



**Comité permanent de la santé –
Situation d’urgence à laquelle sont confrontés les Canadiens
en raison de la pandémie de COVID-19
23 mai, 2022**

Bonjour. Je m’appelle Karen Cohen. Je suis psychologue et chef de la direction de la Société canadienne de psychologie. La SCP représente les chercheurs, les éducateurs et les praticiens du domaine de la psychologie de partout au pays.

Je vous remercie de m’avoir invitée à me présenter devant vous aujourd’hui.

Les facteurs psychologiques impliqués dans la pandémie mondiale de COVID-19 sont nombreux.

Premièrement, le succès de la prise en charge de la santé et de la maladie dépend de la façon dont les gens pensent, se sentent et se comportent comme individus et comme groupes. Le port du masque, la distanciation physique, la vaccination – tout cela implique la prise de décisions et le changement de comportement. La psychologie scientifique est essentielle au succès des politiques publiques visant à apporter ces changements. La professeure Kim Lavoie, qui est titulaire de la Chaire de recherche du Canada en médecine comportementale, a montré que pour augmenter l’adhésion à la vaccination, il faut adopter des approches différentes, selon les raisons pour lesquelles l’individu résiste à la vaccination. Le dialogue et la sensibilisation peuvent fonctionner avec les personnes qui ont peur des vaccins ou qui n’ont pas confiance en eux tandis que les cliniques mobiles de vaccination fonctionnent avec les personnes qui ne se sont pas fait vacciner parce qu’elles ne peuvent pas quitter leur travail ou se rendre dans une clinique. La façon dont les professionnels de la santé parlent à leurs patients qui sont réfractaires à la vaccination influencera la position de ce patient et lui fera peut-être changer d’avis.

Les politiques qui touchent les gens seront plus efficaces si elles tiennent compte de la façon dont les gens pensent, se sentent et se comportent.

Deuxièmement, si beaucoup trop de Canadiens ont contracté le virus de la COVID-19, chaque Canadien en a vécu les répercussions psychologiques, sociales et économiques.

Voici ce que révèlent des sondages menés en 2022 portant sur les répercussions psychologiques :

- Près de la moitié des Ontariens disent que leur santé mentale s’est détériorée depuis le début de la pandémie, ce qui représente une hausse par rapport aux 36 % enregistrés au début de la pandémie¹;
- Les Canadiens sont plus nombreux à déclarer des niveaux élevés d’anxiété et de dépression (23 % et 16 %) aujourd’hui qu’au début de la pandémie (5 % et 4 %)²;

¹ <https://ottawa.cmha.ca/fr/1-ontarien-sur-4-accede-a-de-laide-en-sante-mentale-le-taux-le-plus-eleve-enregistre-pendant-la-pandemie/>

² <https://www.mhrc-rsmc.ca/sondage-national-sur-covid>

- Un plus grand nombre d’Ontariens cherchent à obtenir du soutien en santé mentale aujourd’hui (24 % contre 17 % en 2021 et 9 % en 2020) qu’à tout autre moment au cours de la pandémie, MAIS 43 % disent avoir de la difficulté à obtenir de l’aide³.

Même s’il s’agit de problèmes de santé mentale autodéclarés par les répondants et que le recours à une aide professionnelle a pu augmenter, l’accès aux services psychologiques en temps opportun n’a pas, lui, augmenté. Un sondage effectué par la maison Nanos pour le compte de la SCP interrogeant les Canadiens sur les obstacles à l’accès aux services psychologiques a révélé que les Canadiens sont plus nombreux à mentionner les facteurs financiers (78 %) que la stigmatisation (39 %)⁴.

À moins que le psychologue soit salarié dans un établissement public comme un hôpital, les services des psychologues ne sont pas couverts par le régime d’assurance-maladie. Les pressions budgétaires auxquelles sont soumis les établissements publics ont des répercussions négatives sur le nombre de postes salariés et sur les conditions de travail. De plus en plus, les psychologues travaillent dans le secteur privé, où les services qu’ils proposent sont inaccessibles aux personnes qui ne peuvent se les payer. Même lorsque les services psychologiques sont couverts par un régime privé d’assurance-maladie, le montant médian remboursé pour les services psychologiques est de 1 000 \$ par année, ce qui représente moins du tiers de ce qu’il en coûte à une personne moyenne pour obtenir de bons résultats thérapeutiques.

La SCP, en collaboration avec les associations provinciales et territoriales de psychologues, vient de faire paraître un document intitulé *Nouveaux investissements fédéraux en santé mentale : accélérer l’intégration des services psychologiques dans les soins primaires*⁵. Nous y décrivons les façons dont certaines provinces ont comblé cet écart de service et la façon dont les transferts fédéraux en matière de santé mentale peuvent réduire encore davantage cet écart.

Troisièmement, même si le Canada corrige les obstacles financiers auxquels les Canadiens sont confrontés pour accéder aux services psychologiques, d’autres obstacles doivent être abordés.

- Pour planifier efficacement les ressources humaines en santé mentale, nous devons recueillir de meilleures données. Bien que nous disposions de certaines données sur les caractéristiques démographiques et les pratiques des fournisseurs de soins de santé dont les services sont fournis dans le cadre du régime d’assurance-maladie, nous en savons très peu sur les fournisseurs de soins de santé, comme les psychologues, dont les services sont fournis dans le secteur privé.
- Le nombre d’étudiants en psychologie est très petit, si on le compare à celui des étudiants en médecine ou en soins infirmiers, une grande cohorte étudiante en psychologie comptant à peine 10 étudiants. Pour mieux répondre aux différents besoins des Canadiens en matière de santé mentale, nous devons former davantage de psychologues.
- La pandémie nous a montré que beaucoup de soins de santé peuvent être dispensés de manière virtuelle. Au Canada, ce sont les provinces et les territoires qui réglementent les professions de la santé. Les exigences relatives à l’admission à la pratique varient d’une province ou d’un territoire à l’autre et les fournisseurs de soins de santé ne peuvent pas nécessairement fournir des services en dehors de la province où ils sont autorisés à exercer. Bien que l’Accord sur le commerce

³ <https://ottawa.cmha.ca/fr/1-ontarien-sur-4-accede-a-de-laide-en-sante-mentale-le-taux-le-plus-eleve-enregistre-pendant-la-pandemie/>

⁴ <https://cpa.ca/fr/strong-majority-of-canadians-want-improved-access-to-psychologists/>

⁵

<https://cpa.ca/docs/File/Advocacy/CPA%20CPAP%20New%20Federal%20Investments%20in%20Mental%20Health%20Final%20February%202022.pdf>

intérieur et l'Accord de libre-échange canadien imposent aux organismes de réglementation de la santé d'assurer la mobilité, ces directives fédérales ne donnent pas aux organismes de réglementation le pouvoir de déterminer des exigences communes en matière d'autorisation d'exercer. En ce qui concerne les soins de santé, la pandémie a mis en évidence les limites des systèmes qui sont basés sur les provinces et les territoires, plutôt que sur le pays.

En résumé, les crises sanitaires mondiales ont des répercussions sur la santé mentale, et la réussite de la gestion de toute crise sanitaire mondiale dépend de facteurs psychologiques. Pour régler ces problèmes, nous devons

1. élaborer des politiques de lutte contre la pandémie qui sont éclairées par la psychologie scientifique
2. supprimer les obstacles financiers à l'accès aux soins psychologiques
3. s'occuper de la formation et de la réglementation des ressources humaines en santé du Canada.

Au Canada, il n'y a pas de santé sans santé mentale.