

# Les solutions de soins virtuels pour les jeunes souffrant de douleur chronique et leurs familles pendant et après la pandémie de COVID-19



La douleur est l'un des symptômes les plus fréquents chez les jeunes confrontés à des événements stressants comme la pandémie de COVID-19.

- ★ Au moins deux millions de jeunes Canadiens vivent déjà avec la douleur chronique.
- ★ Ils sont maintenant plus enclins à éprouver des difficultés de santé mentale...
- ★ ...de la douleur, des problèmes de santé mentale et toxicomanie à l'âge adulte.

Nous devons dès maintenant traiter la nouvelle douleur et la douleur préexistante pour prévenir des problèmes qui affecteront nos jeunes tout au long de leur vie.

## ✓ NOTRE OBJECTIF

Établir des recommandations en matière de soins virtuels pour les jeunes de moins de 18 ans vivant avec la douleur et leurs familles, telles que l'utilisation d'applications, de sites Web ou de thérapies par appel vidéo.

## ✓ NOTRE MÉTHODE

Notre équipe, formée de jeunes, de parents, de professionnels de la santé et de chercheurs, a réalisé une revue de littérature systématique et rapide et a relevé 16 articles scientifiques pertinents publiés au cours des dix dernières années.

## Ce que nous savons au sujet des soins virtuels pour les jeunes souffrant de douleur chronique et leurs familles :

### La mise à profit des soins virtuels

- est une stratégie acceptable, valable et efficace;
- garantit un meilleur accès aux soins (en particulier en région rurale ou éloignée);
- est une approche sous-utilisée (en particulier pour l'évaluation de symptômes et les traitements psychologiques en temps réel).

### La mise en place des soins virtuels

- doit être accessibles gratuitement avec différentes technologies (including téléphone, applications, sites Web, visioconférence)
- doit comprendre de la formation, des conditions d'utilisation et des directives pour les professionnels de la santé, les jeunes et les familles
- doit utiliser une infrastructure sécurisée (chiffrement, protection par mot de passe, accès contrôlé)
- doit être adaptés au développement
- doit être conforme aux normes éthiques en matière de soins
- doit offrir une communication transparente (thérapeute plutôt que messagerie générée par ordinateur)

### Les meilleures plateformes de soins virtuels

- doivent être conviviales et acceptables pour les jeunes et les familles
- doivent s'appuyer sur la science
- doivent impliquer les jeunes, les familles et les professionnels de la santé dans leur développement
- doivent être personnalisées ou adaptables
- doivent offrir une approche complète de la gestion de la douleur (prise en compte des dimensions pharmacologique, psychologique et physique)
- doivent utiliser des contenus multimédias (vidéos, textes, images)
- doivent être conformes aux normes d'accessibilité
- doivent intégrer le soutien par les pairs et le réseau social si nécessaire

### Comblent les lacunes en matière de soins virtuels nécessite

- des directives standardisées concernant la mise en place et l'évaluation des pratiques;
- la démonstration, à l'aide de données, de leur efficacité concernant tous les symptômes et problèmes identifiés par les jeunes et leurs familles;
- la prise en compte de leurs limites et leur pertinence pour tous les aspects des soins (par exemple, l'examen physique);
- la prise en compte de leurs effets négatifs potentiels sur la relation thérapeutique;
- des stratégies visant à accroître l'engagement;
- l'intégration aux réseaux de soins cliniques et de soins en personne et aux dossiers médicaux électroniques.



Étape suivante? Une liste exhaustive de solutions de soins virtuels sera établie dans le cadre d'une « répertoire des données et des lacunes » afin de mieux répondre aux besoins des jeunes vivant avec la douleur chronique et leurs familles, en ce qui concerne la douleur individuelle, la santé mentale et la toxicomanie.

Vous souhaitez en savoir davantage?

Veillez contacter  
Katie Birnie, PhD RPsych  
kathryn.birnie@ucalgary.ca



#PartenairesPourLaDouleur