

# CCSM 2019

6<sup>e</sup> Conférence canadienne sur la santé des médecins (CCSM)  
Du 4 au 5 octobre 2019 | St-John's, Terre-Neuve

ASSOCIATION  
MÉDICALE  
CANADIENNE



CANADIAN  
MEDICAL  
ASSOCIATION

*AAA*  
NEWFOUNDLAND AND LABRADOR  
MEDICAL ASSOCIATION

CHANGEMENT DES TENDANCES : TRANSFORMATION  
DES CULTURES ET CRÉATION D'ESPACES SÉCURITAIRES.

Création et application d'un  
programme global de soutien par  
les pairs pour les étudiants en  
médecine de l'Université  
d'Ottawa



# Kelsey Mongrain et Kay-Anne Haykal, M.D., doyenne adjointe

## **Relations avec des fournisseurs de soutien financier**

**Subvention/aide à la recherche : S.O.**

**Services de conférencières/honoraires : S.O.**

**Honoraires de consultation : S.O.**

**Brevets : S.O.**

**Autre : S.O.**

## **Divulgarion de soutien commercial**

**Ce programme a reçu un soutien financier de l'Association médicale canadienne.**

**Ce programme n'a reçu un soutien autre que financier d'aucune organisation.**

### **Possibilité de conflits d'intérêts**

Kelsey Mongrain et la D<sup>re</sup> Kay-Anne Haykal n'ont pas reçu un paiement ou une subvention d'aucune organisation en appui à ce programme. Aucun produit n'est présenté.

## Objectifs

1. Reconnaître la nécessité de prévenir, identifier et traiter les problèmes de santé mentale tôt au cours de la formation médicale.
2. Identifier les facteurs qui contribuent à la piètre recherche d'aide chez les étudiants en médecine.
3. Décrire la mise en place d'un programme de soutien par les pairs à la faculté de médecine, incluant planification, recrutement, formation et évaluation.

# Contexte

- Les étudiants entrent à la faculté de médecine avec une santé mentale relativement bonne.
- La prévalence des symptômes de dépression et des idées suicidaires est à son paroxysme durant les études en médecine, puis diminue à chaque étape de carrière.
  - 27,2 % ont obtenu un résultat positif au dépistage de la dépression.
  - 11,1 % ont rapporté avoir eu des idées suicidaires.
- Le risque accru de suicide chez les médecins pourrait être engendré à la faculté de médecine.
- Le processus de formation pourrait contribuer à la détérioration de la santé mentale chez les étudiants en médecine.

# Contexte

- Comparativement à la population générale, les étudiants en médecine sont moins susceptibles de recevoir un traitement approprié.
  - Seuls 15,7 % des étudiants ayant obtenu un résultat positif au dépistage de la dépression ont cherché à recevoir un traitement.
- Les étudiants préfèrent demander de l'aide à leur famille, à leurs amis ou à leurs pairs plutôt que de s'adresser à un professionnel de la santé ou à un membre facultaire.
- Les médecins préfèrent aussi recevoir du soutien de leurs collègues.

# Sondage

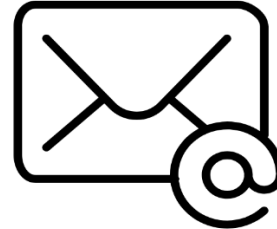
**137** MD students year 1 to 3

29% response rate

participated in the

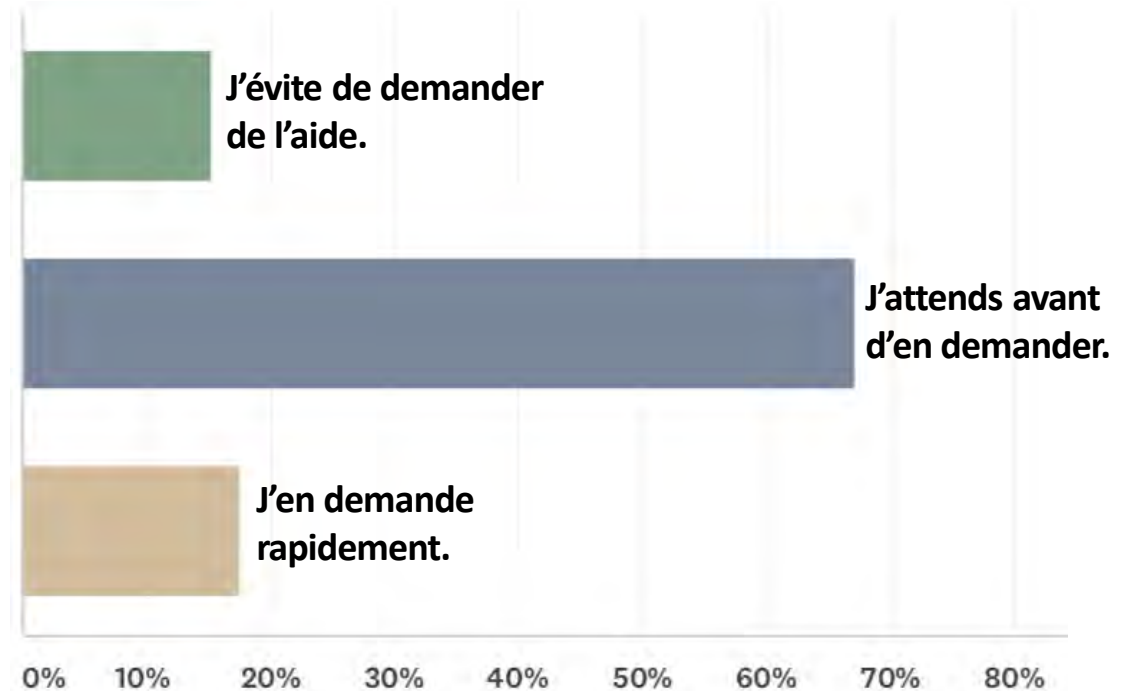
**24-QUESTIONS SURVEY**

sent via



# Demande d'aide

Lequel des énoncés suivants vous décrit le mieux en cas de détresse psychologique?



# Obstacles

Lequel ou lesquels des éléments suivants font actuellement obstacle à la demande d'aide aux services offerts par la faculté?

Sélectionnez toutes les réponses qui s'appliquent.



Banalisation de son propre stress



Peur de répercussions sur la progression de carrière



Incapacité à reconnaître sa détresse personnelle



# Préférences pour le soutien

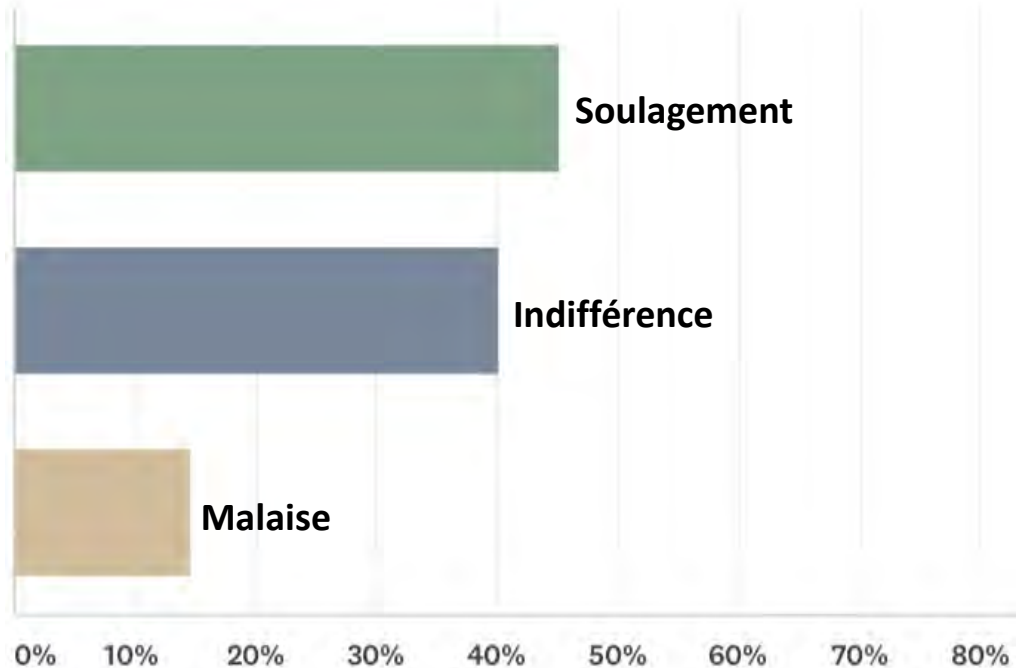
Pour chacune des catégories suivantes, quelles sont vos préférences pour demander de l'aide?

Classez les options dans l'ordre de 1 à 4.

Ordre	Santé mentale	Études	Relations	Santé physique
1	Amis	Amis	Amis	Amis
2	Famille	<b>Pairs aidants</b>	Famille	Famille
3	<b>Pairs aidants</b>	Famille	<b>Pairs aidants</b>	<b>Pairs aidants</b>
4	Services facultaires (ex : BSÉ)	Services facultaires (ex : BSÉ)	Services facultaires (ex : BSÉ)	Services facultaires (ex : BSÉ)

# Ouverture

Que ressentiriez-vous si un pair aidant vous interpelait en raison d'un changement de comportement?



# Possibilité



RÉSIDENCE



PERSONNEL

# Les faits

- Actuellement, la majorité des programmes dirigés par des pairs dans les facultés de médecine sont axés sur le tutorat.
- Les programmes dirigés par des pairs peuvent faire augmenter les initiatives de recherche d'aide chez les étudiants à l'université et au secondaire.
  - Dans les cas extrêmes de suicide, les jeunes adultes préfèrent parler avec un pair plutôt qu'avec un parent, un membre du personnel ou un intervenant.
- Programme de soutien par les pairs en médecine vétérinaire :
  - 74 % opinent qu'il contribue à la création d'un climat propice au soutien.

# Objectifs du programme



1. Améliorer la recherche d'aide;
2. Réduire la stigmatisation;
3. Interpeller les pairs qui présentent un risque de détresse d'après des changements dans leur comportement;
4. Procurer un soutien sans jugement, accessible et confidentiel, prodigué par des étudiants qui ont suivi une formation professionnelle;
5. Faciliter l'orientation des étudiants vers des ressources et services professionnels appropriés.

# Planification

- Groupe de travail composé d'étudiants de divers niveaux
- Collaboration directe avec le Bureau des services aux étudiants
- Ressources clés
  - Résultats du sondage à l'Université d'Ottawa
  - Principales recommandations des lignes directrices pour les organisations à haut risque
  - Programmes semblables



# Recrutement

Courriel de recrutement



Formulaire de demande



Entrevues de groupe



Sélection des candidats



# Formation

Septembre 2019

Septembre 2020

## Fin de semaine de formation

1. Initiation au soutien par les pairs
2. Communication et counseling de base
3. Responsabilités, limites et ressources
4. Crises et suicide
5. Scénarios typiques et pratique
6. Besoins personnels

## Séances supplémentaires

- Verbalisation
- Préoccupations
- Thèmes au choix

## Formation de rappel

- Pour les pairs aidants de l'année précédente
- Rappel des concepts fondamentaux



# Formation



## WORKSHOP 3: LIMITS, RESOURCES & RESPONSIBILITIES

### **3.1 Présentation**

*Quelles sont vos responsabilités? Quelles sont les limites de votre rôle?*

### **3.2 Activité**

*Quels changements de comportement pourriez-vous reconnaître chez un pair potentiellement en difficulté?*

### **3.3 Ressources**

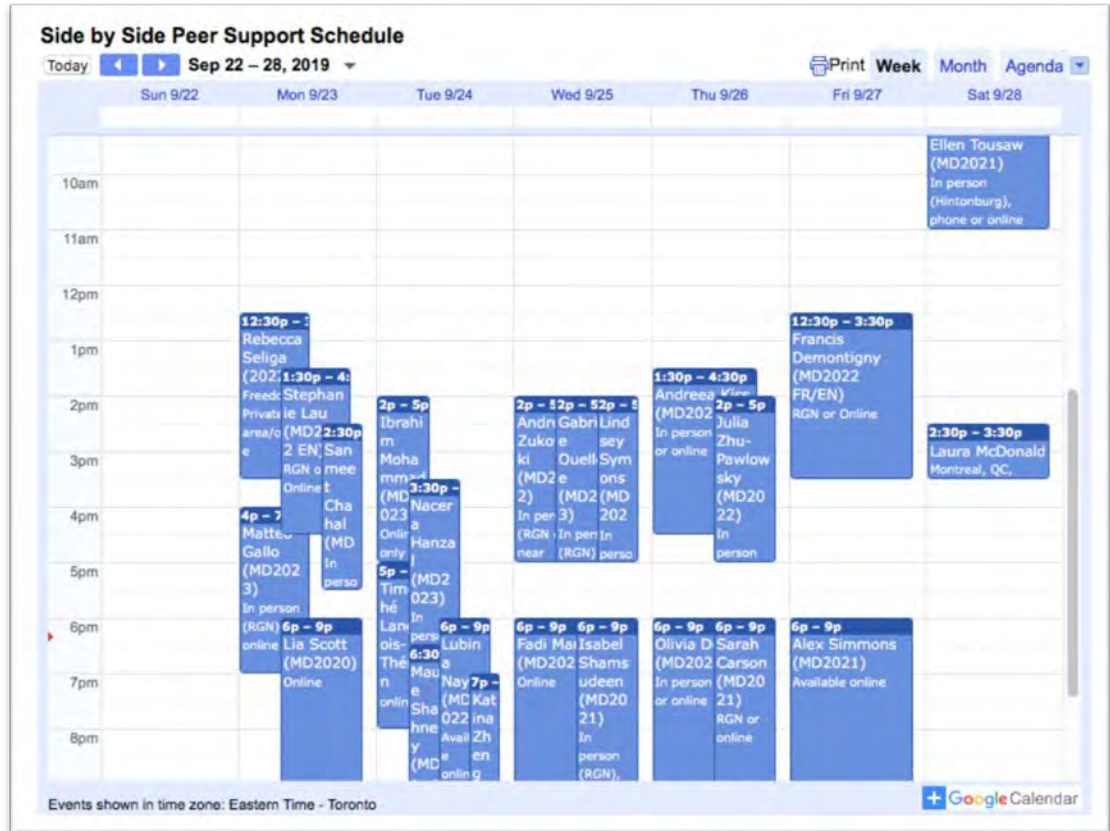
*Quelles ressources sont offertes aux étudiants?*

### **3.4 Activité intégrative**

*Vers quel service diriger cet étudiant?*

# Tâches

- Trois heures de disponibilité hebdomadaire
  - Google Agenda
  - Seulement durant des blocs précis pour les étudiants de 3<sup>e</sup> année
- Interventions informelles et proactives
  - Suivi des pairs aidants auprès des étudiants
- Connaissance des ressources



# Bien-être

- Restrictions de disponibilité
  - Maximum de 3 heures par semaine
  - Fin à 22 h, obligatoirement
- Formulaire mensuels obligatoires
  - Dépistage par un intervenant
- Accès au Bureau des services aux étudiants
- Séances de verbalisation en groupe
  - Dirigées par un intervenant

**Monthly Form for Peer Supporters**  
**Formulaire mensuel des pairs aidants**

\* 1. Name of Peer Supporter / Nom du Pair Aidant

\* 2. I am taking good care of myself (e.g. sleep, eating, exercise, social life).  
Je prends bien soin de moi (i.e. dormir, manger, activité physique, mener une vie sociale).

Yes / Oui

Sometimes / Parfois

No / Non

If "no" or "sometimes", please elaborate:  
Si "non" ou "parfois", veuillez préciser:

# Confidentialité

- Entente de confidentialité
  - Pour tous les étudiants en médecine
  - Signée en début d'année
- Contrat de pairs aidant
  - Exceptions visant la confidentialité
- Base de données anonyme
  - Entrée pour chaque interaction

**Peer Support Interaction Database**  
**Interactions de Soutien par les Pairs**

\* 1. Name of **Peer Supporter** / Nom du **Pair Aidant**

\* 2. Class of Peer / Année du Pair

MD2023

MD2022

MD2021

MD2020

\* 3. Stream of Peer / Volet du Pair

English Stream

Volet Francophone

# Conclusion

- Le programme *Side by Side* adopte une approche intégrative, proactive et préventive à la santé mentale.
- Une évaluation soigneuse du projet pilote assurera la qualité d'un programme qui répond aux besoins des étudiants.



# Références

Center, C., Davis, M., Detre, T., Ford, D.E., Hansbrough, W., Hendin, H., ... Silverman, M.M. Confronting Depression and Suicide in Physicians: A Consensus Statement. *JAMA*. 2003; vol. 289, n° 23: p. 3161-3166. <https://doi.org/10.1001/jama.289.23.3161>

Chew-Graham, C.A., Rogers, A., Yassin, N. 'I wouldn't want it on my CV or their records': Medical Students' Experiences of Help-Seeking for Mental Health Problems. *Medical Education*. 2003; vol. 37, n° 10: p. 873-880. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2923.2003.01627.x>

Creamer, M.C., Varker, T., Bisson, J., Darte, K., Greenberg, N., Lau, W., ... Forbes, D. Guidelines for Peer Support in High-Risk Organizations: An International Consensus Study Using the Delphi Method. *Journal of Traumatic Stress*. 2012; vol. 25, n° 2: p. 134-141. <https://doi.org/10.1002/jts.21685>

Dyrbye, L.N., Thomas, M.R., Power, D.V., Durning, S., Moutier, C., Massie, F.S., ... Shanafelt, T.D. Burnout and Serious Thoughts of Dropping Out of Medical School: A Multi-Institutional Study. *Academic Medicine: Journal of the Association of American Medical Colleges*. 2010; vol. 85, n° 1: p. 94-102. <https://doi.org/10.1097/ACM.0b013e3181c46aad>

Dyrbye, L.N., West, C.P., Satele, D., Boone, S., Tan, L., Sloan, J., Shanafelt, T.D. Burnout Among U.S. Medical Students, Residents, and Early Career Physicians Relative to the General U.S. Population. *Academic Medicine: Journal of the Association of American Medical Colleges*. 2014; vol. 89, n° 3: p. 443-451. <https://doi.org/10.1097/ACM.000000000000134>

Horgan, A., McCarthy, G., Sweeney, J. An Evaluation of an Online Peer Support Forum for University Students With Depressive Symptoms. *Archives of Psychiatric Nursing*. 2013; vol. 27, n° 2: p. 84-89. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2012.12.005>

Hu, Y.-Y., Fix, M. L., Hevelone, N.D., Lipsitz, S.R., Greenberg, C.C., Weissman, J.S., Shapiro, J. Physicians' Needs in Coping With Emotional Stressors: The Case for Peer Support. *Archives of Surgery (Chicago, Ill.: 1960)*. 2012; vol. 147, n° 3: p. 212-217. <https://doi.org/10.1001/archsurg.2011.312>

Moir, F., Henning, M., Hasted, C., Moyes, S.A., Elley, C.R. A Peer-Support and Mindfulness Program to Improve the Mental Health of Medical Students. *Teaching and Learning in Medicine*. 2016; vol. 28, n° 3: p. 293-302. <https://doi.org/10.1080/10401334.2016.1153475>

Moir, F., Yelder, J., Sanson, J., Chen, Y. Depression in Medical Students: Current Insights. *Advances in Medical Education and Practice*. 2018; vol. 2018, n° 9: p. 323-333. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S137384>

Rosenthal, J.M., Okie, S. White Coat, Mood Indigo – Depression in Medical School. *The New England Journal of Medicine*. 2005; vol. 353, n° 11: p. 1085-1088. <https://doi.org/10.1056/NEJMp058183>

Rotenstein, L.S., Ramos, M.A., Torre, M., Segal, J.B., Peluso, M.J., Guille, C., ... Mata, D.A. Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA*. 2016; vol. 316, n° 21: p. 2214-2236. <https://doi.org/10.1001/jama.2016.17324>

Spielman, S., Hughes, K., Rhind, S. Development, Evaluation, and Evolution of a Peer Support Program in Veterinary Medical Education. *Journal of Veterinary Medical Education*. 2015; vol. 42, n° 3: p. 176-183. <https://doi.org/10.3138/jvme.1114-115R>