



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada

DOCUMENT D'INFORMATION

Premiers soins en santé mentale – Aînés

Que sont les premiers soins en santé mentale?

Premiers soins en santé mentale (PSSM) s'entend de l'aide apportée aux personnes qui commencent à manifester un problème de santé mentale ou qui traversent une crise psychologique. Tout comme les premiers soins apportés en cas de blessures physiques, les premiers soins en santé mentale sont prodigués jusqu'à ce qu'un traitement approprié soit trouvé ou jusqu'à ce que la crise se résorbe.

PSSM Canada est un programme de la Commission de la santé mentale du Canada. Il vise à améliorer les connaissances en santé mentale et à transmettre les compétences et les connaissances nécessaires pour mieux gérer les problèmes de santé mentale qui pourraient se présenter ou qui commencent à se manifester chez elles ou chez un membre de leur famille, un ami ou un collègue.

PSSM a été élaboré en Australie par Betty Kitchener et Anthony Jorm en 2001. Le programme a depuis été adopté dans plus de 20 pays. PSSM Canada a vu le jour en 2007 et a formé plus de 250 000 personnes dans l'ensemble des provinces et des territoires.

Pour en savoir plus sur PSSM Canada : <http://pssm.ca>

PSSM de base

Les PSSM de base s'adressent aux adultes interagissant avec des adultes (18 ans et plus). Le cours porte sur les quatre troubles de santé mentale les plus courants, notamment les problèmes liés à la consommation de substances, à l'humeur, à l'anxiété et aux traumatismes et les troubles psychotiques. Les participants qui suivent ce cours sont préparés à interagir avec confiance sur la santé mentale avec leur famille, leurs amis, leurs communautés et leur lieu de travail.

Versions de PSSM

En plus de PSSM pour les aînés, le cours de PSSM de base a été adapté pour répondre aux besoins particuliers des adultes en interaction avec les jeunes, aux Premières Nations, aux Inuits, aux peuples du Nord ainsi qu'à la communauté des vétérans.

Premiers soins en santé mentale – Aînés

Objectifs de la formation (14 heures sur 2 jours) :

- Reconnaître les symptômes de problèmes ou de crises de santé mentale.
- Offrir une aide initiale en cas de problème ou de crise de santé mentale.
- Orienter un aîné ou un aidant vers un support professionnel approprié.
- Offrir des stratégies et des ressources pour soutenir les aînés et les aidants.

Sujets abordés :

- Les aînés
- Les premiers soins en santé mentale
- Les troubles liés à la consommation de substances
- Les troubles de l'humeur
- Les troubles anxieux et liés à des traumatismes
- La démence
- Le délire
- La psychose
- Les situations de crise de santé mentale incluant : surdose de substance, comportement suicidaire, crise de panique, réaction aiguë au stress, épisode psychotique et délire

Qui devrait suivre la formation PSSM pour les aînés?

- Les aînés
- Les fournisseurs de services et les aidants, comme :
 - Les conjoints et conjointes, ainsi que les partenaires
 - Les membres de la famille
 - Les amis et les voisins

Pour en savoir plus sur les PSSM de base et les autres versions : <http://www.mentalhealthfirstaid.ca/fr/info-cours/cours>

Les PSSM fonctionnent-ils?

La recherche montre que ce cours qui repose sur des données probantes entraîne des répercussions positives chez les participants dans leur milieu de travail, leur communauté et leur famille, car il leur permet de :

- mieux reconnaître les problèmes de santé mentale les plus courants
- réduire la distance sociale que vivent les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale
- se sentir plus confiants de venir en aide aux autres
- d'avoir une meilleure santé mentale

Pour en savoir plus sur les données probantes sur lesquelles reposent les PSSM : <http://cbpp-pcpe.phac-aspc.gc.ca/fr/ppractice/mental-health-first-aid-canada/>

Initiatives de la CSMC sur la santé mentale des adultes plus âgés

- Le comité sur la santé mentale des aînés a guidé les travaux de la CSMC (2007-2012)
- Élaboration des [Lignes directrices relatives à la planification et la prestation de services complets en santé mentale pour les aînés canadiens](#) (2011)
- Les recommandations qui portent sur la santé mentale des aînés dans la [Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada](#) sont axées sur la promotion du bien-être, l'éducation, l'intervention précoce, la lutte contre la discrimination en fonction de l'âge ainsi que l'accès amélioré et la coordination des soins spécialisés (2012)
- Atelier de lutte contre la stigmatisation à l'intention des fournisseurs de soins et des étudiants au sujet des aînés aux prises avec une maladie ou un problème associé à la santé mentale (2012)

Autres initiatives de la CSMC sur la santé mentale des adultes plus âgées en cours de développement

- Élaboration d'un document d'orientation sur les considérations relatives à la santé mentale dans la prestation de soins à domicile aux personnes âgées
- Mobilisation de champions et d'experts pour éclairer les travaux de la CSMC.

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

[in /Mental Health Commission of Canada](#)

[Abonnez-vous au bulletin de nouvelles de la CSMC](#)



Santé
Canada Health
Canada

Les points de vue présentés ici représentent uniquement les points de vue de la Commission de la santé mentale du Canada. Le présent matériel a été produit grâce à la contribution financière de Santé Canada.