



**Direction des
opérations**



Programme de prévention et de soutien lié aux blessures de stress post-traumatique

Présenté à la Commission de la sécurité publique
Le 8 mai 2018

Par M. Sylvain L'Hostie
directeur adjoint
Service de sécurité incendie de Montréal

et Mme Marie-France Di Schiavi
conseillère principale, responsable du Programme d'aide aux employés
Service des ressources humaines

Montréal 

Mise en contexte



Les pompiers et pompières vivent une multitude de situations délicates et perturbantes qui peuvent conduire à des troubles psychologiques persistants, ou à des blessures de stress post-traumatique.

Depuis 2007, les responsabilités rattachées à la fonction de premier répondant, sont venues ajouter aux risques pour la santé mentale de nos pompiers.

Mise en contexte



En raison de leur exposition régulière à des facteurs de stress, il a été démontré que les premiers répondants (incluant les policiers, pompiers, et paramédics) **sont deux fois plus à risque** que la population générale de développer des troubles psychologiques, notamment le trouble de stress post-traumatique (TSPT). (CCHST, 2016)

Le TSPT est souvent accompagné de problèmes psychologiques **concomitants**, comme la dépression, les troubles anxieux et l'abus de drogues, d'alcool ou de médicaments. (Marchand, 2014)

Des études ont aussi montré que le risque de développer un TSPT **augmente** avec les années de service. (Corneil et al. 1999)

Mise en contexte

Le TSPT se caractérise par le développement de symptômes spécifiques, suite à l'exposition à un événement traumatique dans un contexte de mort, de menace de mort ou de blessure grave.

Qu'est-ce qu'un événement potentiellement traumatique?

- Avoir vécu ou être témoin d'un événement qui a mis la vie en danger ou qui a menacé* l'intégrité physique de soi ou d'autrui;
- Être exposé de façon répétée à de l'horreur et à la détresse humaine;
- Être un témoin direct ou indirect.

*C'est la perception du danger, plutôt que la menace réelle qui est importante.



Symptômes du TSPT

Les symptômes du TSPT se divisent en quatre grandes catégories :

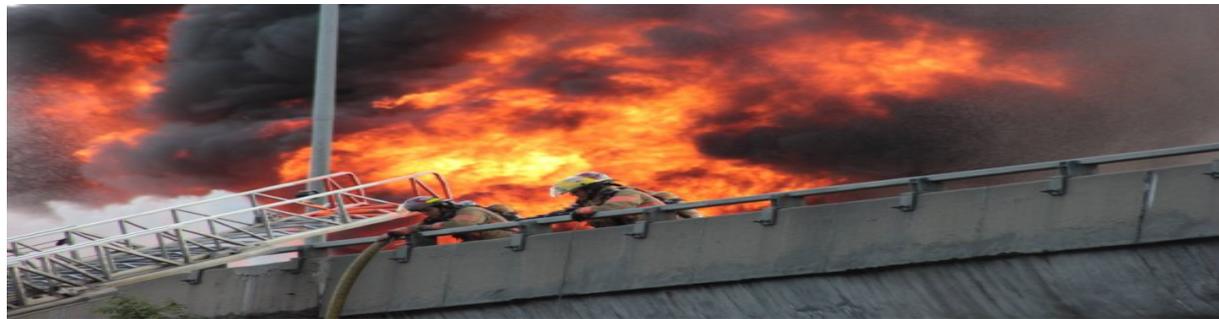
- Reviviscence;
- Évitement;
- Altération dans les croyances et l'humeur;
- Hyperactivité.



Mise en contexte

Le Service de sécurité incendie de Montréal (SIM) compte 2 360 employés pompiers aux Opérations, répartis sur quatre groupes de travail, dans un total de 67 casernes couvrant le territoire de l'agglomération de Montréal. De ce nombre, 1 725 sont certifiés premiers répondants (PR) :

- En 2017, les pompiers et pompières ont effectué plus de 131 600 interventions, dont plus de 84 800 en tant que PR;
- Une douzaine de casernes sont appelées à effectuer plus de 2 000 interventions PR par année.



Plan stratégique 2018-2021

La priorité 1 : Notre leadership mobilisateur en SST au profit de tous

Principales stratégies et actions :

- 1.3 Promouvoir l'importance d'une santé globale et développer des programmes en conséquence :
 - Développer une offre de services spécifiques en santé psychologique;
 - Collaborer avec le Centre d'étude sur le trauma, pour mieux prévenir les blessures de stress post-traumatique.

Programme intégré de prévention et de soutien pour les pompiers et pompières

Un comité de travail paritaire, composé de représentants de la Ville de Montréal et de l'Association des pompiers de Montréal (APM), a été créé afin d'analyser les problématiques et proposer des stratégies, dans le but de diminuer les risques concernant les blessures de stress post-traumatique et de mieux soutenir le personnel du SIM. Le comité a identifié **huit actions** à mettre de l'avant, c'est-à-dire :

- Assurer un suivi des interventions potentiellement traumatiques;
- Évaluer la santé psychologique des membres de la force;
- Diffuser un atelier de sensibilisation sur le stress post-traumatique;
- Établir un protocole-terrain;
- Développer les interventions post-incidents;
- Conclure une entente de services avec une équipe de psychologues spécialisés en post-trauma;
- Conclure des ententes de services avec des cliniques médicales ou des hôpitaux;
- Faire des représentations auprès de la CNESST, afin qu'une présomption de maladie professionnelle, s'applique aux blessures de stress post-traumatique chez les pompiers.



Assurer un suivi des interventions potentiellement traumatiques

Une étudiante à la maîtrise de l'Université de Montréal, a procédé à l'analyse des diverses interventions potentiellement traumatiques, auxquelles sont exposés les pompiers et pompières, des outils disponibles pour recenser ces interventions et des enjeux actuels quant à la déclaration et au suivi de ces interventions.

À la suite de ce travail, **deux nouveaux outils** ont été élaborés et implantés en février 2018 :

- Un outil de *détection des interventions potentiellement traumatiques* (complété par le PR au même moment que le rapport patient);
- Un formulaire de *déclaration des interventions potentiellement traumatiques* (complété de façon volontaire à la suite de l'intervention).

Ces outils permettront:

- Une surveillance **continue** de l'exposition **réelle** aux événements potentiellement traumatiques;
- Un registre **confidentiel** des signes précurseurs d'atteinte psychologique;
- Une meilleure traçabilité et un suivi des pompiers et des pompières exposés;
- Un portrait des besoins en matière de soutien et de prévention.



Évaluer la santé psychologique

L'évaluation de la santé psychologique des pompiers et pompières, est une étape indispensable à la mise en place de mesures appropriées, afin de venir en aide à ceux et celles dont l'état le nécessiterait.

À cette fin, le SIM a mandaté le **Centre d'étude sur le trauma** pour réaliser une étude au printemps 2018, qui permettra d'établir un portrait de la situation actuelle, à savoir : combien d'employés aux Opérations souffrent de :

- Dépression;
- Trouble de stress post-traumatique;
- Détresse psychologique;
- Anxiété;
- Trouble lié à l'usage d'alcool ou de drogue.

Plus de 400 pompiers et pompières ont participé jusqu'à maintenant.

Ces données nous permettront de mieux orienter nos efforts en matière de prévention et de soutien.



Diffuser un atelier de sensibilisation sur le stress post-traumatique

Dans une optique de prévention primaire et dans le but de promouvoir la santé psychologique et la résilience des pompiers et pompières, un atelier de sensibilisation sur le stress post-traumatique, sera diffusé à l'ensemble de nos équipes par des pairs.



L'atelier de sensibilisation permettra aux participants de :

- Reconnaître les **signes et symptômes** précurseurs d'un trouble de stress post-traumatique;
- Avoir des **outils** pour gérer et minimiser les impacts psychologiques des symptômes;
- Connaître les **services offerts** ainsi que les procédures établies au SIM.

Développer les interventions post-incidents

Premiers soins psychologiques et observation continue des réactions post-traumatiques

En partenariat avec le Centre d'étude sur le trauma, nous évaluons la possibilité d'implanter un nouveau modèle d'intervention post-incident auprès des pompiers, soit **les premiers soins psychologiques (PSP)**. Les avantages de cette approche sont :

- Préconise l'observation continue de la personne pendant le premier mois suivant l'événement traumatique;
- Peut être pratiqué par les pairs pompiers;
- Permet de repérer les personnes à risque de développer un trouble de stress post-traumatique et de les référer rapidement aux ressources appropriées.

Entente avec une équipe de psychologues spécialisés en post-trauma

D'ici l'automne 2018, sous recommandation du comité de travail, le SIM conviendra d'une entente avec une **clinique externe** pouvant offrir un soutien spécialisé en matière de post-trauma. Le Centre d'étude sur le trauma a été choisi et offre :

- L'évaluation et le traitement de pompiers et pompières présentant des signes de stress aigu, de stress post-traumatique ou de blessure de stress post-traumatique;
- Une équipe de cinq psychologues pouvant offrir un service confidentiel et spécialisé;
- Un suivi continu sur un an (jusqu'à 32 rencontres).



Ententes avec des cliniques médicales ou des hôpitaux

Il peut arriver, suite à un événement traumatique particulier, qu'un pompier ou une pompière ressente le besoin de rencontrer rapidement un médecin, afin que celui-ci puisse statuer sur son état de santé et sa capacité à poursuivre le travail.

D'ici l'automne 2018, une entente sera établie avec une clinique ou un hôpital, afin que l'employé puisse rencontrer un médecin en urgence.

Nous comptons également développer une entente avec une unité d'urgence psychiatrique (Albert-Prévost, Douglas, Louis-H. Lafontaine), afin de faciliter l'accès et la prise en charge médicale rapide, lorsque nécessaire.



Reconnaissance de présomption de maladie professionnelle

De plus en plus conscientes des risques associés au métier des premiers intervenants (pompiers, policiers, ambulanciers, etc.), **six provinces** canadiennes ont modifié leur législation sur les accidents de travail.

Ces modifications établissent qu'un TSPT diagnostiqué chez un premier intervenant, bénéficie de la présomption de lésion professionnelle.

Ceci aide les employés souffrant d'un TSPT, en allégeant le fardeau de la preuve, et accélère la réception des indemnités de remplacement de revenus.



Pour mieux comprendre les blessures de stress post-traumatique

Nous vous invitons à visionner la bande-annonce du documentaire **Héros sous le choc** diffusé à Télé-Québec en 2015, lequel présente une partie de la réalité du travail des policiers et des pompiers. Ce documentaire a été réalisé à la suite des événements survenus à la municipalité de Lac-Mégantic.

Porté par Claude Legault, **Héros sous le choc** nous offre une incursion dans les coulisses de professions auxquelles le stress est inhérent.

Lien utile:

<https://www.apsam.com/theme/sante-psychologique/stress-post-traumatique>



Questions?

Commentaires?

Merci!!

