



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Stratégie de cybersanté mentale pour le Canada

Remerciements

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) souhaite remercier Recherche en santé mentale Canada pour son travail sur la Stratégie de cybersanté mentale pour le Canada, en particulier pour la réalisation d'une analyse contextuelle internationale et d'une analyse documentaire, pour la réalisation d'entrevues visant à éclairer l'élaboration de la stratégie, pour son rôle d'animateur des discussions des groupes de travail ainsi que pour la coprésidence des travaux du Comité consultatif de la Stratégie de cybersanté mentale.

This document is available in English.

Indications concernant la citation

Citation suggérée :
Commission de la santé mentale du Canada. (2024).
Stratégie de cybersanté mentale pour le Canada.
<https://mentalhealthcommission.ca>

© 2024, Commission de la santé mentale du Canada

ISBN : 978-1-77318-337-4

Dépôt légal, Bibliothèque nationale du Canada



Santé
Canada

Health
Canada

Les points de vue exprimés dans le présent document représentent uniquement ceux de la Commission de la santé mentale du Canada.

Le présent matériel a été produit grâce à la contribution financière de Santé Canada



Table des matières

Remerciements	2
Résumé	6
Contexte	10
À propos de cette stratégie	17
Domaines prioritaires du développement futur de la cybersanté mentale	20
Domaines prioritaires	21
Recommandations détaillées pour agir	32
Recommandations	33
La mise en œuvre	48
L'évaluation	48
En conclusion	49

Annexe 1 : aperçu du processus de consultation 52

Résultats de l'analyse contextuelle et de l'analyse documentaire	53
--	----

Annexe 2 : ressources de la CSMC en matière de cybersanté mentale 54

Le Cadre d'évaluation des applications de santé mentale de la CSMC	54
Bibliothèques d'applications de santé mentale	55
Les modules d'apprentissage sur la mise en œuvre de la cybersanté mentale	55

Annexe 3 : liste des organisations et des personnes consultées dans le cadre de la préparation de cette stratégie 56

Organisations	56
Membres du comité consultatif	58
Collectif sur la cybersanté mentale	58
Personnes interrogées au cours de la première étape (recherche)	59
Membres du sous-comité des normes IEEE sur l'éthique et la cybersanté mentale	59



Stratégie de cybersanté mentale pour le Canada



Résumé

Fondée en 2007, la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) est un organisme sans but lucratif responsable de l'élaboration et de la diffusion de programmes et de ressources favorisant la santé mentale de la population canadienne. Par le mandat unique que lui a confié le gouvernement du Canada, la CSMC aide les organisations et les gouvernements à l'échelle fédérale, provinciale et territoriale à créer et à mettre en œuvre des politiques publiques qui renforcent les initiatives en matière de santé mentale dans un large éventail de domaines prioritaires.

Dans *Changer les orientations, changer des vies : Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada*, publiée en 2012, la CSMC a relevé que « le monde émergent de la cybersanté recèle de nouvelles possibilités d'interaction et de collaboration entre les fournisseurs et les personnes qui requièrent des services » et a porté son regard sur les « formidables moyens [pour les nouvelles technologies] de promouvoir la santé mentale et de prévenir les troubles de santé mentale ».

Douze ans plus tard, l'utilisation de la technologie transforme la façon dont les Canadiens reçoivent des soins de santé par des mécanismes aussi nouveaux que prometteurs et révolutionne la prestation des services psychologiques. En se servant de leur téléphone intelligent, des médias sociaux et des plateformes de jeu vidéo, les personnes qui reçoivent des soins acquièrent une autonomie qui leur permet de prendre des décisions avisées sur la manière dont elles gèrent leur santé physique et mentale. Les fournisseurs de services sont quant à eux en mesure de dispenser des soins rentables et efficaces plus rapidement et à plus grande échelle.

La multiplication des technologies et des ressources de cybersanté mentale a été favorisée par l'accès de plus en plus omniprésent à Internet ainsi que par la conception et la disponibilité accrue d'une variété de solutions numériques – notamment des applications mobiles et Web, des interactions numériques avec la clientèle par le biais d'appels vidéo et de clavardage, des agents conversationnels (*chatbots*) ainsi que des dispositifs d'évaluation et de suivi médical.



La pandémie de COVID-19 a joué un rôle non négligeable dans l'augmentation du recours aux approches de télésanté et aux solutions numériques pour assurer l'offre de services. Elle a non seulement engendré de nouveaux besoins en amplifiant le stress et l'anxiété chez de nombreuses personnes vivant au Canada, mais elle a également perturbé les mécanismes conventionnels de prestation des soins et des services de santé mentale. Les fournisseurs et les bénéficiaires de services ont rapidement adopté les plateformes en ligne comme solution de remplacement.

En étant intégrés judicieusement et sans discontinuité dans la prestation des soins, les services de cybersanté s'avèrent tout aussi performants que les services en présentiel; par ailleurs, la technologie s'améliore de jour en jour¹. Cela permettra non seulement à un plus grand nombre de personnes d'obtenir un soutien dans de meilleurs délais, mais aussi d'améliorer la qualité des soins, de réduire les coûts et de surmonter les difficultés rencontrées dans le système actuel de santé. Toutes ces avancées se traduiront par un progrès au plan du bien-être mental des Canadiens.

Malgré les progrès considérables réalisés quant à l'adoption et à l'utilisation des services de cybersanté mentale au Canada, il subsiste des défis majeurs, raison pour laquelle la présente stratégie et le présent rapport ont été préparés. Compte tenu du nombre impressionnant de solutions et d'applications de cybersanté mentale aujourd'hui disponibles, les fournisseurs et les bénéficiaires de services ont du mal à distinguer

celles qui répondent aux normes cliniques et aux critères d'e convivialité; autrement dit, ces solutions sont-elles adaptées à la culture, répondent-elles aux besoins exprimés, et sont-elles efficaces? Y a-t-il des risques associés à leur emploi, et ces risques ont-ils été explicités et évalués de manière claire?

En outre, les praticiens, les chercheurs universitaires² et les usagers ont exprimé leurs inquiétudes³ quant à la sécurité et à la sûreté de bon nombre de ces options, notamment en ce qui concerne la protection de la vie privée et les implications éventuelles du partage de données dans le cadre d'applications non réglementées. Devrait-il y avoir des normes régissant la sécurité des données des utilisateurs qui font appel à ces solutions de cybersanté mentale?

En réponse à l'usage florissant des ressources de cybersanté mentale au Canada et à la lumière des défis posés par leur mise en place, la CSMC a lancé une consultation nationale auprès de dirigeants, de praticiens et de représentants des utilisateurs ayant un savoir expérientiel passé et présent qui sont impliqués dans la cybersanté mentale à tous les niveaux. Dans le cadre de cette consultation, elle a réalisé une analyse contextuelle générale, un bilan de l'expérience internationale, une analyse documentaire ainsi qu'une série d'entretiens avec des experts internationaux et canadiens. L'objectif consistait à définir les questions prioritaires et les recommandations qu'une stratégie nationale devrait aborder.

-
- 1 Titov, N. et coll., 2010; Robinson, E. et coll., 2010; Andrews, G. et coll., 2010; Christensen, H. et coll., 2011. *La cybersanté mentale au Canada : Transformer le système de santé mentale grâce à la technologie*, Ottawa (Ontario), Commission de la santé mentale du Canada, 2014. p. 1, paragraphe 5. Extrait de : <https://commissionsantementale.ca/resource/la-cybersante-mentale-au-canada-transformer-le-systeme-de-sante-mentale-grace-a-la-technologie>
 - 2 Lustgarten, S. D., Garrison, Y. L., Sinnard, M. T. et Flynn, A. W. « Digital privacy in mental healthcare: current issues and recommendations for technology use », *Current Opinions in Psychology*, vol. 36, p. 25-31 (2020). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32361651/> (en anglais uniquement).
 - 3 Steindl, E. « Safeguarding privacy and efficacy in e-mental health: policy options in the EU and Australia », *International Data Privacy Law*, vol. 13, no 3 (2023), p. 207-224. <https://academic.oup.com/idpl/article/13/3/207/7208850?login=false> (en anglais uniquement).



Un comité consultatif et le Collectif sur la cybersanté mentale de la CSMC ont supervisé l'élaboration de ces priorités et recommandations et ont joué un rôle clé en contribuant au contenu du présent document. (Consultez l'Annexe 1 pour obtenir un aperçu du processus de consultation). Cette communauté d'experts en cybersanté mentale au Canada et à l'étranger a fait valoir la nécessité d'élaborer un document « phare » qui mettrait en évidence les priorités pour orienter et structurer l'avenir de la cybersanté mentale au Canada. Bon nombre des éléments prioritaires et des recommandations sont étroitement corrélées et interdépendantes.

Les collaborateurs sont parvenus à dégager les éléments prioritaires⁴ suivants, qui devront être considérés lors de la planification et de la mise en œuvre des services de cybersanté mentale au Canada :

- **Priorité 1** : Améliorer la perception de la cybersanté mentale, l'utilisation de celle-ci et la sensibilisation qui l'entourent.
- **Priorité 2** : Mettre en place des ressources permettant d'évaluer l'efficacité des solutions et des programmes de cybersanté mentale.
- **Priorité 3** : Examiner la qualité des solutions et des services de cybersanté mentale, notamment en ce qui concerne la protection de la vie privée et des données.
- **Priorité 4** : Éliminer les obstacles à l'adoption de solutions de cybersanté mentale et résoudre les difficultés systémiques qui s'y rattachent.
- **Priorité 5** : Intégrer les principes IDEA (inclusion, diversité, équité et accessibilité) dans l'ensemble des activités de conception, des outils et des services de cybersanté mentale.
- **Priorité 6** : Encourager les professionnels de la santé mentale à intégrer la cybersanté mentale dans leur pratique.

4 Ces priorités ne sont pas énumérées dans un ordre précis.

Les experts consultés dans le cadre de cette stratégie ont formulé les recommandations⁵ suivantes en vue de relever les défis et de résoudre les problèmes décrits comme prioritaires :

- **Recommandation 1** : Faire avancer la conception et la promotion d'un outil d'évaluation du degré de préparation à l'intention des fournisseurs de services.
- **Recommandation 2** : Concevoir et mettre en place une formation complète sur la cybersanté mentale à l'intention des professionnels de la santé mentale.
- **Recommandation 3** : Porter à terme et promouvoir un guide des pratiques exemplaires concernant l'utilisation des outils de cybersanté mentale.
- **Recommandation 4** : Rehausser le niveau de sécurité grâce aux outils d'intelligence artificielle utilisés en santé mentale.
- **Recommandation 5** : Constituer une bibliothèque nationale d'applications dédiées aux soins de santé mentale.
- **Recommandation 6** : Mettre en place un réseau de personnalités influentes qui défendront les questions de santé mentale.
- **Recommandation 7** : Créer un site Web et une campagne de sensibilisation du public en vue d'offrir des solutions de qualité dans le domaine de la cybersanté mentale.
- **Recommandation 8** : Tirer parti de la cybersanté mentale pour pérenniser la présence d'équipes de soins de santé interdisciplinaires, comprenant des professionnels de la santé mentale.
- **Recommandation 9** : Porter une attention particulière au rôle que joue la cybersanté mentale dans le cadre des initiatives du Canada en matière de bande passante à haut débit.
- **Recommandation 10** : Investir dans la création de solutions de cybersanté mentale couvrant toute une gamme de services d'intensité variable.

5 Ces recommandations ne sont pas énoncées dans un ordre précis.

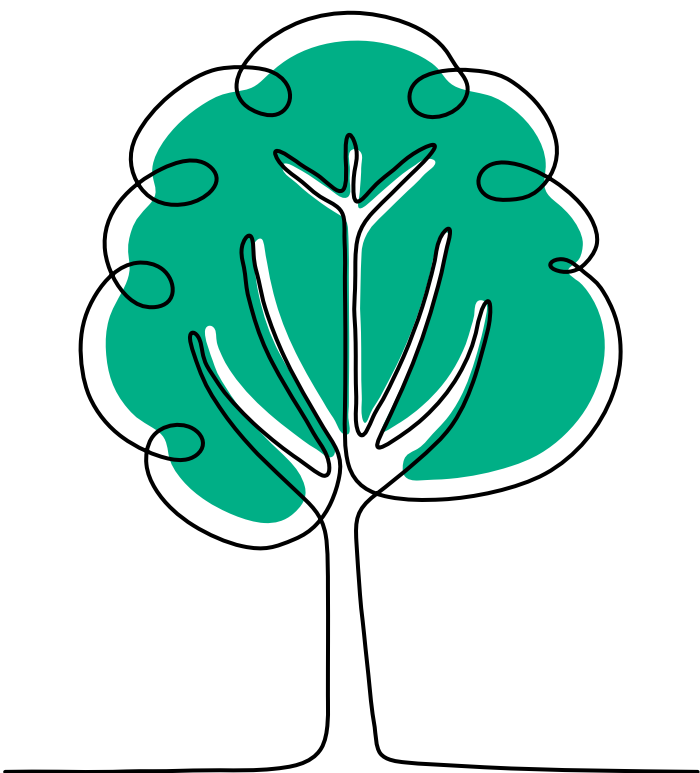
- **Recommandation 11** : Prévoir des solutions de cybersanté mentale dans tous les modèles de financement des systèmes de santé provinciaux et territoriaux.
- **Recommandation 12** : Améliorer l'interopérabilité des données de santé mentale, afin de permettre aux fournisseurs d'y avoir accès tout en préservant la propriété des données personnelles..

La CSMC espère que les questions prioritaires et les recommandations énoncées dans la présente stratégie serviront de plan directeur pour le déploiement et la mise en application de la cybersanté mentale au Canada. Les gouvernements et les organisations de santé mentale peuvent utiliser cette stratégie pour définir les prochaines étapes de leurs plans stratégiques en matière de cybersanté mentale. Ils peuvent également s'en servir pour fixer leurs propres priorités, comme guide pour investir dans l'infrastructure soutenant la cybersanté mentale et comme levier pour solliciter des ressources à cette fin.



Contexte

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) a pour mandat de contribuer à la transformation du système de santé mentale. En 2012, la CSMC a publié *Changer les orientations, changer des vies : Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada*⁶. Cette stratégie s'appuie sur l'expérience, les connaissances et la sagesse de milliers de personnes à travers le pays et offre une occasion de conjuguer les efforts – grands et petits – pour mettre en place un système de soins de santé mentale qui puisse véritablement répondre aux besoins des personnes de tous âges vivant avec des maladies et des problèmes associés à la santé mentale au Canada. Il propose une vision ainsi que des objectifs globaux pour transformer le système de soins de santé mentale canadien : 26 priorités et 109 recommandations regroupées en six orientations stratégiques.



Changer les orientations, changer des vies prévoyait « de formidables moyens [pour les nouvelles technologies] de promouvoir la santé mentale et de prévenir les troubles de santé mentale ». La stratégie prenait acte du fait que « la technologie facilite la collaboration et peut devenir un outil remarquable pour soutenir l'autogestion, en particulier dans le cas des jeunes, qui utilisent Internet pour toutes leurs activités. La cybersanté offre de nouvelles possibilités d'interaction et de participation entre les personnes qui ont besoin des services et les professionnels⁷. »

La stratégie souligne que, pour saisir ces possibilités, il faut recourir à la technologie afin de renforcer la collaboration, d'améliorer l'accès aux services et de motiver les gens à mieux prendre en charge leur problème de santé mentale ou leur maladie mentale. Il importe de mettre en place une infrastructure plus robuste, de prévoir une formation et un soutien continus, ainsi que de faire preuve d'une plus grande souplesse quant au financement des services.

6 Commission de la santé mentale du Canada. *Changer les orientations, changer des vies : stratégie en matière de santé mentale*. <https://commissionsantementale.ca/ce-que-nous-faisons/strategie-en-matiere-de-sante-mentale-pour-le-canada>

7 Commission de la santé mentale du Canada. *Changer les orientations, changer des vies : stratégie en matière de santé mentale*, p. 62. <https://commissionsantementale.ca/ce-que-nous-faisons/strategie-en-matiere-de-sante-mentale-pour-le-canada/>

LA CYBERSANTÉ MENTALE EN CONTEXTE

L'une des difficultés entourant la cybersanté mentale est de s'accorder sur une définition. Aux fins de la présente stratégie, le terme *cybersanté mentale* fait référence à la prestation de services et à la diffusion de renseignements sur la santé mentale par l'intermédiaire d'Internet et de technologies apparentées. Le terme englobe l'évaluation à des fins de dépistage et de suivi, l'intervention et le soutien social par l'entremise de diverses solutions numériques – notamment des applications mobiles et sur le Web – de clavardages et d'interactions numériques avec les clients par l'intermédiaire d'appels vidéo, des agents conversationnels ou encore des dispositifs d'évaluation et de suivi de l'état de santé.

Bien que la CSMC reconnaisse toute l'importance du déploiement d'interventions numériques dans le domaine de la santé liée à l'usage de substances, de même que la corrélation entre la santé mentale et la santé liée à l'usage de substances, la présente stratégie n'abordera pas de manière approfondie ni explicite les outils numériques destinés à la santé liée à l'usage de substances. En revanche, elle espère que certaines des recommandations de cette stratégie pourront s'appliquer à un espace numérique consacré aux soins de santé liés à l'usage de substances et qu'elles soutiendront son essor.

LA PROGRESSION DES TECHNOLOGIES DE CYBERSANTÉ MENTALE

La pandémie de COVID-19 a eu des répercussions majeures sur la santé mentale des personnes vivant au Canada. Une étude réalisée fin 2020 par l'Association canadienne pour la santé mentale a révélé que « la deuxième vague de la pandémie a aggravé les états de stress et d'anxiété, provoquant des signes alarmants de désespoir, de pensées suicidaires et de désespoir au sein de la population canadienne »⁸. Alors que la pandémie perdurait, bouleversant les réseaux de soutien conventionnels et exacerbant l'isolement social des individus, elle a eu des conséquences disproportionnées sur la santé mentale de certains groupes de population, en particulier ceux qui sont depuis longtemps désavantagés et vulnérables.

Selon les résultats de l'*Enquête sur la santé mentale et l'accès aux soins*⁹ réalisée par Statistique Canada en 2023, « plus de cinq millions de personnes au Canada présentaient des symptômes importants de maladie mentale en 2022 ». Toujours selon cette enquête, « les besoins en services de conseil et de psychothérapie ne sont pas tous satisfaits. Il y a souvent de longs délais d'attente pour les services communautaires de counseling en matière de santé mentale, ainsi que des obstacles supplémentaires quant à l'abordabilité et l'accessibilité de ces services ».

8 Faculté de médecine de l'Université de la Colombie-Britannique. *New national survey finds Canadians' mental health eroding as pandemic continues*, 3 décembre 2020. <https://www.med.ubc.ca/news/new-national-survey-finds-canadians-mental-health-eroding-as-pandemic-continues/> (en anglais uniquement).

9 Stephenson, E. (26 septembre 2023). *Troubles mentaux et accès aux soins de santé mentale*, Statistique Canada, 26 septembre 2023. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2023001/article/00011-fra.htm>

L'un des effets constatés durant la période pandémique est le recours accru aux solutions de télésanté, c'est-à-dire la prestation de soins médicaux et la communication d'information à l'aide des technologies de télécommunication. Alors que les cabinets médicaux et les services d'urgence des hôpitaux fermaient ou réduisaient les consultations en raison des restrictions liées à la pandémie, les professionnels de la santé et les personnes demandant des soins ont rapidement adopté des méthodes où les soins médicaux étaient prodigués à partir de plateformes en ligne. Un sondage réalisé par Inforoute Santé du Canada en 2021 a révélé que 90 % des répondants vivant au Canada étaient satisfaits des soins virtuels qu'ils avaient reçus, et que 91 % de ceux qui avaient eu une consultation virtuelle estimaient que cela leur avait permis d'économiser du temps et de l'argent ¹⁰. Dans son *Sondage canadien sur la santé numérique 2021 : Ce que les Canadiens pensent* ¹¹, Inforoute Santé du Canada a révélé que 73 % des répondants affirmaient que les technologies de cybersanté mentale les avaient aidés à surmonter un moment de crise ou de détresse qui aurait pu entraîner des blessures physiques ou un suicide. Soixante-trois pour cent ont déclaré qu'ils n'auraient pas cherché à obtenir des soins si des options virtuelles n'avaient pas été offertes.

Le recours accru aux solutions et ressources de cybersanté mentale a également été rendu possible par la rapide progression du développement et de la disponibilité des applications mobiles et Web de santé mentale au cours des dernières années. Selon l'American Psychological Association en 2021, plus de 20 000 applications de santé mentale existent aujourd'hui sur le marché ¹². Un récent rapport d'analyse de marché de Grand View Research a révélé que « la taille du marché mondial des applications de santé mentale était estimée à 6,2 milliards USD en 2023 et devrait croître à un TCAC (taux de croissance annuel composé) de 15,2 % de 2024 à 2030¹³. »

À la lumière de ces avancées et de ces prévisions, il semble que le recours aux stratégies de cybersanté mentale et aux outils numériques ne cessera de croître au Canada. De nombreux gouvernements et organisations bénévoles de santé mentale ont publié des liens sur le Web vers des ressources et des outils numériques en ce sens^{14,15,16}, et des centaines d'applications de santé mentale sont aujourd'hui très répandues. Grâce à l'omniprésence d'Internet au Canada, les personnes vivant dans ce pays ont accès à des technologies provenant des quatre coins du monde, notamment celles qui ont été conçues et déployées en sol canadien.

10 Inforoute Santé du Canada. *Créer un réseau de la santé plus accessible et plus durable*. <https://www.infoway-inforoute.ca/fr/initiatives-de-sante-numerique/soins-virtuels>

11 Inforoute Santé du Canada. *Sondage canadien sur la santé numérique 2021 : Ce que les Canadiens pensent*, novembre 2021.

<https://www.infoway-inforoute.ca/fr/component/edocman/4012-sondage-canadien-sur-la-sante-numerique-2021-ce-que-les-canadiens-pensent/view-document?Itemid=107>

12 Clay, R. A. « Mental health apps are gaining traction ». *American Psychological Association*, 1^{er} janvier 2021.

<https://www.apa.org/monitor/2021/01/trends-mental-health-apps> (en anglais uniquement).

13 Grand View Research. *Market analysis report*. Mental health apps market size and trends.

<https://www.grandviewresearch.com/industry-analysis/mental-health-apps-market-report> (en anglais uniquement).

14 CAMH. *Applications sur la santé mentale*. <https://www.camh.ca/fr/info-sante/mental-health-and-covid-19/information-for-professionals/apps-for-mental-health>

15 SantéMentale.ca. *Vous cherchez une application ou un site web sur la santé mentale?*, mis à jour le 20 mai 2023.

<https://www.esantementale.ca/Canada/Looking-for-a-mental-health-app-or-website/index.php?m=article&ID=52627>

16 Services de santé de l'Alberta. *Addiction and mental health mobile apps directory*, janvier 2024.

<https://www.albertahealthservices.ca/assets/info/res/mhr/if-res-mhr-kt-mobile-app-directory.pdf> (en anglais uniquement).

LA VALEUR AJOUTÉE DE LA CYBERSANTÉ MENTALE

Les bénéfices tirés des approches de cybersanté mentale sont non négligeables. Comme l'indique Ashley Hancock ¹⁷ dans un récent rapport de Vantage Market Research, « l'adoption d'applications de santé mentale a été facilitée par une évolution des tendances en matière de soins, délaissant les modèles de traitement conventionnels au profit de services personnalisés et centrés sur la personne ». De son côté, le Canada est aux prises avec une accumulation de besoins non satisfaits en matière de services de santé mentale, avec notamment de longues listes d'attente et des difficultés d'accès ¹⁸. La majorité des personnes vivant au Canada et ayant des besoins en matière de santé mentale n'ont pas accès à des services adéquats ¹⁹. Si la pénurie de ressources humaines doit être résolue, il faut faire davantage pour mieux exploiter les capacités existantes chez les individus, au sein des communautés et dans les systèmes.

Voilà pourquoi la cybersanté mentale revêt une telle importance pour l'avenir de la prestation de services de santé mentale. L'utilisation d'outils numériques pour fournir des services de santé mentale permet de réduire les coûts et de mieux tirer parti de ressources limitées, car elle est complémentaire aux services conventionnels. Par exemple, en faisant appel aux services de télésanté, on réduit les coûts et on améliore l'accès aux services pour les communautés rurales et éloignées. En réduisant la nécessité d'une attention directe de la part des praticiens, les solutions de cybersanté mentale offrent la possibilité d'optimiser l'efficacité

des services. Tout le monde n'a pas besoin du même type ou du même niveau potentiel de soins. Ainsi, il se pourrait que certaines personnes n'aient pas besoin de services de haute intensité ni d'une consultation en personne avec un praticien; d'autres pourraient être en mesure d'autogérer leur santé mentale via des services en ligne, comme des applications de santé mentale, du soutien par les pairs, un clavardage, ou d'autres services de moindre intensité. L'ajout d'outils de cybersanté mentale au réseau se traduit globalement par un meilleur accès aux services psychologiques et à un éventail de soins, ce qui accroît le caractère centré sur la personne.



-
- 17 Hancock, A. « Mental health apps market size, share & trends analysis report by 2030 », Vantage Market Research, 8 juin 2023. <https://www.linkedin.com/pulse/mental-health-apps-market-size-share-trends-analysis-report-hancock/> (en anglais uniquement).
- 18 Institut canadien d'information sur la santé. *Temps d'attente pour des services communautaires de counseling en santé mentale*, novembre 2023. <https://www.cihi.ca/fr/indicateurs/temps-dattente-pour-des-services-communautaires-de-counseling-en-sante-mentale>
- 19 Recherche en santé mentale Canada. *Key facts on mental health*, octobre 2002. [Faits essentiels sur la santé mentale – Recherche en sante mentale Canada \(mhrc-rsmc.ca\)](https://www.mhrc-rsmc.ca/fr/essentiels-sur-la-sante-mentale)

En ce sens, les solutions de cybersanté mentale peuvent contribuer à combler les besoins de certaines personnes et à rayer ces dernières de la liste d'attente. Par conséquent, ces solutions contribuent à optimiser des ressources professionnelles limitées et à permettre aux personnes qui en ont besoin d'accéder plus facilement à des services à plus forte intensité de soins. La cybersanté mentale exploite la portée d'Internet pour faciliter la diffusion de renseignements précis relatifs aux troubles de santé mentale et favorise la responsabilisation des bénéficiaires en démocratisant la prestation des soins de santé.

Une autre caractéristique importante de la cybersanté mentale réside dans le fait qu'elle facilite les consultations virtuelles et permet aux personnes accédant aux soins de consulter des professionnels à distance – ce qui réduit les obstacles liés au coût, à la distance et à la stigmatisation qui empêchent certaines personnes de bénéficier d'une aide. Les technologies de cybersanté mentale réduisent également la stigmatisation perçue en créant un espace sécuritaire pour les personnes qui ne se sentent pas à l'aise de demander des soins psychologiques en personne, par exemple les adolescents et les membres de certaines cultures. La consultation en personne ne convient pas à tout le monde, et certains recherchent l'anonymat et l'assurance de ne pas être jugés.

Enfin, il convient de reconnaître que les solutions de cybersanté mentale peuvent améliorer l'accès aux services de santé mentale en diminuant la pression exercée sur le système. Alors que les délais d'attente s'allongent pour les services en personne, les options de cybersanté mentale sont disponibles à toute heure du jour et de la nuit : le patient peut avoir accès au soutien des pairs par l'entremise d'une application aux heures où les services en personne ne sont pas opérationnels. Dans les Territoires du Nord-Ouest, l'initiative de Soins par paliers 2.0 a instauré un assortiment de services en personne et en ligne entre 2020 et 2022; il en a résulté une réduction de 79 % des temps d'attente²⁰ pour bénéficier de counseling sur le bien-être mental et la santé liée à l'usage de substances.

Il est également important de prendre en compte le fait que les services de cybersanté mentale (comme les applications) sont généralement moins coûteux que ceux offerts en personne, tant pour le fournisseur de soins que pour le patient. Cela permet un usage plus efficace des ressources financières limitées et crée la potentialité d'atteindre un plus grand nombre d'individus ayant besoin d'un soutien en matière de santé mentale.

20 Commission de la santé mentale du Canada, Modèle de soins par paliers et gouvernement des Territoires du Nord-Ouest. *Partenariat pour des soins centrés sur les personnes et les familles : Rapport final sur le Modèle de soins par paliers 2.0 aux Territoires du Nord-Ouest*, 2023. https://commissionsantementale.ca/wp-content/uploads/2023/06/MHCC_22-006_Partnering_Together_for_Person-and-Family_Centred_Care_two_pager_FR-Mars2024.pdf

L'IMPORTANCE DES SERVICES CONTINUS

santé physique et la santé mentale sont indissociables. Comme le souligne l'Association canadienne pour la santé mentale (Ontario), « il existe de multiples corrélations entre la santé mentale et les maladies physiques chroniques qui ont un retentissement majeur sur la qualité de vie des personnes, sur la demande de soins de santé et d'autres services financés par l'État, et qui ont des conséquences pour la société [...] Voici les corrélations qui existent entre la santé mentale et physique :

- Une santé mentale fragile représente un facteur de risque pour les maladies physiques chroniques.
- Les personnes présentant des troubles mentaux graves courent un risque élevé de faire face à des affections physiques chroniques.
- Les personnes aux prises avec des problèmes physiques chroniques risquent de voir leur santé mentale se dégrader ²¹».

Que le problème soit d'ordre physique ou mental, il est essentiel, du point de vue de l'utilisateur, que les aiguillages pertinents soient effectués afin de garantir que les deux types de besoins soient pris en compte, de manière transparente et efficace. En effet, les deux systèmes de soins de santé – physique et mentale – ont tout intérêt à ce que l'un et l'autre réussissent à satisfaire les besoins des patients. Alors que la télésanté est de plus en plus utilisée pour dispenser des soins de santé physique, il est primordial que les outils et les options de cybersanté mentale soient graduellement adoptés et mis en œuvre dans le cadre des traitements psychologiques.

21 Association canadienne pour la santé mentale (Ontario). *Connection between mental and physical health*. <https://ontario.cmha.ca/documents/connection-between-mental-and-physical-health/> (en anglais uniquement).



UN CONTEXTE POLITIQUE ET STRATÉGIQUE EN MUTATION

Depuis la publication de *Changer les orientations, changer des vies : Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada* en 2012, la compréhension des problèmes de santé mentale vécus par les personnes vivant au pays s'est considérablement améliorée. En 2017, le gouvernement fédéral a mis en place un transfert ciblé de cinq milliards de dollars sur dix ans pour la santé mentale, conformément aux priorités fédérales, provinciales et territoriales communes²². D'un bout à l'autre de l'échiquier politique, on a observé un appui solide à l'action en faveur de la santé mentale, qui a continué de gagner du terrain. Lors des élections fédérales de 2021, la majorité des partis politiques fédéraux ont mis de l'avant des plateformes politiques musclées en matière de santé mentale. À la suite de cette élection, le premier ministre Justin Trudeau a nommé pour la première fois au Canada un ministre de la Santé mentale et des Dépendances et lui a remis une lettre de mandat détaillée.

En février 2023, le gouvernement fédéral a annoncé des hausses des transferts fédéraux²³ aux gouvernements provinciaux et territoriaux totalisant 46,2 milliards de dollars de nouveaux fonds destinés aux soins de santé au cours des dix prochaines années. Pour faire avancer les priorités communes en matière de santé, le gouvernement fédéral alloue « 25 milliards de dollars sur 10 ans pour élaborer des ententes bilatérales adaptées qui répondront aux besoins des citoyens de chaque province et territoire, selon quatre domaines prioritaires respectifs :

- les services de santé familiale;
- les travailleurs de la santé et les retards dans les traitements;
- la santé mentale et l'usage de substances;
- la modernisation du système de santé [par la mise en place de données normalisées et d'outils numériques] ».

Le ministre fédéral de la Santé a depuis négocié des ententes bilatérales avec chaque province et territoire en vue de mettre en œuvre ces initiatives. La plupart des ententes contiennent un engagement à investir dans l'amélioration des services de santé mentale et des services de santé liée à l'usage de substances.

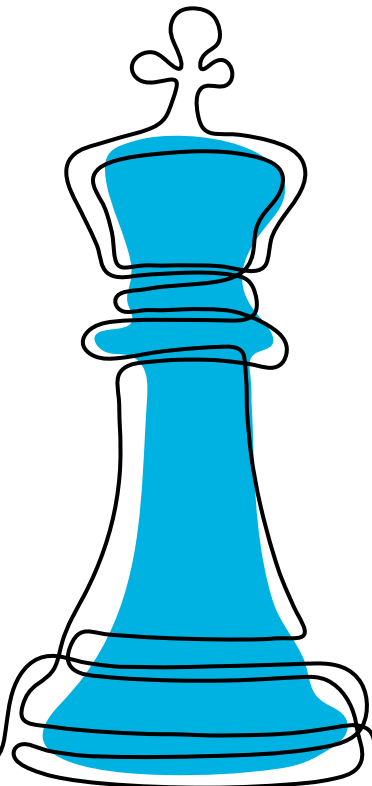


22 Gouvernement du Canada. *Travailler ensemble pour améliorer les soins de santé au Canada : Accords bilatéraux sur les services de soins à domicile, de soins communautaires, de soins en santé mentale et de lutte contre les dépendances*, 23 janvier 2024. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/organisation/transparence/ententes-en-matiere-de-sante/priorites-partagees-matiere-sante/accords-bilateraux-services-soins-domicile-soins-communautaires-soins-sante-mentale-lutte-contre-dependances.html>

23 Cabinet du Premier ministre du Canada. *Travailler ensemble pour améliorer les soins de santé pour les Canadiens*, 7 février 2023. <https://www.pm.gc.ca/fr/nouvelles/communiqués/2023/02/07/travailler-ensemble-améliorer-les-soins-de-sante-les-canadiens>

À propos de cette stratégie

En réponse à un usage croissant des solutions et des ressources de cybersanté mentale au Canada, la CSMC a lancé une consultation nationale auprès de dirigeants, de praticiens et de représentants des utilisateurs impliqués dans les services de cybersanté mentale à tous les niveaux. Les personnes consultées ont fait valoir la nécessité d'élaborer un document « phare » qui mettrait en évidence les priorités pour orienter et structurer l'avenir de la cybersanté mentale au Canada. Cette stratégie représente la contribution collective de centaines d'experts sur la manière de faire évoluer la cybersanté mentale pour répondre aux besoins de la population canadienne. Les besoins uniques des populations autochtones vivant au Canada, au regard du travail réalisé pour la vérité et la réconciliation au Canada, ont été pris en compte dans l'élaboration de la stratégie.



Bien que de nombreuses recommandations contenues dans le présent document stratégique ne relèvent pas du mandat de la CSMC, nous osons espérer que toutes les organisations pancanadiennes concernées par les soins de santé physique et mentale trouveront un intérêt à ce document lorsqu'elles décideront des prochaines mesures à prendre pour promouvoir la cybersanté mentale au Canada dans le cadre de leur mandat respectif.

La stratégie peut être utilisée de plusieurs manières. Les organisations pourront s'y référer pour façonner leurs plans stratégiques axés sur la cybersanté mentale. Elle peut par ailleurs servir à évaluer l'état actuel des services de cybersanté mentale dans les provinces et territoires, les régions et les communautés locales. Elle peut servir à fixer des priorités pour la création ultérieure de programmes et de services de cybersanté mentale et peut faire office de levier pour la recherche de ressources et de financement supplémentaire dans ce domaine.

Vous trouverez à l'Annexe 1 un descriptif complet du processus de consultation qui a éclairé l'élaboration de la présente stratégie. L'Annexe 2 présente des descriptions de plusieurs ressources de cybersanté mentale élaborées par la CSMC au cours des dernières années.



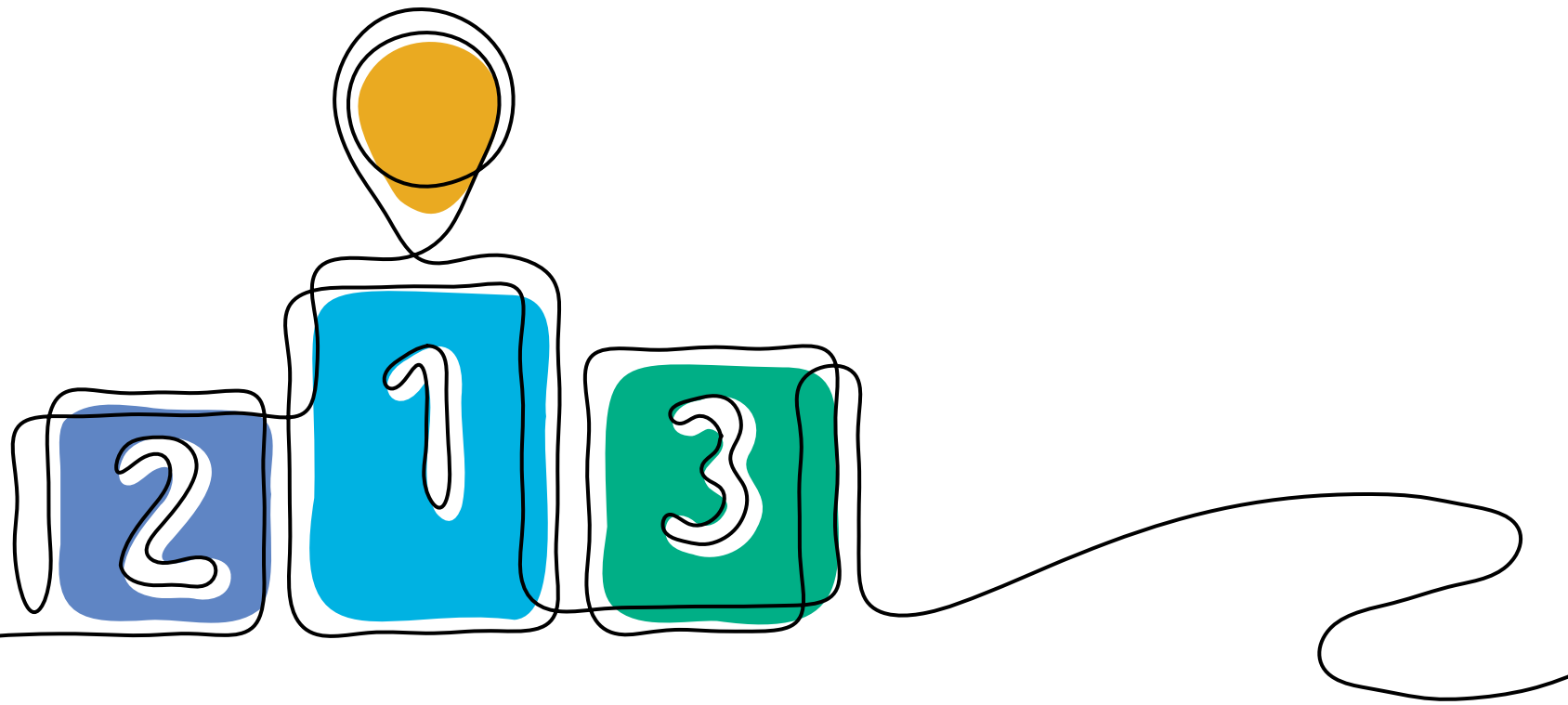
Domaines prioritaires du développement futur de la cybersanté mentale



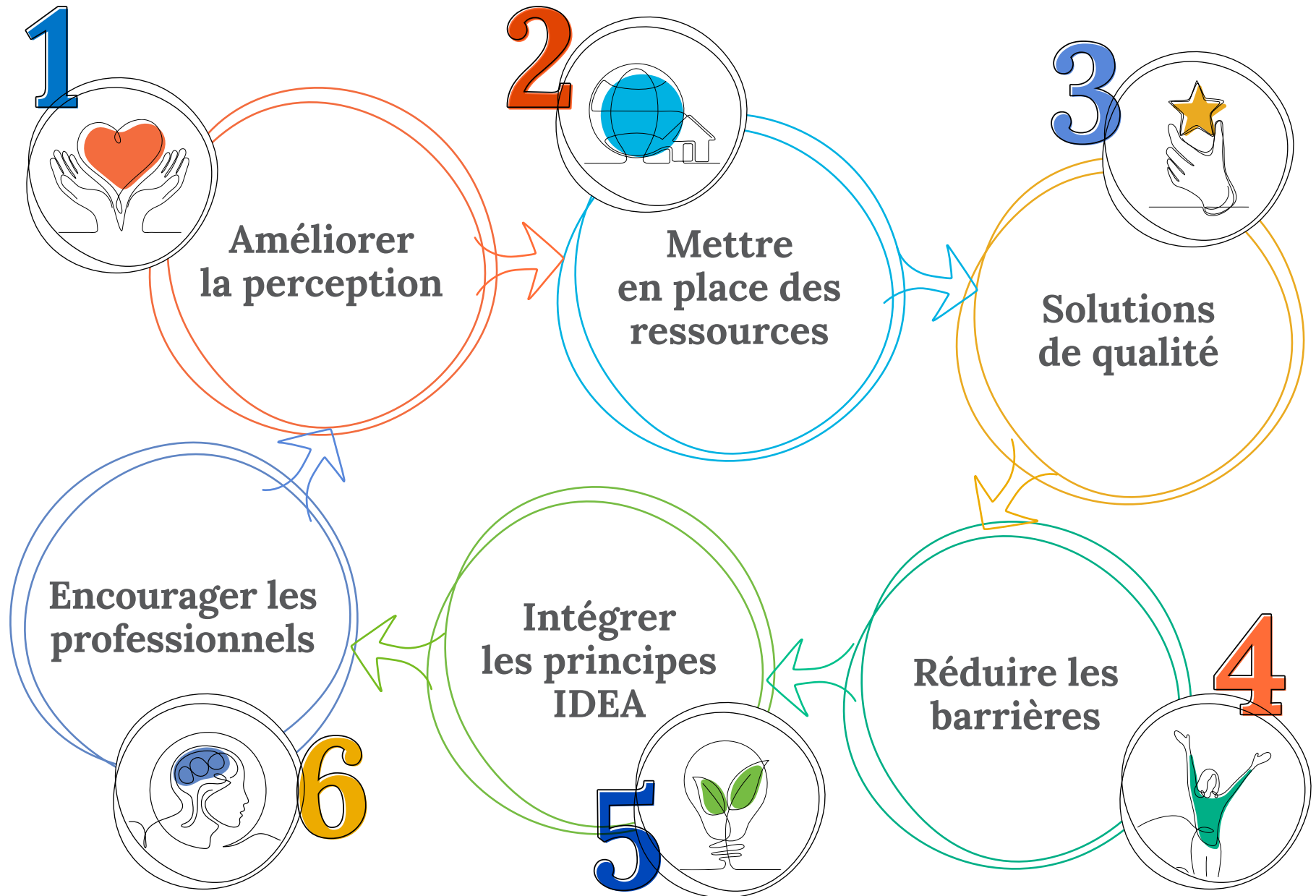
Domaines prioritaires du développement futur de la cybersanté mentale

Les recommandations et domaines prioritaires décrits dans le présent document sont le fruit des travaux de recherche menés au cours de la phase initiale et de la consultation menée auprès des partenaires de la CSMC et du comité consultatif responsable de l'élaboration de la stratégie.

Les domaines prioritaires répertorient les enjeux inhérents aux avancées et à la mise en œuvre des solutions de cybersanté mentale au Canada, alors que les recommandations – correspondant aux domaines prioritaires – proposent des éléments d'action et des solutions à ces enjeux.



Domaines prioritaires



PRIORITÉ 1 : AMÉLIORER LA PERCEPTION DE LA CYBERSANTÉ MENTALE, L'UTILISATION DE CELLE-CI ET LA SENSIBILISATION QUI L'ENTOURENT.

Plusieurs études^{24, 25, 26} ont montré que de nombreux praticiens de la santé mentale continuent de refuser de recommander des solutions de cybersanté mentale, quelles que soient leur qualité et les preuves à l'appui. Les consultations ont montré que si une partie de cette réticence est imputable à la résistance normale au changement, certains praticiens ont également indiqué qu'ils ne connaissaient pas les options de cybersanté mentale ou qu'ils préféreraient tout simplement les approches traditionnelles.



Un autre obstacle important à franchir est ressorti des consultations : le volume même des options de cybersanté mentale. Si une ressource s'est avérée efficace mais que les praticiens et les personnes accédant

aux soins n'en connaissent pas l'existence ou ne savent pas comment évaluer sa pertinence ou son utilité, elle sera forcément sous-utilisée. Il est nécessaire de disposer de renseignements et d'outils d'évaluation pour aider les praticiens et les consommateurs à évaluer les options disponibles et à choisir les outils de cybersanté mentale à privilégier.

Il est possible que les hésitations à recourir aux options de cybersanté mentale découlent en partie d'un manque de confiance des praticiens et du public envers la sécurité et l'efficacité de ces technologies. L'intégration des principes de la gouvernance des données fondée sur l'équité dans la conception et le déploiement des solutions de cybersanté mentale témoigne d'un engagement à trouver des approches inclusives, efficaces et fiables. Selon un rapport australien de 2022²⁷, « il est essentiel d'instaurer la confiance autour des technologies numériques de santé pour qu'elles soient massivement acceptées et utilisées de manière fructueuse, afin que les personnes qui demandent des soins et les fournisseurs de soins puissent adhérer sans crainte à ces techniques novatrices ». Les consultations ont donné lieu à des appels en faveur de normes applicables aux mesures de conformité réglementaire et d'une plus grande transparence afin de bâtir un climat d'acceptation par les cliniciens et d'assurance pour les utilisateurs que les solutions de cybersanté mentale sont sans danger et de toute première qualité.

24 Feijt, M. A., de Kort, Y. A., Bongers, I. M., Ijsselstein, W. A. « Perceived drivers and barriers to the adoption of eMental health by psychologists: the construction of the levels of adoption of eMental health model », *Journal of Medical Internet Research*, vol. 20, no 4 (2018), p. e153.

25 Nogueira-Leite, D., Diniz, J. M., Cruz-Correia, R. « Mental health professionals' attitudes toward digital mental health apps and implications for adoption in Portugal: mixed methods study », *JMIR Human Factors*, vol. 10 (2023), p. e45949.

26 DuBois, R. « What do therapists really think about digital health tools? », *Psychology Today*, 6 septembre 2019.
<https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-digital-doctor/201909/what-do-therapists-really-think-about-digital-health-tools> (en anglais uniquement).

27 Winston Churchill Trust. *To drive safety and quality improvements in digital mental health service provision in Australia*, 2022.
<https://www.churchilltrust.com.au/project/to-drive-safety-and-quality-improvements-in-digital-mental-health-service-provision-in-australia/> (en anglais uniquement).

Compte tenu de l'écart connu entre la recherche et les données probantes et du temps nécessaire pour que les innovations deviennent des pratiques courantes, la présente stratégie ne sous-estime pas le défi que représente le changement de perception des praticiens, lesquels pourraient se montrer sceptiques quant à la capacité de ces solutions à être aussi efficaces que les services en personne dans des conditions favorables. Toutefois, comme les solutions de cybersanté mentale continuent de s'améliorer sur le plan de la qualité et de l'efficacité, il convient de se consacrer davantage à la manière de communiquer avec les praticiens au sujet des solutions fondées sur des données probantes et de prouver qu'elles sont à la fois sécuritaires et performantes.

Observations

- Souvent, les praticiens ne sont pas au fait des options de cybersanté mentale, et nombre d'entre eux sont perplexes face à l'abondance de ces options. Les difficultés perçues ou réelles d'utilisation des solutions peuvent également constituer des obstacles à leur adoption et à leur utilisation.
- En examinant la manière dont les innovations en matière de prestation de services voient le jour, il sera possible de mieux comprendre pourquoi on perçoit négativement les solutions de cybersanté mentale. Il convient d'accorder une attention particulière à la façon dont les adhérents plus tardifs peuvent être motivés à adopter ces technologies.
- Les outils de cybersanté mentale ont parfois été conçus par un groupe clinique particulier (les psychologues, par exemple); or, les praticiens ayant une expertise différente risquent de ne pas être enclins à utiliser ces outils, croyant qu'ils ne correspondent pas à leurs activités.
- Il faudra donc peut-être prévoir des approches distinctes pour inciter les différents types de collaborateurs à adhérer aux solutions de cybersanté mentale. Les praticiens et les utilisateurs éventuels de cybersanté mentale ne constituent pas des groupes homogènes.
- Les praticiens ont souvent besoin de renseignements sur la manière dont les options hybrides peuvent être intégrées dans leur pratique.
- En désignant comme modèles certains adeptes de la cybersanté mentale, on pourrait approfondir la compréhension et stimuler l'adoption de ces innovations.



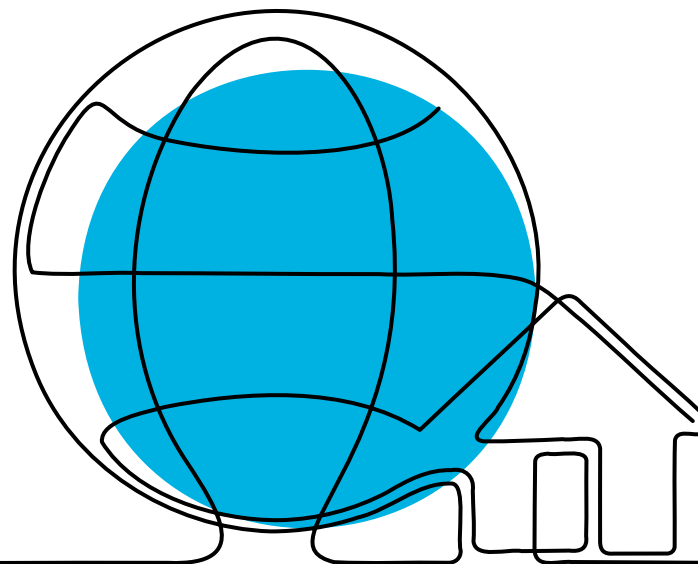
PRIORITÉ 2 : METTRE EN PLACE DES RESSOURCES PERMETTANT D'ÉVALUER L'EFFICACITÉ DES SOLUTIONS ET DES PROGRAMMES DE CYBERSANTÉ MENTALE.

L'évaluation devrait constituer une composante essentielle de toute stratégie de cybersanté mentale. Tout d'abord, il faut déterminer quelles options sont les plus aptes à répondre à quels problèmes de santé mentale et à quelles conditions (c'est-à-dire dans quelles circonstances et pour qui doivent-elles être utilisées?). D'autres questions se posent quant à l'innocuité et à l'efficacité de ces options, à leur accessibilité et à leur caractère inclusif, ainsi qu'à leur rapport qualité-prix.

Pour le moment, le Canada ne dispose d'aucun moyen de garantir un accès en toute sécurité aux solutions de cybersanté mentale, ce qui dissuade les fournisseurs de soins de promouvoir des outils qui pourraient être efficaces et dont la conception pourrait être adaptée à la culture des personnes qui les consultent. Plusieurs pays ont pris des dispositions – ou sont en train de le faire – pour créer et mettre en place des systèmes d'évaluation des solutions de cybersanté mentale. Si le Canada se dotait de son propre cadre d'évaluation, il disposerait d'une démarche fondée sur des données probantes pour fournir des services de cybersanté mentale, une démarche sur laquelle les Canadiens pourraient s'appuyer d'un océan à l'autre.

Observations

- L'évaluation de la cybersanté mentale est un aspect déterminant, car elle permet de mesurer l'efficacité des services et des solutions, en plus de valider le retour sur investissement.
- En l'absence d'un cadre d'évaluation fiable, le Canada ne procède pas à une évaluation collective de la mise en œuvre et des résultats obtenus par les solutions et les programmes de cybersanté mentale.
- Il est difficile de mettre au point des méthodes d'évaluation, compte tenu de la complexité des différents besoins et interventions.
- Les critères d'évaluation doivent être axés sur la sécurité clinique et tenir compte de critères démographiques et de l'information fournie sur l'accès à l'interface utilisateur et ses modalités de fonctionnement.



PRIORITÉ 3 : EXAMINER LA QUALITÉ DES SOLUTIONS ET DES SERVICES DE CYBERSANTÉ MENTALE, NOTAMMENT EN CE QUI CONCERNE LA PROTECTION DE LA VIE PRIVÉE ET DES DONNÉES.

Le principal avantage offert par la technologie est son potentiel d'amélioration de la qualité, de l'efficacité et de l'équité des services de santé mentale au Canada. Les commentaires recueillis lors de la consultation ont révélé qu'il était essentiel de bâtir la confiance à l'égard des solutions de cybersanté mentale afin d'en accroître la popularité. Les mesures garantissant la qualité, la sûreté, la confidentialité et la sécurité des solutions de cybersanté mentale sont de la plus haute importance pour asseoir la crédibilité des praticiens et des utilisateurs. Les fournisseurs de soins psychologiques doivent être convaincus et doivent pouvoir convaincre les utilisateurs eux-mêmes que ces outils respectent les mêmes normes de qualité et de sécurité que les services offerts en personne.



Il ressort également de la consultation des préoccupations sérieuses quant à la confidentialité des données et à la sécurité entourant les renseignements personnels lorsque des outils de cybersanté mentale sont utilisés. Plusieurs éléments sous-tendent ces préoccupations. De nombreuses applications sont créées par des développeurs du secteur privé et mises sur le marché par des entités commerciales. Certaines de ces entreprises sont réputées pour collecter et stocker systématiquement des données personnelles sur les consommateurs, comme les numéros de téléphone, les adresses courriel et les contacts, l'historique des appels et de l'utilisation d'Internet, les sites de réseautage social et les photos. Les numéros de téléphone cellulaire peuvent être exploités pour accéder aux données personnelles conservées par plusieurs entreprises. Les données personnelles recueillies par les sociétés d'applications peuvent ensuite être communiquées ou vendues à des tiers par ces développeurs ou être mises en danger par des activités malveillantes de piratage informatique. Ces questions confirment à quel point il est justifié de privilégier une approche de gestion des risques qui garantit que les menaces à la sécurité sont reconnues et prises en compte.

Il est possible d'améliorer considérablement l'équité des solutions de cybersanté mentale en adoptant des cadres tels que les principes de PCAP® (propriété, contrôle, accès et possession), en particulier pour les collectivités des Premières Nations. L'adhésion à ces principes assure que la gouvernance des données respecte les droits et la souveraineté de ces collectivités, ce qui renforce le climat de confiance et favorise l'adoption²⁸. L'intégration des principes de PCAP® aux solutions de cybersanté mentale permet de répondre aux préoccupations en matière d'équité : les pratiques de collecte et d'utilisation des données sont inclusives et respectueuses de toutes les populations, en particulier des groupes sous-représentés.

La sécurité des données personnelles pourrait être renforcée par l'adoption de normes prévoyant notamment de solliciter le consentement avant de collecter ou de partager des renseignements, de ne collecter que les données essentielles au fonctionnement de l'application, de définir un délai raisonnable pour la conservation des données et d'exiger la suppression des données caduques.

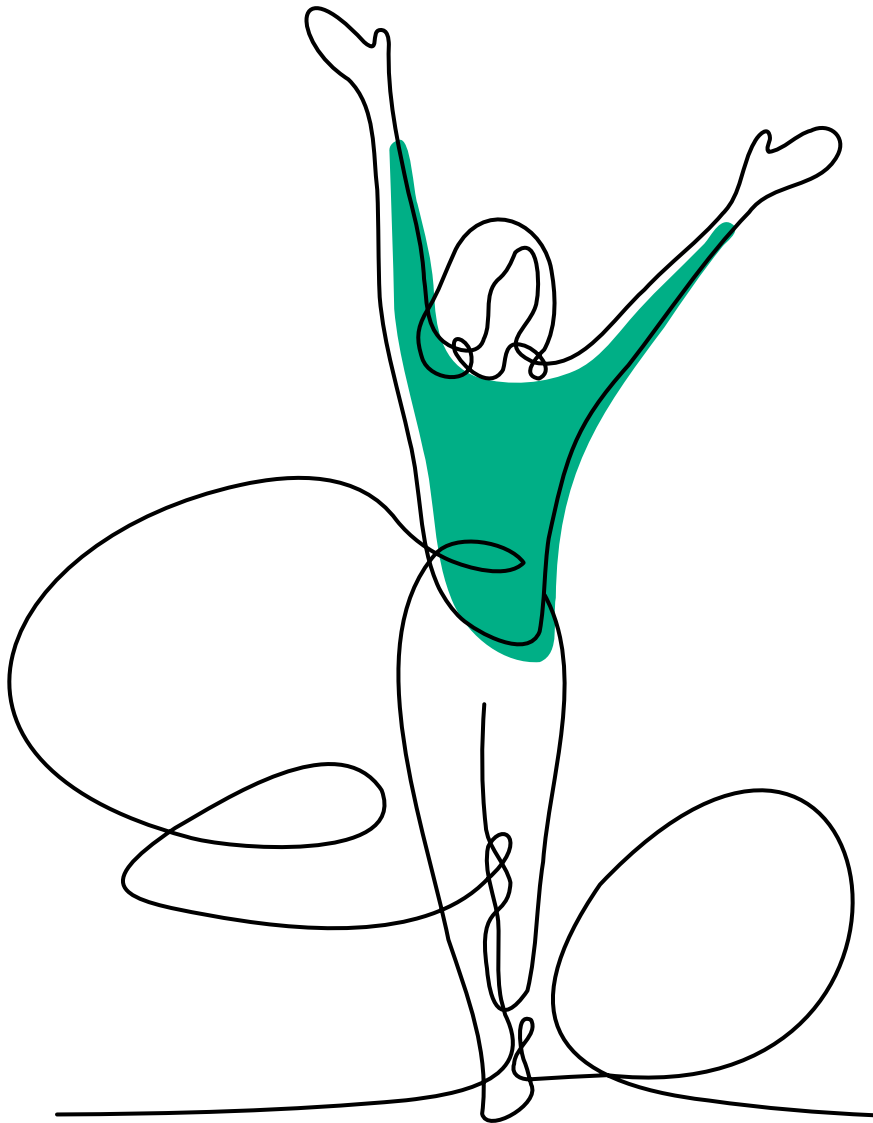
Observations

- L'élaboration et la mise en œuvre de normes applicables aux solutions de cybersanté mentale qui protègent la vie privée et améliorent la sécurité des données personnelles pourraient avoir pour effet de renforcer la confiance et de favoriser l'adoption de ces solutions.
- Une meilleure protection des données à caractère personnel pourrait accroître la confiance envers le partage des données, notamment en raison de la nature délicate des renseignements personnels sur la santé.
- L'interopérabilité entre les lois régissant les données demeurera un exercice difficile.

28 Centre de gouvernance de l'information des Premières Nations.
Les principes de PCAP® des Premières Nations, 2024.
<https://fnigc.ca/fr/les-principes-de-pcap-des-premieres-nations/>



PRIORITÉ 4 : ÉLIMINER LES OBSTACLES À L'ADOPTION DE SOLUTIONS DE CYBERSANTÉ MENTALE ET RÉSOUDRE LES DIFFICULTÉS SYSTÉMIQUES QUI S'Y RATTACHENT.



Les consultations ont mis en évidence les difficultés existantes des systèmes et infrastructures et ont permis de repérer les éléments qui limitent l'adoption des services de cybersanté mentale dans l'ensemble du Canada. Il s'agit notamment de problèmes comme l'absence d'Internet à haut débit²⁹ dans certaines régions du pays et le fait que les mécanismes de financement n'ont pas encore été adaptés pour faciliter le déploiement et le fonctionnement de solutions et d'applications de cybersanté mentale. Il existe un chevauchement évident des problématiques liées à l'équité et à l'inclusion dans certains domaines, notamment la traduction de l'anglais vers le français, ainsi que la nécessité de veiller à ce que les Canadiens reçoivent des services adaptés à leur culture, et ce, dans la langue de leur choix.

L'analyse documentaire et les discussions avec les collaborateurs ont permis de constater qu'un certain nombre de systèmes existants font obstacle à la mise en œuvre de la cybersanté mentale. Il s'agit notamment de systèmes axés sur les données – codes de facturation, algorithmes et capacité à transférer et à partager des données – qui limitent l'interopérabilité entre les systèmes de soins de santé physique et mentale.

Les collaborateurs ont convenu que, même s'il n'est pas possible de changer tous les systèmes, le fait de recenser les difficultés et de mettre à l'essai les solutions possibles constitue une bonne première étape pour contourner ces écueils.

²⁹ Gouvernement du Canada. Tableau de bord d'accès à Internet haute vitesse. <https://ised-isde.canada.ca/sts-sst/hsiad-tbihs/acces-internet-haute-vitesse-canada/fr/acces-universel/connectivite.html>

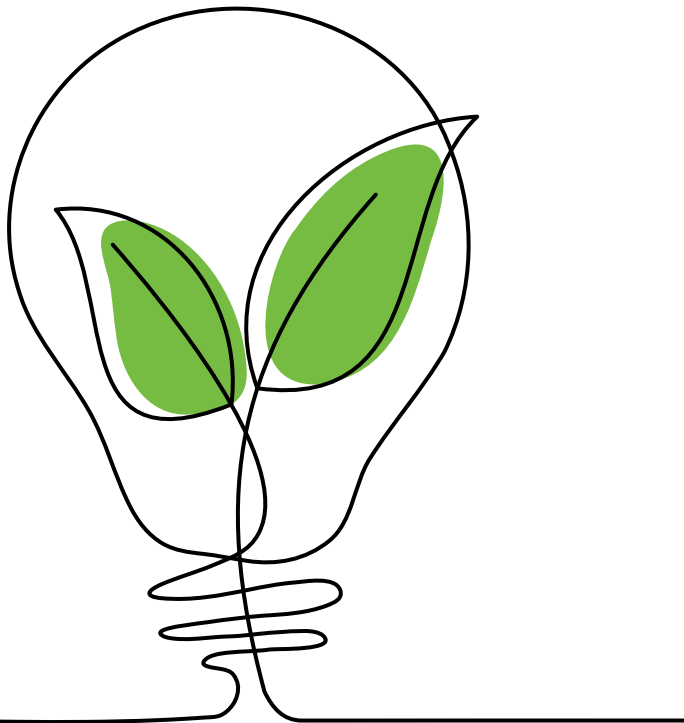
Observations

- Le système actuel pourrait faire davantage pour promouvoir les solutions et outils de cybersanté mentale ainsi que pour établir et appuyer la collaboration entre les différents types de praticiens.
- Les praticiens ont fait remarquer qu'il était nécessaire de mieux comprendre en quoi les systèmes de financement en vigueur sont susceptibles de décourager l'adoption de solutions de cybersanté mentale.
- Ceux qui fournissent et mettent en œuvre des solutions de cybersanté mentale devraient tenir compte de la manière dont les déterminants sociaux de la santé affectent les résultats en matière de santé et l'accès aux soins de cybersanté mentale.
- Le système de soins de santé mentale bénéficierait d'une meilleure coordination du transfert des données relatives aux soins et aux utilisateurs des services entre les systèmes de soins mentaux pour enfants et pour adultes, en tenant dûment compte du respect de la vie privée et de la confidentialité. À l'heure actuelle, quand ces transferts ne se passent pas bien, la continuité des soins est parfois interrompue, ce qui peut nuire à la santé mentale de l'individu concerné.
- Dans certaines régions du pays, la mise en œuvre de solutions de cybersanté mentale se heurte à des problèmes d'infrastructure, notamment en ce qui concerne la disponibilité de la technologie et de la bande passante Internet au sein de certaines communautés qui en ont besoin pour soutenir le déploiement.
- On constate des lacunes dans la capacité du système en vigueur à assurer la traduction des documents relatifs à la cybersanté mentale dans différentes langues, notamment de l'anglais vers le français.
- L'interopérabilité des données médicales, c'est-à-dire le transfert de données entre praticiens, gagnerait à être optimisée pour soutenir la mise en œuvre des solutions de cybersanté mentale.



PRIORITÉ 5 : INTÉGRER LES PRINCIPES IDEA (INCLUSION, DIVERSITÉ, ÉQUITÉ ET ACCESSIBILITÉ) DANS L'ENSEMBLE DES ACTIVITÉS DE CONCEPTION, DES OUTILS ET DES SERVICES DE CYBERSANTÉ MENTALE.

Les participants à la consultation ont aidé à cerner les domaines les plus répandus dans lesquels les questions liées à l'IDEA ont une incidence sur l'utilisation des services de cybersanté mentale et à déterminer le rang de priorité à accorder aux efforts déployés pour résoudre ces problèmes. Comme le soulignent plusieurs études de l'analyse documentaire et les commentaires de nombreux participants à la consultation – en particulier ceux des fournisseurs de services – il existe des lacunes dans la manière dont la cybersanté mentale tient compte des questions d'équité et d'inclusion.



Observations

- Certains éléments de la conception des programmes et de la prestation des services de cybersanté mentale doivent faire l'objet d'une attention particulière afin d'éliminer les préjugés et de garantir l'inclusion d'un contenu adapté à la culture.
- Les efforts visant à soutenir l'IDEA doivent faire en sorte que les personnes ayant un savoir expérientiel et les groupes méritant l'équité soient impliqués tôt dans le processus et souvent, et qu'ils exercent une participation réelle à l'élaboration des politiques et des solutions.
- Davantage d'efforts devraient être déployés pour faire en sorte que le contenu de la cybersanté mentale soit adapté aux besoins des différents groupes démographiques.
- L'évaluation des outils et des solutions de cybersanté mentale devrait respecter et intégrer la diversité des utilisateurs.

PRIORITÉ 6 : ENCOURAGER LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ MENTALE À INTÉGRER LA CYBERSANTÉ MENTALE DANS LEUR PRATIQUE.

Le personnel de santé mentale est au cœur du système de soins de santé mentale et son implication dans le processus constitue un élément indispensable de la stratégie. Les actions prioritaires définies par les collaborateurs de la consultation étaient axées sur la compréhension et la confiance, la formation, la désignation de personnes influentes et le renforcement de la compréhension des possibilités offertes par les solutions et les outils de cybersanté mentale.

Le personnel de santé mentale a non seulement été durement frappé par la pandémie de COVID-19, mais il est demeuré en difficulté depuis lors³⁰, comme le révèlent de récentes études sur l'épuisement professionnel et d'autres problèmes psychologiques auxquels sont confrontés les professionnels du secteur. Il convient, dans le cadre de cette stratégie de cybersanté mentale, de bien accompagner ce personnel dans la transition vers la prestation de services de cybersanté mentale, sans alourdir le bilan actuel.

Comme indiqué dans une section précédente sur la valeur des solutions de cybersanté mentale, l'utilisation de celles-ci a le potentiel de désengorger les services traditionnels en personne qui sont durement sollicités et d'alléger la pression sur les praticiens de santé mentale ainsi que sur les personnes qui accèdent aux soins et qui sont confrontées à des temps d'attente difficiles à contrôler. En outre, ces options sont susceptibles de générer un usage plus efficace de ressources limitées, car leur coût est souvent moins élevé que celui des services en personne.

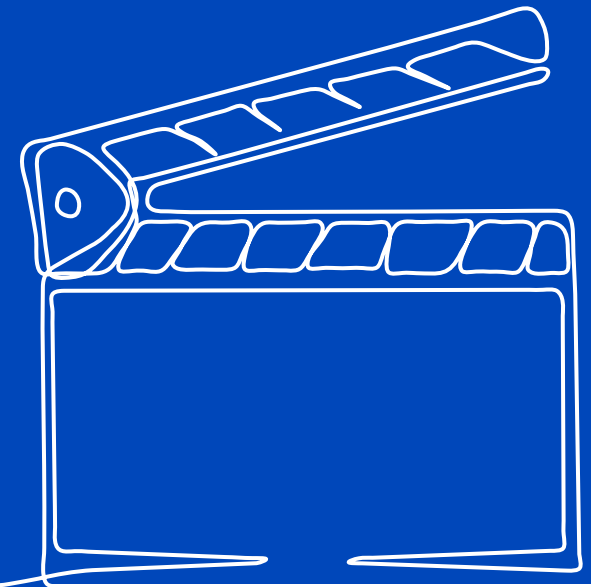
Observations

- Il est recommandé d'offrir une formation approfondie et un soutien continu à la mise en œuvre de la cybersanté mentale pour l'ensemble du personnel responsable de ces soins. Cette formation doit inclure des notions basiques concernant le numérique, car certains membres du personnel ont très peu de connaissances en la matière, ce qui limite leur capacité à évoluer dans ce domaine.
- Un des défis à relever est la fragmentation du système de soins de santé mentale, qui comporte de multiples points d'entrée dans les services et qui présente des écarts importants entre les besoins de formation des différents types de praticiens.
- Il convient d'accorder une attention particulière à la capacité des petites organisations de mettre en place des structures de soutien à la formation bien définies.



30 Recherche en santé mentale Canada. *Anxiety and depression in the workplace*. <https://static1.squarespace.com/static/5f31a311d93d0f2e28aaf04a/t/626a9ee634b74940f238e71b/1651154663758/Anxiety+and+Depression+in+the+Workplace.pdf> (en anglais uniquement).

Recommandations détaillées pour agir

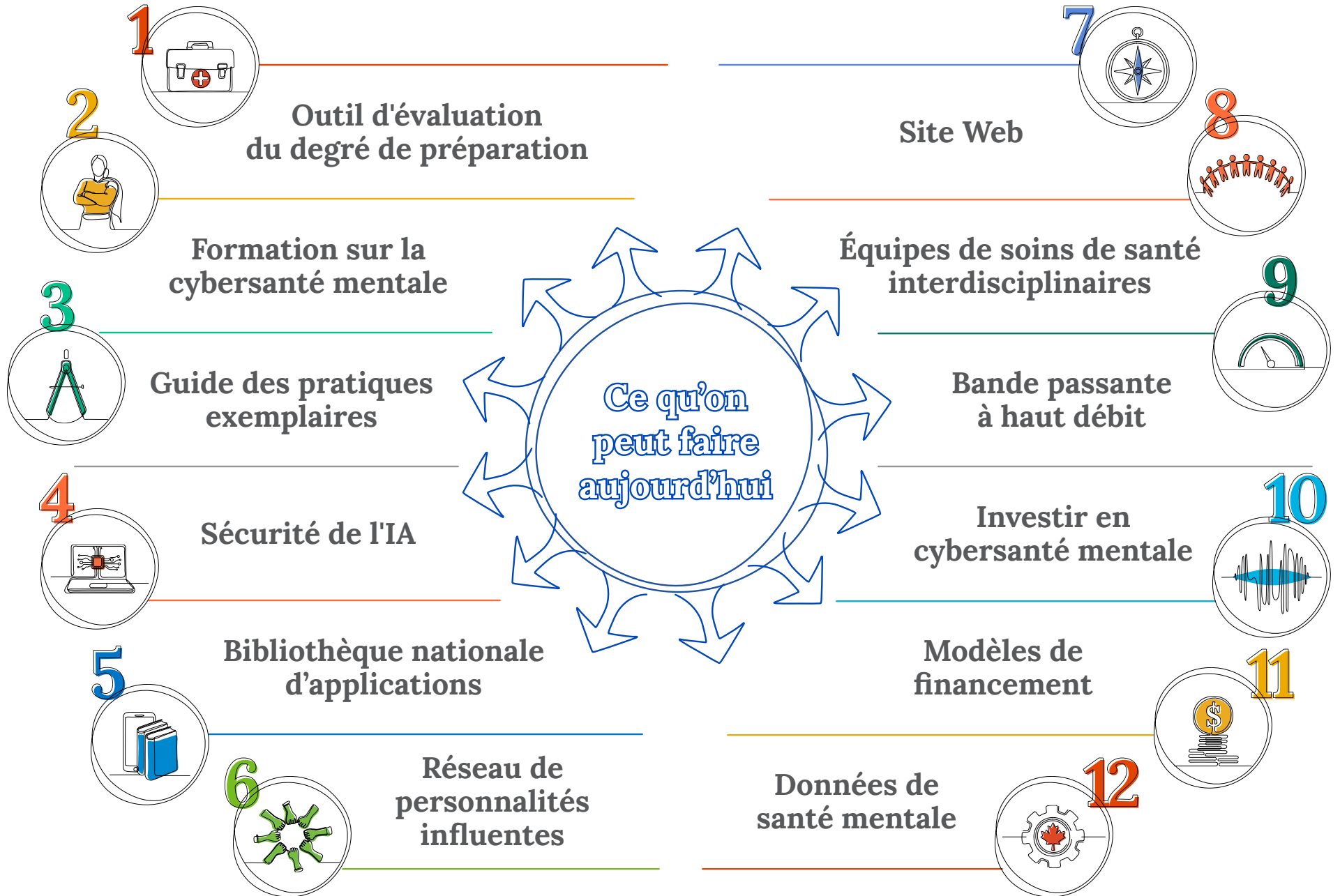


Recommandations détaillées pour agir

Sur la base des domaines prioritaires exposés précédemment, les participants aux consultations ont formulé plusieurs recommandations visant à favoriser l'adoption et l'utilisation accrues d'approches, de solutions et d'options de cybersanté mentale pour assurer la prestation de soins psychologiques. Chaque recommandation fait suite aux priorités décrites plus haut.



Recommandations

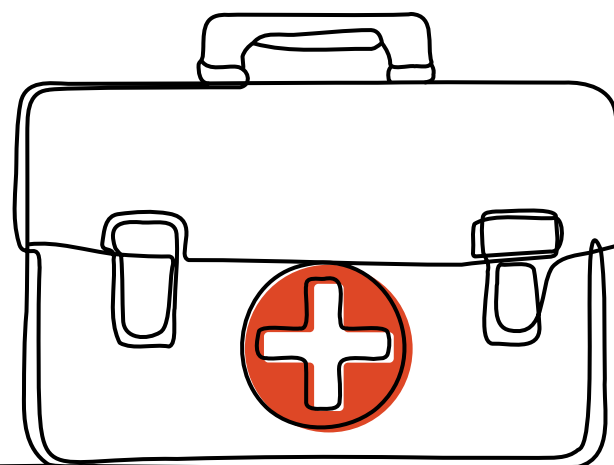


1. FAIRE AVANCER LA CONCEPTION ET LA PROMOTION D'UN OUTIL D'ÉVALUATION DU DEGRÉ DE PRÉPARATION À L'INTENTION DES FOURNISSEURS DE SERVICES.

Souvent, les fournisseurs se heurtent à des difficultés lors de la mise en place des outils et des services de cybersanté mentale. Dans plusieurs domaines prioritaires explorés précédemment, on constate que les praticiens éprouvent des difficultés à se frayer un chemin dans la multitude d'options et de possibilités offertes par cette technologie. Les outils de cybersanté mentale peuvent répondre à différents types de besoins des utilisateurs de services, mais de nombreux praticiens devront probablement acquérir des connaissances et une formation en matière de mise en œuvre de programmes pour être en mesure de choisir la bonne solution et obtenir les résultats souhaités. Ils pourraient devoir suivre une formation technique de base.

Il est nécessaire de procéder à des analyses contextuelles afin d'évaluer les outils de cybersanté mentale qui répondent aux besoins des praticiens et des personnes accédant aux services. Dans l'ensemble, bien que de nombreuses solutions de cybersanté mentale soient disponibles au Canada, il semble qu'il y ait une abondance d'outils de navigation dans certains domaines et trop peu dans d'autres. Les investisseurs qui financent ces nouvelles technologies devront s'intéresser aux domaines dans lesquels davantage d'outils sont requis. Les investissements pourraient par ailleurs être consacrés à enrichir les options de langues et d'accessibilité des outils de cybersanté mentale existantes, au lieu de créer de nouveaux produits de niche. Cela nécessite une meilleure collaboration dans ce secteur.

Des efforts préliminaires sont en cours pour concevoir des outils de préparation à la mise en œuvre afin que les praticiens comprennent mieux les solutions de cybersanté mentale et se familiarisent avec la manière de les utiliser. Au fur et à mesure que ces outils préparatoires sont mis au point, il convient de les rendre gratuits, d'en faire une vaste promotion, de les rendre facilement accessibles et de les actualiser régulièrement. Ces outils doivent tenir compte de l'inclusivité, de la concordance avec les besoins de la clientèle, des capacités et des lacunes technologiques ainsi que des moyens de renseigner les professionnels quant aux différences entre les services numériques et non numériques existants.



La mise en place d'un outil d'évaluation aiderait les fournisseurs de services et les praticiens à mieux mesurer leur capacité à adopter une variété d'options de cybersanté mentale. Un bon point de départ pour aborder cette question est déjà disponible : en 2018, la CSMC a publié la Trousse d'outils pour la mise en œuvre de la cybersanté mentale³¹.

Un tel outil aiderait les praticiens à mieux connaître la gamme d'outils et d'applications de cybersanté mentale et leur permettrait de trouver des façons d'intégrer ces solutions dans leurs pratiques. Il aiderait également les professionnels à évaluer la qualité et l'adéquation des différents outils de cybersanté mentale aux besoins des patients et décrirait la formation et les technologies de soutien qui pourraient s'avérer nécessaires.

Enfin, un tel outil d'évaluation devrait couvrir les questions de sécurité, de protection de la vie privée et de sécurité des données; décrire les principales caractéristiques des solutions de cybersanté mentale, telles que l'inclusivité; répertorier les supports technologiques indispensables à leur mise en œuvre; et indiquer le type de formation et de soutien offerts.

Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 1, 2, 3, 5 et 6.

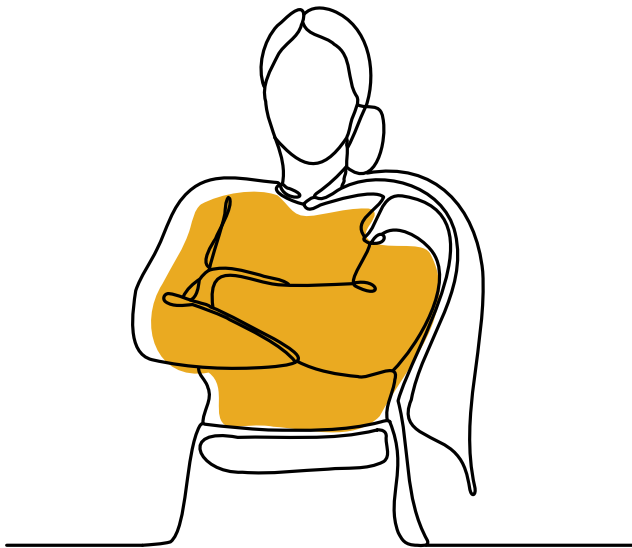
31 Commission de la santé mentale du Canada. *La trousse d'outils pour la mise en œuvre de la cybersanté mentale*, août 2018. https://commissionsantementale.ca/wp-content/uploads/2018/09/Trousse_doutils_adoption_cybersante_mentale_2018.pdf



2. CONCEVOIR ET METTRE EN PLACE UNE FORMATION COMPLÈTE SUR LA CYBERSANTÉ MENTALE À L'INTENTION DES PROFESSIONNELLS DE LA SANTÉ MENTALE.

Il sera indispensable de former les praticiens pour qu'ils puissent convenablement mettre en œuvre les solutions de cybersanté mentale. La présente stratégie recommande qu'une série de ressources soit conçue et lancée en vue de soutenir le personnel des soins de santé mentale. Il devra s'agir de modules de formation gratuits ou peu coûteux couvrant une multitude de sujets relatifs à la mise en œuvre et à la prestation de services reposant sur des ressources de cybersanté mentale.

Dans la mesure où les connaissances existantes des professionnels sont variable en ce qui concerne la cybersanté mentale, plusieurs niveaux de formation doivent être offerts – débutant à l'intermédiaire – et couvrir des sujets allant de l'évaluation initiale des outils et ressources jusqu'à la prestation de services, en passant par la mise en œuvre et l'administration des activités.



Compte tenu de l'éventail varié des points d'entrée pour une telle formation, l'interface utilisateur doit employer un langage clair et convivial pour décrire les résultats escomptés de la formation et aider l'utilisateur à comprendre les compétences précises qu'il pourra acquérir. Une interface utilisateur rigoureuse devrait disposer d'un moteur de recherche sophistiqué afin de garantir la convivialité du site. Des questionnaires et d'autres types d'interfaces interrogatives pourraient également aider les utilisateurs à déterminer l'aide qui leur serait la plus utile. Les techniques modernes de participation à la formation, telles que la ludification (semblable aux techniques utilisées dans les formations à succès comme Duolingo), méritent d'être étudiées.

Étant donné que la multitude de fournisseurs de services de santé mentale est souvent cloisonnée, les cours pourraient être orientés vers des catégories précises de professionnels (ou au moins vers des groupes de professionnels apparentés) au fur et à mesure que la formation prendra de l'ampleur. L'admissibilité des organismes de réglementation qui régissent ces groupes pourrait faciliter l'inclusion des modules de formation dans une base de données centralisée et permettre à d'autres méthodes pédagogiques nouvelles d'être reconnues comme sources autorisées de crédits de formation.

En raison de la multiplicité des formations requises, la formule idéale serait l'une des deux options suivantes : soit un fournisseur de formation existant, renommé et opérant à grande échelle pourrait être recruté pour soutenir cette initiative, soit un consortium de fournisseurs de formation collaborant par l'intermédiaire d'un organisme coordonnateur pourrait être mis à contribution.

Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 1, 5 et 6.

3. PORTER À TERME ET PROMOUVOIR UN GUIDE DES PRATIQUES EXEMPLAIRES ENTOURANT L'UTILISATION DES OUTILS DE CYBERSANTÉ MENTALE.

Un nombre incroyablement élevé d'outils et de solutions de cybersanté mentale est offert au Canada. Si la plupart de ces outils aident les professionnels à fournir des services, ceux qui s'adressent aux personnes accédant aux soins ont presque tous été conçus sans que l'on dispose de suffisamment d'éléments probants. En outre, de nombreux outils destinés aux consommateurs font concurrence aux services de soutien existants et ne respectent pas les pratiques exemplaires en matière de protection de la vie privée, de sécurité et d'accessibilité.

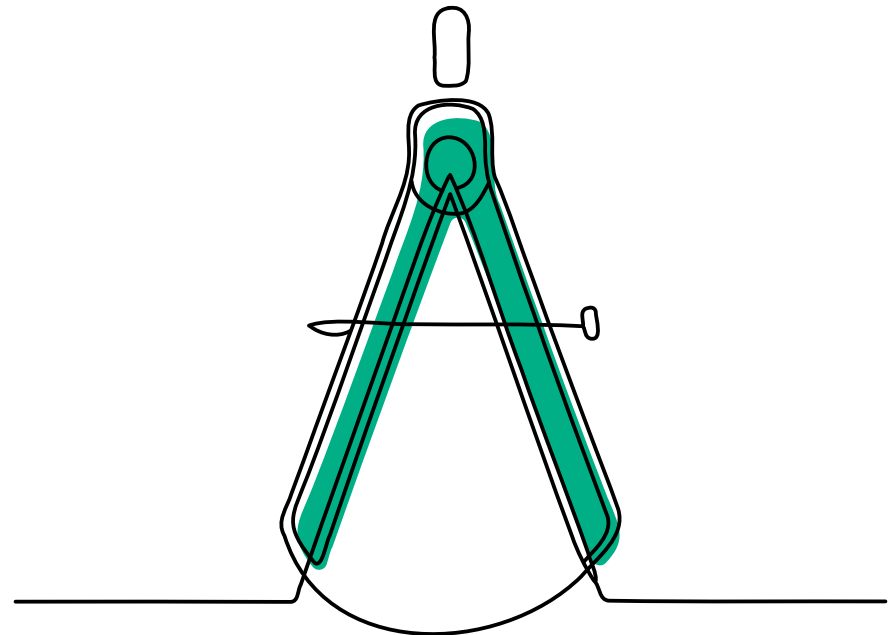
Il est recommandé d'élaborer un guide de pratiques exemplaires applicables aux solutions de cybersanté mentale et d'en assurer la promotion à grande échelle. Une campagne de promotion d'un guide de pratiques exemplaires devra comporter de multiples facettes et nécessitera un investissement substantiel de ressources. La mobilisation des connaissances aux fins de l'élaboration d'un guide serait mieux assurée par des organisations disposant de réseaux fiables et de grande envergure, d'une image de marque forte et d'une expérience dans ce domaine, et qui travaillent déjà en ce sens.

Un guide sur les pratiques exemplaires nécessiterait une mise à jour régulière, car les technologies, la législation et les résultats de recherche sont en perpétuelle évolution, notamment en ce qui concerne les normes de sécurité des données et de protection de la vie privée. Il est essentiel que la production, la distribution et les mises à jour se fassent en temps opportun, car l'espace numérique progresse rapidement et les lenteurs freinent toute avancée. Il sera impératif que la diffusion et la promotion des ressources suivent le rythme qui caractérise la vitesse d'évolution de ce domaine.

Le guide de pratiques exemplaires devra aborder l'importance de la maîtrise et du respect des normes relatives aux données et à la vie privée, des critères d'évaluation de la convivialité et des normes de collecte des données. Les personnes disposant d'un savoir expérimental passé et présent et de points de vue diversifiés doivent participer à son élaboration.

Enfin, un guide de pratiques exemplaires soutiendrait les prochaines étapes de la création d'outils d'évaluation applicables aux services de cybersanté mentale. Il serait judicieux que le système d'évaluation soit conçu en fonction des éléments clés de ce guide. Cette recommandation va également de pair avec la proposition d'e constituer une bibliothèque canadienne d'applications dédiées aux soins de santé mentale (recommandation 5).

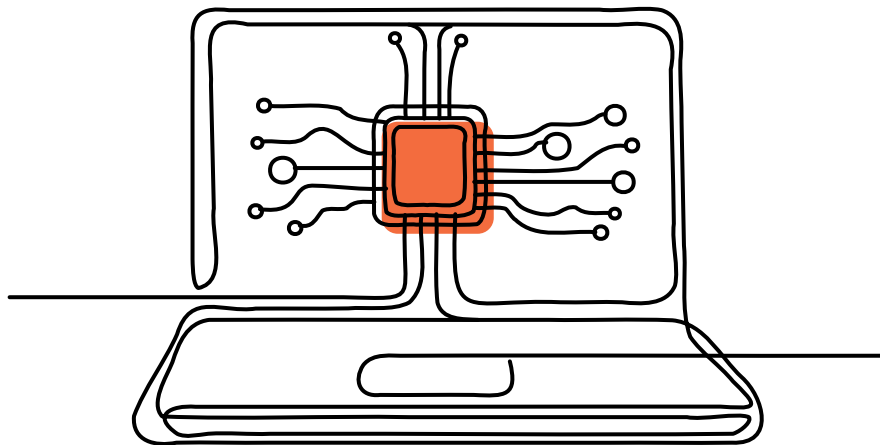
Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 1, 3, 5 et 6.



4. REHAUSSER LE NIVEAU DE SÉCURITÉ GRÂCE AUX OUTILS D'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE UTILISÉS EN SANTÉ MENTALE.

L'intelligence artificielle (IA) est de plus en plus exploitée en soutien aux soins de santé mentale, que ce soit pour aider au triage, à la navigation dans les services offerts, au clavardage et à la messagerie texte, ou encore pour tenter de diminuer les temps d'attente et rendre les services plus performants. En revanche, il existe des exemples au Canada et à l'étranger où le recours à l'IA en santé mentale a manqué de toute la rigueur et de toute la qualité voulues.

La *Loi sur l'intelligence artificielle et les données (LIAD)*, projet de loi C-27, a été présentée au Parlement en juin 2022. Cette loi prévoit une législation obligatoire au niveau fédéral pour utiliser l'IA au Canada. La communauté de cybersanté mentale suit de près l'évolution de cette législation en suspens, qui, si elle est adoptée, aurait des répercussions sur l'utilisation sécurisée de l'IA de manière générale au pays.



Si cette législation fédérale est entérinée, on estime qu'il faudra des années pour la mettre en œuvre. Lors des consultations, il s'est dégagé un fort consensus quant au besoin urgent d'une surveillance accrue dans l'intervalle afin d'assurer la sécurité, le respect des normes éthiques et des mécanismes de protection de la qualité pour tout ce qui concerne l'application de l'IA dans le cadre de la prestation de services de santé mentale.

Bien qu'il existe des lignes directrices et des normes nationales et provinciales sur la question de l'utilisation éthique de l'IA au Canada, la communauté de la cybersanté mentale réclame des lignes directrices plus explicites sur son utilisation dans le cadre des soins de santé mentale. La communauté de la cybersanté mentale a formulé certaines préoccupations bien précises, dont les biais dans les programmes, le manque d'e participation de cliniciens et de personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent dans le processus de création et d'essai des solutions d'IA, la sécurité des données et la protection de la vie privée ainsi que la transparence à l'égard des utilisateurs. Il est également souhaitable que la technologie et les algorithmes adoptent une orientation centrée sur l'être humain, dans laquelle les principes de compassion et de soins centrés sur la personne sont solidement ancrés.

Il est essentiel que des lignes directrices soient mises en place pour encadrer la technologie de l'IA dans les soins mentaux, afin de prévenir les préjudices, les biais et les usages abusifs de l'information.

Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 3 et 5.

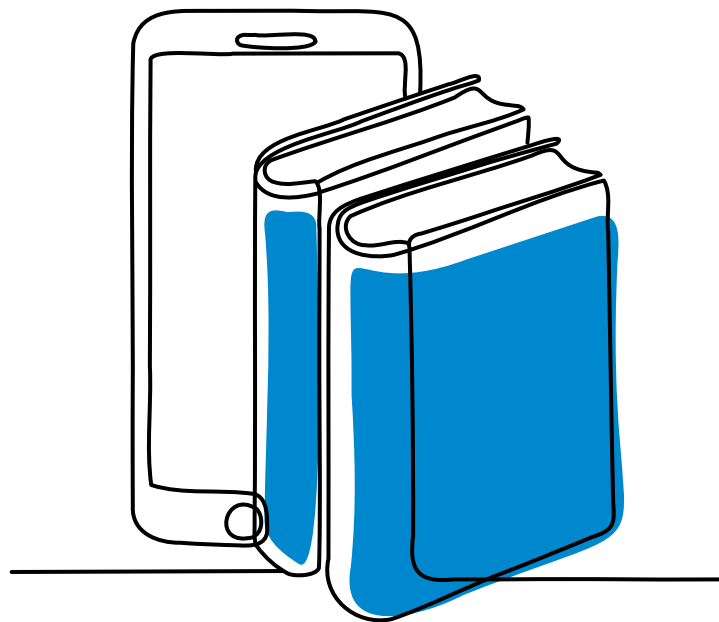
5. CONSTITUER UNE BIBLIOTHÈQUE NATIONALE D'APPLICATIONS DÉDIÉES AUX SOINS DE SANTÉ MENTALE.

Tout au long des consultations, la création d'une base de données ou d'une bibliothèque d'applications de santé mentale a été l'un des sujets les plus souvent abordés, tant par les experts internationaux que par les collaborateurs nationaux. Le besoin d'une bibliothèque canadienne d'applications dédiées aux soins de santé mentale qui soient sécuritaires, de haute qualité et efficaces représente l'un des éléments les plus importants de cette stratégie. Une bibliothèque d'applications répondrait directement à certains des plus grands problèmes auxquels est confrontée la cybersanté mentale au Canada : garantir l'accès à des services de santé mentale de qualité, assurer la navigation dans le système et veiller à ce que les solutions soient vraiment efficaces.

Il existe des dizaines de milliers de solutions de cybersanté mentale; certaines ont été imaginées pour les praticiens et d'autres sont présentées directement aux consommateurs. À l'heure actuelle, il est extrêmement complexe, tant pour les professionnels que pour les bénéficiaires de soins, de déterminer quelle option est la meilleure ou la plus appropriée pour eux. Il serait donc particulièrement utile de disposer d'une bibliothèque qui soit très facile à consulter, qui permette d'effectuer des recherches précises et qui soit simple à comprendre, tant pour le professionnel des soins de santé mentale que pour le bénéficiaire de ces soins.

Une bibliothèque nationale de cybersanté mentale contribuerait de manière considérable à faciliter la navigation dans le système de santé mentale. La disponibilité à grande échelle d'un système de navigation performant pour les applications cybersanté mentale aiderait les personnes vivant au Canada à bénéficier d'un accès facile à des solutions fiables et adaptées à leurs besoins. En outre, les praticiens seraient nettement plus confiants lorsqu'il s'agit de recommander des solutions de cybersanté mentale aux patients.

Une telle bibliothèque numérique doit d'abord être constituée, puis tenue à jour. Si elle est régulièrement actualisée et conviviale, elle deviendra rapidement une source d'information incontournable pour les professionnels de la santé et le grand public. Par ailleurs, il serait absolument nécessaire de mettre en place un système d'évaluation de l'efficacité des applications. La bibliothèque doit devenir un outil précieux pour indiquer aux utilisateurs si une solution donnée est susceptible de leur convenir. Il faudra déployer des efforts constants pour intégrer de nouveaux outils dans la bibliothèque et mettre à jour les outils existants, et il sera impératif de la doter d'un financement à long terme.



Au cours de la consultation, les participants se sont demandé s'il serait plus utile de disposer d'une bibliothèque centrale ou de plusieurs bibliothèques ciblées ou spécialisées, comme celles qui sont déjà à l'étude. Des bibliothèques de niche, consacrées par exemple à la dépression chez les jeunes, sont déjà en cours de développement, mais leur envergure et leur portée risquent d'être limitées. Ces bibliothèques pourraient coexister et se compléter si elles étaient reliées entre elles.



Une bibliothèque centrale nationale d'applications pourrait permettre aux utilisateurs de parcourir le système d'applications au niveau national et servir de source de renseignements et de porte d'entrée vers les bibliothèques spécialisées, lesquelles pourraient se doter de meilleurs moyens de communication et de sensibilisation à l'égard de groupes et de problèmes précis. De plus, en s'appuyant sur l'expérience tirée des bibliothèques ciblées, les concepteurs de la bibliothèque centrale pourraient mieux structurer la bibliothèque nationale et choisir les éléments d'information à y inclure afin d'optimiser son utilité pour les utilisateurs. Si une bibliothèque centrale était constituée, il conviendrait de pousser les autres bibliothèques à s'en inspirer pour y puiser des pratiques exemplaires.

Il est recommandé qu'une bibliothèque centrale nationale d'applications se fonde sur les cadres d'évaluation d'applications déjà en place et qu'elle soit soutenue par des efforts substantiels en matière de marketing. Le suivi de la visibilité et de l'utilisation permettrait de contrôler la percée sur le marché et de détecter les lacunes.

Tous les aspects d'une bibliothèque d'applications devraient être conformes aux pratiques exemplaires en matière d'interaction avec les utilisateurs. Il faudrait faire appel à des experts en interface utilisateur, en marketing stratégique et en communication pour s'assurer que les utilisateurs éventuels connaissent l'existence de la bibliothèque et la jugent accessible, facile à parcourir et attrayante. Une vigoureuse stratégie de promotion à multiples facettes est indispensable. À l'heure actuelle, de nombreux consommateurs d'outils et de technologies de cybersanté mentale ne peuvent se fier qu'à leur propre jugement pour déterminer ce qui fonctionnera pour eux – il faut modifier ce paradigme. Changer les comportements des consommateurs est une tâche très ardue. Ainsi, la réussite de la bibliothèque dépendra en grande partie de l'évaluation de cet effort permanent.

This recommendation responds to Priorities 1, 2, 3, 4, 5, and 6

6. METTRE EN PLACE UN RÉSEAU DE PERSONNALITÉS INFLUENTES QUI DÉFENDRONT LES QUESTIONS DE SANTÉ MENTALE.

L'un des mécanismes les plus efficaces pour susciter et soutenir le changement ainsi que pour garantir le succès d'une nouvelle initiative, d'un nouvel outil ou d'un nouveau processus consiste à faire participer des personnes influentes au processus de mise en œuvre et à les placer au premier plan. La création et la promotion d'un réseau de personnalités influentes en matière de cybersanté mentale pour encourager les nouveaux utilisateurs pourraient présenter de multiples avantages en faisant progresser les solutions de cybersanté mentale au Canada. Ces personnes pourraient offrir des micro-attestations, ce qui inciterait les organisations cherchant à intégrer les solutions de cybersanté mentale dans leur pratique à solliciter leurs services. En outre, le réseau pourrait offrir une expertise au sens large, en tant que lieu où les organisations et les individus peuvent trouver des communautés de pratique, des influenceurs et des conseillers clés de confiance.

Il est recommandé d'intégrer le réseau de personnalités influentes dans l'approche à l'égard de la formation suggérée dans la recommandation 2.

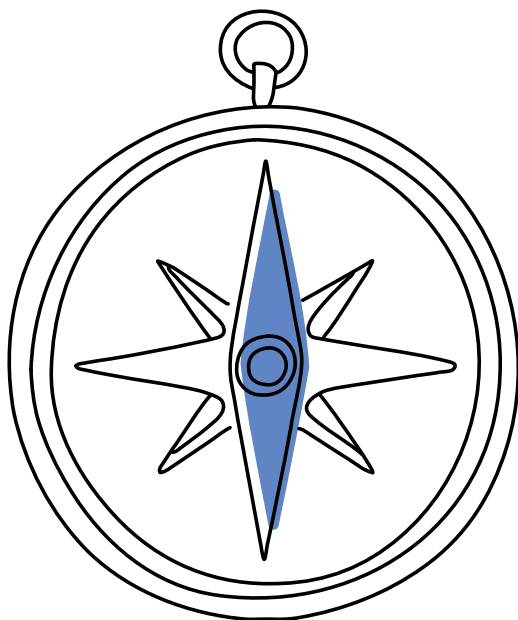
Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 2, 3, 4 et 6.



7. CRÉER UN SITE WEB ET UNE CAMPAGNE DE SENSIBILISATION DU PUBLIC EN VUE D'OFFRIR DES SOLUTIONS DE QUALITÉ DANS LE DOMAINE DE LA CYBERSANTÉ MENTALE.

Il importe que les professionnels de la santé et les patients aient facilement accès aux renseignements sur les options de cybersanté mentale et sur les troubles et les problèmes de santé mentale pour lesquels ces services sont indiqués. En outre, il convient de mettre en place un programme de sensibilisation du public pour aider les gens à savoir où trouver ces services.

L'Australie est un exemple de pays qui a mis en œuvre des initiatives à l'échelle nationale. Le site Web gouvernemental « [Head to Health](#) » (en anglais uniquement) fournit aux praticiens et au grand public les outils de recherche dont ils ont besoin pour trouver les services de santé en personne et les services de cybersanté mentale qui leur conviennent.



Au Canada, les ressources fédérales déjà en place pourraient être étoffées de façon à inclure une plateforme nationale comprenant des moyens pour se repérer dans le monde virtuel, ainsi que des renseignements sur des solutions de cybersanté mentale de qualité que les résidents peuvent utiliser immédiatement – notamment des applications de santé mentale sécuritaires, de qualité et efficaces qui ont été évaluées conformément à un cadre reposant sur des données probantes. D'autres ressources nationales en matière de santé mentale pourraient également être exploitées sur le même site, ce qui permettrait au public et aux professionnels d'y prendre part facilement.

Une campagne de sensibilisation du public, laquelle pourrait être menée de concert avec un exercice de renforcement des connaissances sur la santé mentale, aiderait les gens à mieux se renseigner et à mieux protéger leur propre santé, ce qui entraînerait une hausse du recours aux ressources de cybersanté mentale et leur taux d'utilisation. En se familiarisant davantage avec ses solutions dont l'efficacité a été démontrée, le public serait mieux équipé pour se frayer un chemin dans la complexité de notre système de soins de santé mentale diversifié – lequel comprend des fournisseurs publics, privés et communautaires dont les ressources sont limitées et les temps d'attente, longs.

Des campagnes destinées aux professionnels de la santé mentale pourraient être menées de front avec des activités destinées au grand public en faveur de la cybersanté mentale. La participation des associations et collèges professionnels, ainsi que la concertation avec eux, permettrait de personnaliser les messages et de mettre en place de nouveaux réseaux visant à accroître la diffusion des solutions de cybersanté mentale.

Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 1 et 4.

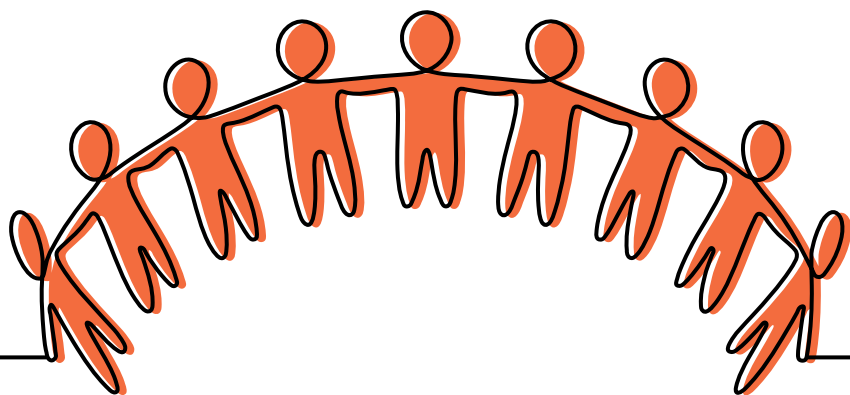
8. TIRER PARTI DE LA CYBERSANTÉ MENTALE POUR PÉRENNISER LA PRÉSENCE D'ÉQUIPES DE SOINS DE SANTÉ INTERDISCIPLINAIRES, COMPRENANT DES PROFESSIONNELLS DE LA SANTÉ MENTALE.

De nombreux territoires et provinces' cherchent de plus en plus à structurer leurs ressources humaines de soins de santé en équipes de soins interdisciplinaires composées de professionnels issus de divers domaines et travaillant ensemble pour traiter des personnes aux besoins variés. L'intégration des fournisseurs de services de santé mentale dans ces équipes n'est pas encore très répandue. Or, il est possible d'améliorer considérablement la valeur du modèle interdisciplinaire en intégrant des professionnels de la santé mentale à ces équipes, car leur contribution peut amener les autres membres de l'équipe à prendre conscience des enjeux liés à la santé mentale et à mieux les comprendre. Un professionnel de la santé mentale, tel qu'un psychologue ou un thérapeute qualifié, est à même d'apporter des notions de santé mentale à ces équipes et de les aider à bâtir une confiance vis-à-vis des solutions virtuelles. L'objectif doit être de rendre la relation entre les services de santé physique et les services de santé mentale aussi harmonieuse que possible.



Cette évolution a déjà bien progressé dans de nombreux établissements à travers le Canada. De fait, dans certaines provinces, un financement a été accordé pour faciliter l'intégration de professionnels de la santé mentale au sein de ces équipes et pour aider les personnes ne bénéficiant pas d'une assurance collective à se faire soigner par ces fournisseurs.

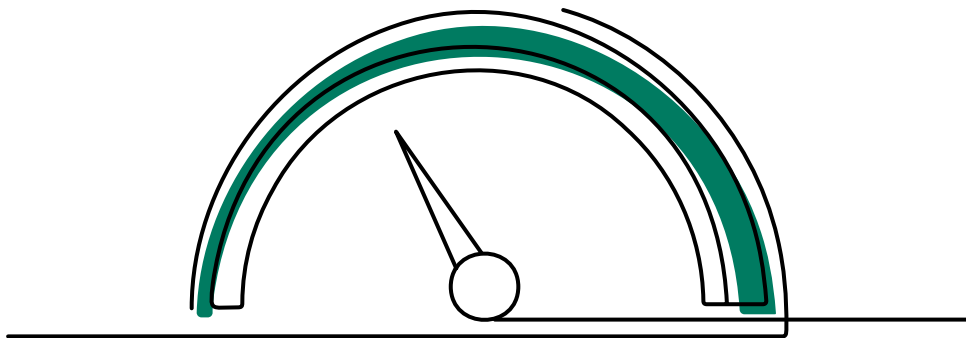
Cette recommandation vise à concrétiser la priorité 4.



9. PORTER UNE ATTENTION PARTICULIÈRE AU RÔLE QUE JOUE LA CYBERSANTÉ MENTALE DANS LE CADRE DES INITIATIVES DU CANADA EN MATIÈRE DE BANDE PASSANTE À HAUT DÉBIT.

Certaines communautés très éloignées au Canada n'ont pas accès à des professionnels de la santé mentale ni à une bande passante permettant des activités virtuelles. Lorsque la bande passante arrive enfin au sein de ces communautés, elle doit être allouée à des fins bien précises, comme les établissements scolaires et les services de soins de santé. La présente recommandation rappelle que, dans la distribution de la bande passante à ces communautés, il convient de tenir compte de l'importance de l'accès aux outils et aux services de cybersanté mentale.

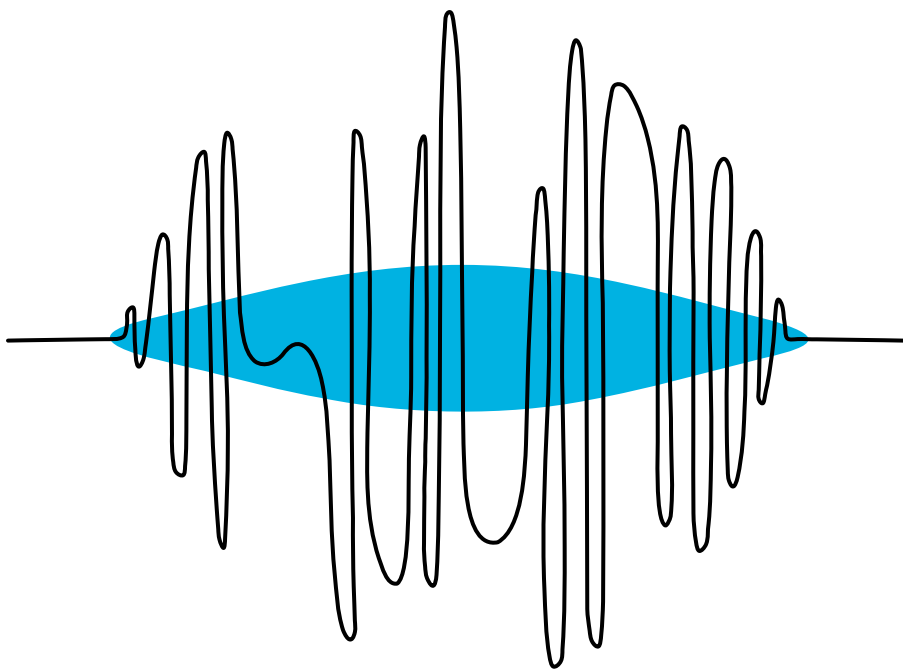
Cette recommandation vise à concrétiser la priorité 4.



10. INVESTIR DANS LA CRÉATION DE SOLUTIONS DE CYBERSANTÉ MENTALE COUVRANT TOUTE UNE GAMME DE SERVICES D'INTENSITÉ VARIABLE.

Le Canada dispose d'un grand choix de solutions de cybersanté mentale. Certaines concernent des problèmes de santé mentale nécessitant des services de moindre intensité, comme les applications de bien-être, tandis que d'autres offrent des services de santé mentale d'intensité plus élevée, comme le soutien en cas d'idées suicidaires.

À l'heure actuelle, les solutions de cybersanté mentale qui existent au Canada sont davantage axées sur les services de moindre intensité, mais il en existe de plus en plus qui répondent aux besoins de soutien en cas de problématiques de santé mentale plus complexes et plus persistantes.



Il est recommandé de prévoir des investissements dans les services de cybersanté mentale de moyenne à haute intensité, au même titre que dans les services de faible intensité, afin de répondre aux besoins croissants dans ce domaine.

Les solutions de cybersanté mentale doivent être proposées à des niveaux d'intensité très variés, afin que les personnes vivant au Canada puissent choisir l'intensité des services de santé mentale dont elles ont besoin à tout moment de leur vie.

Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 2, 3 et 4.

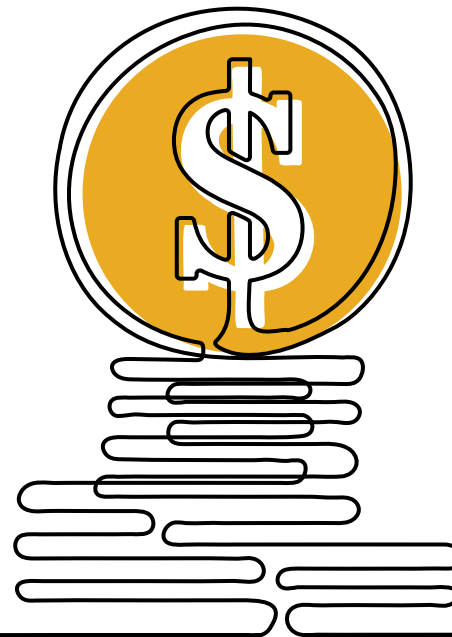
11. PRÉVOIR DES SOLUTIONS DE CYBERSANTÉ MENTALE DANS TOUS LES MODÈLES DE FINANCEMENT DES SYSTÈMES DE SANTÉ PROVINCIAUX ET TERRITORIAUX.



La consultation a soulevé une question concernant la manière asymétrique dont certains systèmes de santé publics soutiennent l'utilisation d'outils de cybersanté mentale dans leur modèle de financement. Par exemple, dans certaines provinces et certains territoires, les médecins doivent facturer de façon différente les consultations avec les utilisateurs de services par l'entremise d'un appel vidéo par rapport à un rendez-vous en personne. En outre, si un utilisateur de services a besoin d'un traitement continu qui pourrait être pris en charge par un outil de cybersanté mentale entre les rendez-vous, il se pourrait que les fonds ne couvrent pas le professionnel de la santé qui utilise l'outil en question.

L'adaptation des modèles de financement aux soins de cybersanté mentale ne sera ni facile ni rapide; cependant, les décideurs politiques du secteur doivent reconnaître que les outils virtuels qui optimisent l'efficacité des soins représentent une piste vers la réduction des coûts. On recommande à toutes les provinces et à tous les territoires de réfléchir à la manière dont ils pourraient adapter leurs modèles de financement pour faciliter un recours judicieux et cohérent aux outils de cybersanté mentale.

Cette recommandation vise à concrétiser la priorité 4.



12. AMÉLIORER L'INTEROPÉRABILITÉ DES DONNÉES DE SANTÉ MENTALE, AFIN DE PERMETTRE AUX FOURNISSEURS D'Y AVOIR ACCÈS TOUT EN PRÉSERVANT LA PROPRIÉTÉ DES DONNÉES PERSONNELLES.

La question de l'interopérabilité des données continue de faire débat au sein de la communauté médicale canadienne. Dans le domaine des soins de santé physique, la situation s'est beaucoup améliorée, car les dossiers médicaux électroniques (DME) et d'autres systèmes ont permis aux médecins (et à d'autres intervenants financés par les systèmes provinciaux) de conserver des dossiers communs sur les personnes qui accèdent aux soins. Un dossier complet sur les utilisateurs de services est préférable pour les patients et, à terme, favorise une prestation de soins médicaux plus efficace lorsque les utilisateurs de services passent d'un fournisseur à l'autre.

Dans le domaine des soins de santé mentale, de tels systèmes sont encore peu évolués et peu appliqués, si tant est qu'ils existent. Bien que les médecins, qui sont la principale instance de soins de santé mentale, peuvent inscrire certains renseignements dans les DME, l'ensemble de la communauté des soins de santé mentale n'a que rarement accès à ces dossiers. Si un patient consulte un psychologue privé, puis change de psychologue privé ou se rend dans un hôpital pour un trouble mental, son dossier ne se déplacera pas forcément avec lui. Cette question est déjà complexe dans le système de santé publique, mais lorsqu'on y additionne les dimensions privée et communautaire d'une grande partie du milieu médical, la situation est encore plus ardue.

Lors des consultations auprès des collaborateurs, on a constaté que des efforts sont déjà en cours pour faire progresser l'interopérabilité générale des données de santé dans le cadre d'un plan à plus long terme pour le système de soins de santé canadien. La présente recommandation a pour objectif d'encourager la prise en compte des problématiques spécifiques de l'interopérabilité des données relatives aux systèmes de soins de santé mentale au Canada dans le cadre de l'élaboration de ces plans.

Cette recommandation vise à concrétiser les priorités 3 et 4.



La mise en œuvre

La présente stratégie met en relief plusieurs priorités et recommandations d'action. Cette section porte sur **la façon** dont il est possible de mettre à profit la stratégie pour faire progresser la cybersanté mentale au Canada. La CSMC a espoir qu'il s'agira d'un document évolutif qui incitera au progrès et facilitera les améliorations au fil du temps.

Les organisations intéressées sont invitées à se reporter à notre stratégie pour définir et hiérarchiser leurs prochaines étapes et concevoir leurs plans stratégiques sur la cybersanté mentale. Elles peuvent également s'en servir comme levier pour trouver des ressources complémentaires dédiées à la cybersanté mentale et pour obtenir du financement pour des projets axés sur les recommandations énoncées dans la stratégie.

Par ailleurs, certaines recommandations seront plus efficaces si elles sont concrétisées en même temps. Par exemple, une bibliothèque de cybersanté mentale serait plus pertinente si un cadre permettant d'évaluer judicieusement les applications était élaboré (et intégré) en même temps. Pour d'autres recommandations, comme le soutien au personnel de santé mentale et la création de réseaux de personnalités influentes, il est possible de les réaliser séparément.

Par ailleurs, la stratégie offre l'occasion d'établir un ensemble de priorités communes entre plusieurs compétences. Ces dernières années, une multitude de nouvelles collaborations ont été formées expressément autour du thème de la cybersanté mentale. Bon nombre de ces collaborations sont prometteuses et permettront d'atteindre un grand nombre des objectifs définis dans la stratégie.

L'évaluation

La CSMC procédera à une évaluation qualitative et quantitative continue de la stratégie. On cherchera à obtenir des précisions sur les étapes de mise en œuvre des recommandations à travers le système et les organisations, en utilisant les commentaires recueillis auprès des collaborateurs aux niveaux fédéral, provincial/territorial et communautaire.

Les résultats de ces évaluations apporteront un éclairage sur le degré de réussite de la mise en œuvre de la stratégie, ainsi que sur les domaines où des progrès ont été accomplis et ceux où des efforts sont encore nécessaires. Ces résultats mettront également en lumière la facilité relative de mise en œuvre des différentes recommandations.

Des enquêtes, des sondages et des entretiens qualitatifs permettront de déterminer si le financement des services de cybersanté mentale a augmenté après la publication de la stratégie.

Les organisations et les individus concernés aux niveaux fédéral, provincial/territorial et communautaire peuvent utiliser des méthodes semblables pour évaluer le succès de la mise en œuvre de la stratégie.

En conclusion

À l'époque où l'actuel système de santé canadien a été conçu et déployé, la place de la santé mentale était nettement moins reconnue qu'elle l'est aujourd'hui. De ce fait, ce domaine était pratiquement absent d'une grande partie de la *Loi canadienne sur la santé*, ce qui explique pourquoi seulement quelque 7 % des dépenses publiques de santé sont consacrées explicitement aux soins de santé mentale, malgré les progrès réalisés à ce chapitre.

Lorsque la CSMC a publié *Changer les orientations, changer des vies : Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada* en 2012, son objectif était de renforcer la santé mentale et le bien-être de la population, en plus de susciter la mise en place d'un système de soins de santé mentale capable de répondre véritablement aux besoins des personnes de tous âges vivant avec des problèmes mentaux et des maladies mentales, ainsi qu'à ceux de leur famille.

Au cours des douze dernières années, la compréhension de l'importance de la santé mentale a gagné du terrain, et on reconnaît désormais la nécessité de la prendre en compte dans les modèles de soins nationaux, au même titre que la santé physique. Les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux ont convenu que la santé mentale constituait une priorité, et les ententes de financement bilatérales qui régissent les transferts aux provinces et aux territoires contiennent des engagements à investir expressément dans les services de santé mentale. Preuve de cette reconnaissance plus marquée, le cabinet fédéral compte désormais une ministre de la Santé mentale et des Dépendances.

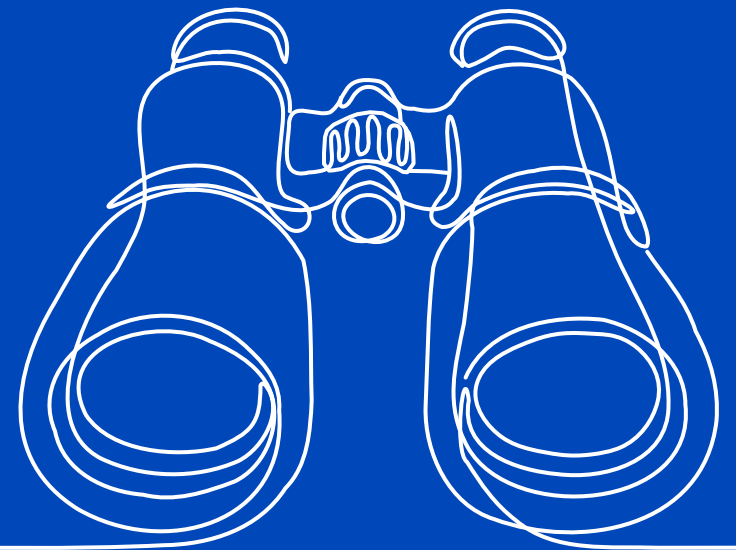
Au vu des besoins imposants en matière de soins de santé mentale et de la capacité à multiplier rapidement l'offre de services dans ce domaine, les possibilités d'avancement de la cybersanté mentale au Canada sont immenses, tout comme les bienfaits potentiels pour les habitants de ce pays. Les technologies existantes et en cours de développement renferment le formidable potentiel de transformer le système de soins de santé mentale et de modifier positivement la façon dont les ressources et les soins sont conçus, offerts et reçus. Toutefois, la concrétisation de ce potentiel nécessitera des investissements en temps et en ressources de la part de collaborateurs à tous les échelons.

Le présent document stratégique s'appuie sur plusieurs initiatives novatrices et remarquables déjà en cours au Canada. Les recommandations qu'il contient reposent sur les meilleures données disponibles et sur les connaissances apportées par des dizaines de collaborateurs et d'experts. Bien que des contraintes subsistent, elles sont présentées ici non pas comme des obstacles ou des freins, mais plutôt comme des possibilités de travailler collectivement à les surmonter.

Il est indispensable d'adopter une approche collaborative et dévouée à la progression de la cybersanté mentale au Canada. La présente stratégie et ses recommandations ont pour ambition de nourrir cette approche et de favoriser les avancées et le déploiement des ressources et des outils de cybersanté mentale sans tarder. Il n'y a pas de meilleur moment que le présent pour de tels investissements, car le Canada est bien positionné pour poursuivre avec succès l'élaboration et la mise en œuvre de services et de ressources de cybersanté mentale, au plus grand bénéfice du bien-être de la population canadienne.



Annexes



Annexe 1 : aperçu du processus de consultation

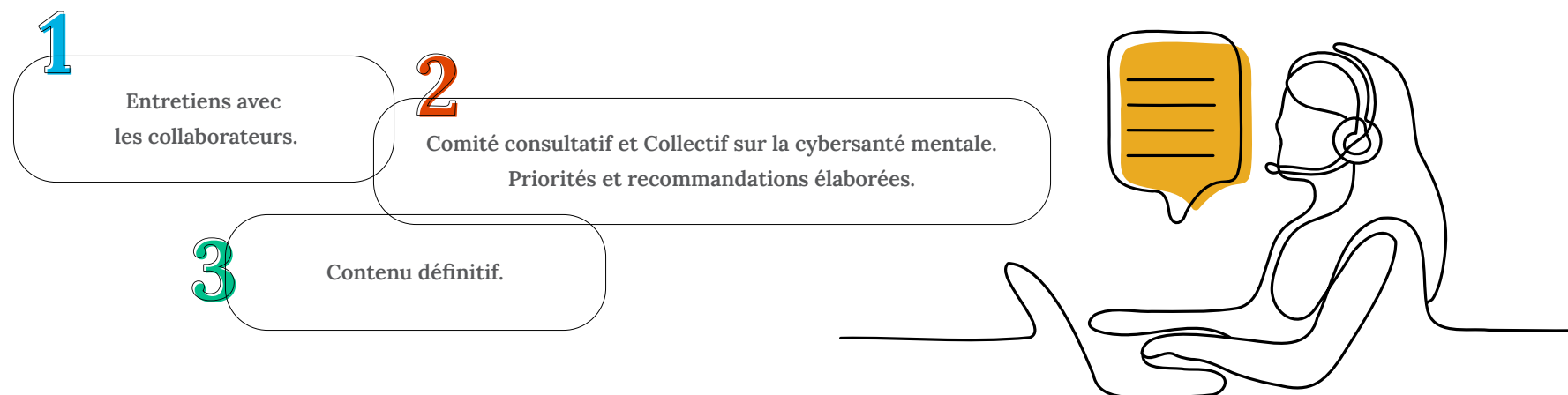
La gestion globale de ce projet a été assurée par le Collectif sur la cybersanté mentale, fruit des efforts continus de la CSMC qui ont précédé l'élaboration de la stratégie. Le Collectif a réuni des experts de partout au Canada ayant un savoir expérientiel passé et présent de même qu'une expertise dans les programmes et services de pointe en matière de cybersanté mentale.

Au fil des consultations, les membres du groupe de travail ont passé en revue les recommandations d'un groupe consultatif composé de dirigeants et de praticiens du domaine de la cybersanté mentale, qui ont analysé les conclusions de groupes de travail composés de spécialistes des modalités relatives aux approches, aux programmes et aux services de cybersanté mentale.

La présente stratégie est le résultat d'une démarche en trois étapes. La première étape consistait en une analyse documentaire exhaustive et en des entretiens avec des professionnels, des responsables du secteur de la santé, des chercheurs ainsi que des personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent.

Au cours de la deuxième étape, les membres du comité consultatif et du groupe de travail ont élaboré les priorités et les recommandations, qui ont ensuite été communiquées aux membres du Collectif sur la cybersanté mentale afin de confirmer l'ensemble des enjeux et des actions prioritaires qu'une stratégie devrait aborder. Enfin, lors de la troisième étape, ces groupes, ainsi que d'autres experts, ont été invités à approuver le contenu définitif de la stratégie.

Les idées présentées dans le cadre de la stratégie témoignent de l'expertise et du temps passé sur le terrain par les différents collaborateurs impliqués dans le processus de consultation. Il y a lieu de préciser qu'en rédigeant les recommandations issues des consultations, le groupe s'est efforcé de parvenir à un consensus entre les différents points de vue.



— Résultats de l'analyse contextuelle et de l'analyse documentaire —

Afin de fournir une évaluation complète des expériences nationales et internationales en matière de conception et de mise en œuvre de programmes et de solutions de cybersanté mentale, la CSMC a d'abord procédé à une vaste analyse contextuelle, à une analyse documentaire puis à une série d'entretiens auprès d'un groupe d'experts internationaux et canadiens.

L'analyse contextuelle a permis de passer en revue les stratégies de cybersanté mentale mises en œuvre à travers le monde, notamment en Australie, en Nouvelle-Zélande, aux États-Unis, en Roumanie, en Estonie, au Royaume-Uni, aux Pays-Bas, en Irlande, en Allemagne, en France et en Belgique.

L'analyse documentaire des expériences canadiennes a porté sur les articles publiés, les grands projets en cours, les annonces ou les nouvelles politiques adoptées par les provinces et territoires canadiens en matière de cybersanté mentale. L'analyse a été réalisée conformément aux lignes directrices PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) et les questions suivantes ont été soulevées :

- Quels sont les éléments qui facilitent l'élaboration et la mise en œuvre d'une stratégie de cybersanté mentale?
- Quels sont les obstacles à l'élaboration et à la mise en œuvre d'une stratégie de cybersanté mentale?
- Quels sont les progrès réalisés en matière de mise en œuvre d'une stratégie de cybersanté mentale?

Enfin, 31 entretiens ont été menés auprès d'experts internationaux et canadiens, comportant des questions sur les meilleurs modèles de cybersanté mentale, les obstacles perçus ainsi que les réussites. Ces entretiens ont permis de mieux cerner les tendances actuelles et les enjeux qui devront être abordés dans le cadre des travaux à venir.



Annexe 2 : ressources de la CSMC en matière de cybersanté mentale

Depuis 2012, la CSMC concentre ses efforts sur la recherche, le perfectionnement et la collaboration pour ce qui est des ressources visant à améliorer les normes sur la cybersanté mentale ainsi que la mise en œuvre et l'adoption de celle-ci au Canada. Dans la foulée de la pandémie de COVID-19, l'utilisation, la mise au point et le déploiement d'outils de cybersanté mentale se sont répandus, notamment le recours aux applications et à l'intelligence artificielle (IA) dans le cadre de programmes visant à fournir des soins personnalisés. La CSMC a créé un certain nombre de ressources³² pour aborder les applications actuelles et futures de la cybersanté mentale en vue d'atteindre un plus grand nombre de personnes vivant au Canada et ayant besoin d'aide.

– Le Cadre d'évaluation des applications de santé mentale de la CSMC –

Compte tenu de la multiplication des applications de santé mentale au Canada, conjuguée à l'absence de normes de qualité pour ces applications, il était impératif, pour la sécurité du public canadien, que des normes rigoureuses voient le jour. La CSMC a achevé le cadre d'évaluation des applications de santé mentale³³ au terme d'un examen public et deux années de travail menées avec le soutien de l'Organisation for the Review of Care and Health Apps (ORCHA) au Royaume-Uni. De concert avec 200 collaborateurs canadiens et internationaux de divers horizons, notamment des décideurs, des fonctionnaires, des concepteurs et développeurs d'applications, des chercheurs universitaires et des fournisseurs de services de santé mentale, la CSMC a mis au point les normes de sécurité culturelle, de responsabilité sociale et d'équité applicables au cadre d'évaluation. Celui-ci propose du contenu portant sur des sujets clés

comme la sécurité et la confidentialité des données autochtones, l'équité entre les genres, la représentation des personnes autochtones, noires et de couleur (PANDC) dans les contenus et les visuels des applications, la convivialité, l'accessibilité et l'implication des personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent dans la création des applications.

En juin 2023, la CSMC a dévoilé ce cadre au grand public. La CSMC a également converti le cadre en un mécanisme de vérification des applications numériques en ligne, afin que celles-ci puissent être évaluées facilement et rapidement au regard du cadre.



32 Commission de la santé mentale du Canada. Cybersanté mentale. <https://commissionsantementale.ca/ce-que-nous-faisons/cybersante-mentale/>

33 Commission de la santé mentale du Canada. Cadre d'évaluation des applications de santé mentale. <https://commissionsantementale.ca/evaluation-dapplication/>

Bibliothèques d'applications de santé mentale

La CSMC collabore actuellement avec les provinces, les territoires et des organisations individuelles qui souhaitent investir dans des bibliothèques d'applications de santé mentale configurables pour leur région. Ces collaborateurs peuvent évaluer les applications de santé mentale à l'aide du cadre et les promouvoir auprès des résidents et de la clientèle sous

forme d'une bibliothèque d'applications. Bien que le cadre ait été conçu pour les applications de santé mentale au Canada, une fois validé, son contenu pourra également se prêter à d'autres applications de santé ou à d'autres compétences.

Les modules d'apprentissage sur la mise en œuvre de la cybersanté mentale

Des modules d'apprentissage en ligne³⁴ ont été élaborés à partir de la Trousse d'outils de la CSMC pour la mise en œuvre de la cybersanté mentale; ils visent à diffuser les enseignements tirés des programmes de cybersanté mentale et à soutenir leur mise en œuvre à plus grande échelle. Ces modules en ligne ont été élaborés en collaboration avec le Centre de toxicomanie et de santé mentale. Ils reflètent les données recueillies à partir des connaissances et des expériences de professionnels et de groupes de recherche, d'une analyse contextuelle et d'un examen de la documentation existante, d'entretiens menés avec des intervenants clés au Canada et à l'étranger, de recherches évaluées par des pairs, de modèles et d'études de cas. Les modules d'apprentissage en ligne sont gratuits, autodirigés et conçus pour donner aux fournisseurs de soins de santé mentale, aux gestionnaires, aux dirigeants et aux étudiants les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour intégrer la cybersanté mentale dans leur pratique quotidienne et soutenir une prestation de services de cybersanté mentale efficace et centrée sur la personne.

Les modules ont été lancés en septembre 2021, et plus de 1000 personnes accèdent aujourd'hui au programme d'apprentissage en anglais ou en français. Plus de 100 personnes ont suivi l'intégralité du cours, qui est accrédité par le Collège canadien des leaders en santé.



³⁴ Commission de la santé mentale du Canada. Modules en ligne sur la mise en œuvre de la cybersanté mentale. <https://commissionsantementale.ca/modules-en-ligne-sur-la-mise-en-oeuvre-de-la-cybersante-mentale/>

Annexe 3 : liste des organisations et des personnes consultées dans le cadre de la préparation de cette stratégie

La CSMC remercie Recherche en santé mentale Canada et Earnscliffe Strategies pour leur soutien à la recherche et à la rédaction de la Stratégie canadienne sur la cybersanté mentale.

En outre, le travail assidu et le dévouement des organisations et des personnes suivantes, qui ont toutes fait don gratuitement de leur temps et de leur expertise, ont été d'une valeur inestimable pour l'élaboration de la présente stratégie. La CSMC les remercie chaleureusement de leur contribution.

Organisations

AbilitiCBT / Lifeworks

Aifred Health

Services de santé de l'Alberta

Université McGill – Antidote Health

Carrefour numérique pour la santé mentale APEC

Services de santé mentale et de lutte contre la consommation de substances de la Colombie-Britannique (BCMHSUS)

Beth Israel Deaconess Medical Center

Croix Bleue

Programme Breathing Room

Bridge the gApp Youth

ACMTS (Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé)

Calm

Inforoute Santé du Canada

Canada Vie

Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS)

Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé

Institut canadien de médecine naturelle et intégrative

Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), Institut des services et des politiques de la santé

Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), Institut des neurosciences, de la santé mentale et des toxicomanies

Association canadienne pour la santé mentale (ACSM)

Association canadienne pour la santé mentale, Manitoba et Winnipeg

Société canadienne de psychologie

Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)

Institut de recherche du Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario (CHEO)

Fondation Daymark

Institut universitaire en santé mentale Douglas

Centre de recherche Douglas

Eating Disorders Nova Scotia

Réseau de santé Edgewood (EHN Canada)

Collectif international eMental Health (eMHIC)

DME de Epic Systems

Foundry BC

Friends of Ruby

Gouvernement de Terre-Neuve-et-Labrador

Gouvernement des Territoires du Nord-Ouest

Greenspace

Initiative de Harvard sur les sciences du cerveau

École de médecine de Harvard

Headspace

Santé Canada

Santé Î.-P.-É.

Institut de recherche Homewood

Services aux Autochtones Canada

GreenShield Health et sa thérapie Inkblot

Initiative internationale sur le leadership en santé mentale (IILSM)

Centre de soins de santé IWK

Kelty's Key

Jeunesse, J'écoute

Centre de neuroinformatique de Krembil (CAMH)

Institut de recherche Krembil

Lifeguard Digital Health / The Lifeguard App

Université MacEwan

Manuvie

Centre d'excellence en santé mentale et en lutte contre les dépendances

Commission de la santé mentale du Canada

MindBeacon / CloudMD

Mindwell

Société pour les troubles de l'humeur du Canada (STHC)

National Overdose Response Service

NHS England, London Digital Transformation Directorate

Nordic Interoperability Project (N!P)

Organisation for the Review of Care and Health Apps (ORCHA)

Pathways to Care Project, Black Health Alliance

Application PolarUs / CrestBD

Coach ESPT Canada

Conseil scolaire du district Rainbow

Centre de santé mentale Royal Ottawa

Stepped Care Solutions

Hôpital St. Michael, Centre d'études sur la dépression et le suicide

Institut des familles solides

Réseau de la fierté de Sun Life Canada

Assistance thérapeutique en ligne (TAO)

TELUS HealthText4Hope

ThriveSpace Health and Wellness

Thunderbird Partnership Foundation

Togetherall

Application Tranquility

Université du Québec en Outaouais

University Health Network (UHN)

Université de l'Alberta

Université de la Colombie-Britannique, Institut de santé mentale

Université de Calgary, Faculté de médecine

Université de Regina, Département de psychologie

7 Cups



Membres du comité consultatif

Alisa Simon, Jeunesse, J'écoute

Al Raimundo, Groupe couloir de la CSMC

Anita David, Groupe couloir de la CSMC

Austin Mardon, Groupe couloir de la CSMC

Brett Recolett

David Wiljer, Réseau universitaire de santé

Deanne Simms, ThriveSpace Health and Wellness

Don Mahleka, Conseil des jeunes de la CSMC

Frank Russo, Université de Toronto

Garrett Molner, Groupe couloir de la CSMC

Harriet Ekperigin, GreenShield

Lydia Sequeira, Inforoute Santé du Canada

Manish Toofany

Manvinder Gill

Morenike Akinyemi, Inforoute Santé du Canada

Nikki Legge, gouvernement de
Terre-Neuve-et-Labrador

Shaleen Jones, Eating Disorders Nova Scotia

Shalini Lal, Université de Montréal

Sonia Kumar, Body Brave

Collectif sur la cybersanté mentale

Nomin Bayasgalan, analyste des politiques,
Politique de cybersanté mentale, Santé Canada

Glenn Brimacombe, directeur,
Politiques et affaires publiques, Société
canadienne de psychologie

Meghan Churchill, gestionnaire provinciale
en cybersanté mentale, Autorité sanitaire
Eastern Health, Terre-Neuve-et-Labrador

Marion Cooper, directrice générale,
Association canadienne pour la santé
mentale, Manitoba et Winnipeg

Peter Cornish, professeur associé,
Université Memorial de Terre-Neuve
et Stepped Care Solutions

Jennifer Dahak, conseillère principale, Centre
universitaire intégré de santé et de services
sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Fauzia Gardezi, analyste principale
des politiques, Politique sur la
cybersanté mentale, Santé Canada

Heather Hadjistravropoulos, professeure
et directrice générale de l'Université de
Regina, Département de psychologie

Shaleen Jones, directrice générale,
Eating Disorders Nova Scotia

Kimberley Korf-Urzan, gestionnaire
de projet, Services de santé mentale et
d'usage de substances de la C.-B.

Patricia Lingley-Pottie, PDG,
Institut des familles solides

Austin Mardon, professeur adjoint, Université
de l'Alberta, Département de psychiatrie et
Centre d'éthique de la santé John-Dossetor

Jeff Niles, gestionnaire national de cybersanté,
Services aux Autochtones Canada

Laura Sikstrom, responsable scientifique, Centre
de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)

Heather Thomas, PDG, Institut canadien
de médecine naturelle et intégrative

Nancy Young, Institut de recherche
du Centre hospitalier pour enfants
de l'est de l'Ontario (CHEO)

— Personnes interrogées au cours de la première étape (recherche) —

Nicholas Watters, Commission de la santé mentale du Canada

Marianne Nguyen, Sun Life

Melanie Dobler, Sun Life

Fraser Ratchford, Stepped Care Solutions

Quynh Pham, Stepped Care Solutions

Vani Jain, Fondation Daymark

Melissa Booker, Black Health Alliance

Kristopher Wells, Université MacEwan

Alex St John, Friends of Ruby

Cara Vaccarino, Réseau de santé Edgewood (EHN Canada)

Rochelle Hildebrand, Réseau de santé Edgewood (EHN Canada)

Lise Dassieu, Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS)

Sue Cragg, Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS)

Simon Hagens, Inforoute Santé du Canada

Krista Balenko, Inforoute Santé du Canada

Lydia Sequeira, Inforoute Santé du Canada

Joanne Kim, Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé (ACMTS)

Chris Kamel, Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé (ACMTS)

Eftyhia Helis, Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé (ACMTS)

Heather Logan, Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé (ACMTS)

Gillian Strudwick, Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)

Allison Crawford, Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)

Karen Adams, Cloud MD

Tracey Mueller, Mieux-être psychologique et du traitement des dépendances, gouvernement des Territoires du Nord-Ouest

Carly Straker, Mieux-être psychologique et du traitement des dépendances, gouvernement des Territoires du Nord-Ouest

Dr Paul Kurdyak, Centre d'excellence en santé mentale et en lutte contre les dépendances

Graham Woodward, Centre d'excellence en santé mentale et en lutte contre les dépendances

Lori Wozney, Centre de soins de santé IWK

Robin Laird, Santé Î.-P.-É

Kimberley Korf-Uzan, Services de santé mentale et de lutte contre la consommation de substances de la Colombie-Britannique (BCMHSUS)

Yuri Quintana, Beth Israel Deaconess Medical Center, École de médecine de Harvard

Anil Thapliyal, eMHIC

Christine Morgan, National Mental Health Commission (Australie)

Anders Tunold-Hanssen, Nordic Interoperability Project (NIP)

Tim Andrews, ORCHA

Membres du sous-comité des normes IEEE sur l'éthique et la cybersanté mentale

Dr. Elisabeth Steindl, Department of Innovation and Digitalisation in Law, University of Vienna

Becky Inkster, Cambridge University

Chris Boyd-Skinner, Winston Churchill Trust Fellow



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Avec le financement de

Santé
Canada

Health
Canada

Commission de la santé mentale du Canada

350, rue Albert, bureau 1210
Ottawa, ON K1R 1A4

Tél. : 613 683-3755
Télééc. : 613 798-2989

[@CSMC_MHCC](#) [/theMHCC](#)

[/1MHCC](#) [@theMHCC](#) [@theMHCC](#)

[/Commission de la santé mentale du Canada](#)

infocsmc@commissionsantementale.ca

www.commissionsantementale.ca