

Soutenir la santé mentale des membres du personnel de la sécurité publique par des soins de santé paramédicaux

L'exposition répétée à des traumatismes au travail peut avoir un impact important sur la santé mentale des membres du personnel de la sécurité publique (PSP). Voici comment les professionnels en soins de santé ci-dessous peuvent aider au traitement et au rétablissement d'un traumatisme.

Si vous pensez souffrir d'une blessure de santé mentale liée au travail, venez me voir **immédiatement** pour entreprendre le traitement.

Médecin de première ligne

Votre médecin de famille ou un médecin généraliste, un point de départ pour un problème de santé mentale quelconque.

Un médecin de soins primaires peut :

- Diagnostiquer plusieurs états de santé mentale, y compris le trouble de stress post-traumatique (TSPT)
- Prescrire des médicaments et élaborer un plan de traitement
- Fournir un suivi continu et la gestion de cas
- Donner une recommandation vers d'autres spécialistes en soins de santé mentale, lorsqu'approprié



Vous **NE devez PAS** attendre mon diagnostic pour élaborer un plan de traitement ou pour déposer une demande d'indemnisation liée au travail !

Psychiatre

Un médecin spécialiste formé pour traiter la santé mentale, accessible seulement par une recommandation.

Un psychiatre peut :

- Offrir une seule visite, un diagnostic et un plan de traitement que votre médecin peut vous aider à gérer
- Donner des informations détaillées concernant votre diagnostic
- Faire une recommandation vers d'autres spécialistes en soins de santé mentale, lorsque nécessaire



Ergothérapeute

Un thérapeute qui aide les clients à développer les compétences nécessaires pour reprendre ses tâches quotidiennes, ses loisirs et ses activités importantes.

Accessible par recommandation ou au privé, un ergothérapeute peut :

- Offrir un traitement en dehors d'un environnement clinique, comme à la maison ou au travail
- Faciliter un retour au travail graduel, soutenu, et mené par le client, lorsque sécuritaire et approprié



Travailleurs sociaux

Un thérapeute qui aide la santé mentale et le rétablissement des clients en utilisant des soutiens émotionnels, sociaux et communautaires.

Accessibles dans un hôpital ou une clinique communautaire, par recommandation ou au privé, les travailleurs sociaux peuvent :

- Fournir du soutien spécialisé pour répondre à vos circonstances actuelles
- Mettre en contact avec des ressources supplémentaires, comme des services de logement ou des services sociaux, et des soutiens communautaires.



C'EST CORRECT de demander un prestataire de soins d'un genre en particulier ! **C'EST CORRECT** de magasiner pour trouver un prestataire pour vous ! **C'EST CORRECT** aussi de changer de programme de traitement lorsque celui-ci ne vous convient plus.



Voir la discussion



BIBLIOGRAPHIE

ICRTSP (4 juin 2025) Soutenir la santé mentale des membres du personnel de la sécurité publique par des soins de santé paramédicaux. Accessible au : <https://youtu.be/f7yOQ7fkwwl>

L'ICRTSP reconnaît avec gratitude la contribution de : Dre Nadia Aleem, Dre Megan Edgelow, Shaylee Spencer, et Dre Kimberly Bitz. Infographie préparée par Kara Vincent.