accompagnés et bien informés, de faire de réels choix permettrait de mieux répondre à leur besoin, d'accroître leur confiance, de réduire le nombre de consultations et d'améliorer la compliance au traitement. Nous croyons qu'à travers le continuum de soins en santé nous devons viser à promouvoir la santé mentale à travers « 7astuces » :

- **S'accepter:** afin de reconnaître les forces et les limites des personnes et des travailleuses et travailleurs du réseau et travailler à partir de celles-ci
- **Découvrir:** afin d'accompagner les personnes pour qu'elles puissent explorer différentes perspectives
- **Choisir :** afin de bien informer les personnes pour qu'elles se sentent libre de faire des choix, de les assumer et de les reconsidérer
- **Créer des liens :** afin d'être entouré de relations bienveillantes dans le continuum de soins, être entourées de relations bienveillantes
- **Agir :** c'est aidé les gens à tirer profit de leurs expériences, à apprécier ce qu'il y a de bon, à s'engager socialement
- **Ressentir :** c'est accueillir les émotions et les comprendre pour mieux aider les personnes à s'orienter

- **Se ressourcer** : c'est encouragé les personnes et les employé-e-s à faire de la place à ce qui fait du bien !

#### **POUR CONCLURE**

Nous espérons que les critères retenus pour soutenir la décision relativement aux services offerts par le système de santé seront revus afin de faire place à une vision globale de la santé dans les prises de décision.