

Santé mentale suite aux inondations: fiche pratique

Auteurs

Mélissa Généreux, MD, M.Sc., FRCPC, Université de Sherbrooke
Elsa Landaverde, M.Sc., Université de Sherbrooke
Danielle Maltais, Ph.D., Université du Québec à Chicoutimi
Philippe Gachon, Ph.D., Université du Québec à Montréal
Anne-Lise Lansard, M.A., Université de Sherbrooke

Affiliations



Cette fiche rassemble les résultats de l'Enquête nationale sur les impacts sociosanitaires des inondations de 2019. Cette étude a été financée dans le cadre du Plan d'action 2013-2020 sur les changements climatiques du gouvernement du Québec. Composée d'un volet quantitatif et d'un volet qualitatif, elle vise à documenter l'état de santé et la vulnérabilité des collectivités en lien avec les inondations printanières de 2019 afin de proposer des pistes de solution destinées aux détenteurs d'intérêt pour atténuer les impacts des prochains événements.

Objectifs:

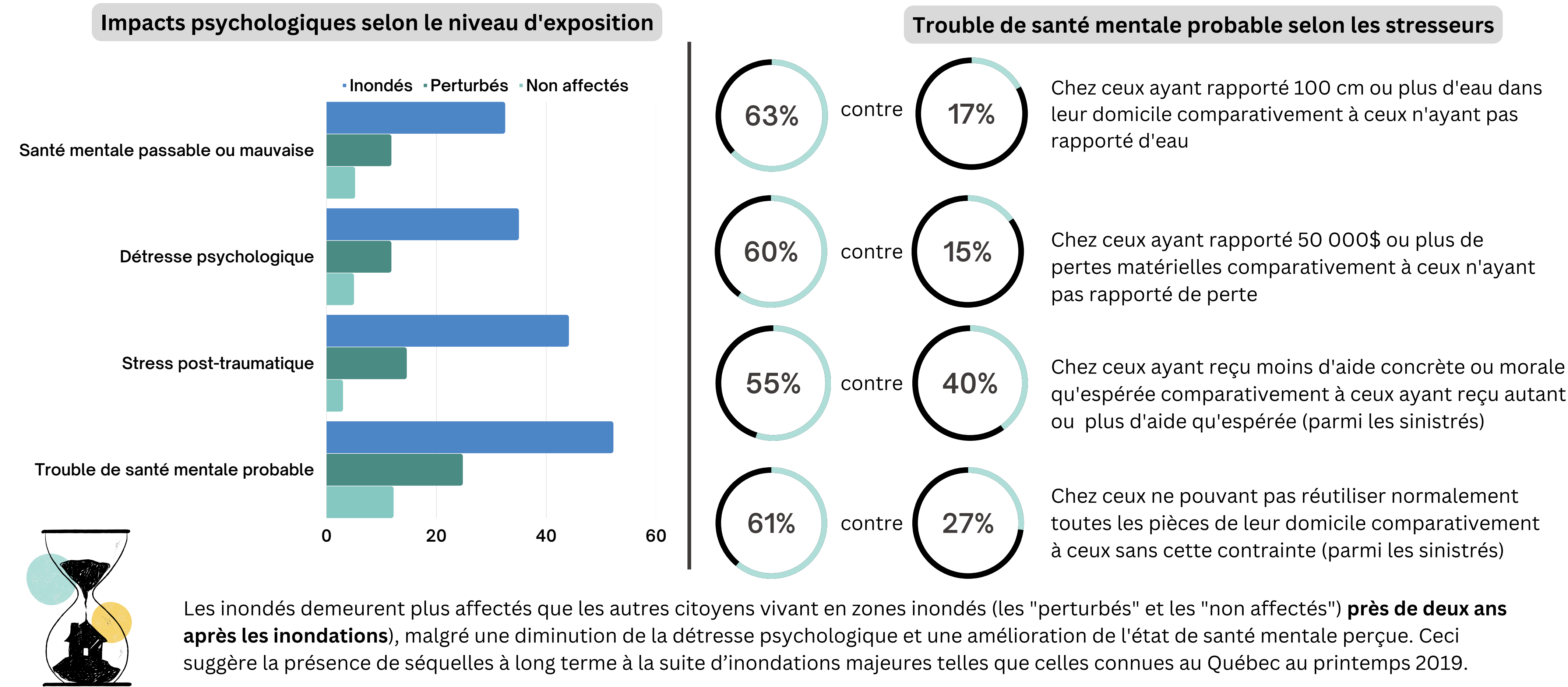
- Décrire les populations affectées par les inondations
- Documenter les conséquences des inondations sur la santé physique et psychologique selon les types d'expositions
- Identifier les facteurs de risque et de protection des problèmes de santé associés aux inondations
- Déterminer les stratégies d'intervention les plus efficaces pour soutenir la résilience

1 Revue de littérature en bref

Un lien significatif a été démontré entre les impacts des inondations et les problèmes de santé mentale, comme des manifestations dépressives, une phobie spécifique, un trouble d'anxiété généralisé, des attaques de panique ou un trouble obsessionnel-compulsif. Pour plusieurs victimes d'inondation, un état dépressif semble être toujours présent plusieurs mois après ce type de sinistre. Plusieurs chercheurs ont également démontré que les individus affectés par une inondation peuvent développer des manifestations du trouble de stress post-traumatique à la suite de cet événement. D'autres manifestations de détresse psychologique peuvent perdurer à la suite d'inondations, telles qu'une grande fatigue émotionnelle, des déficiences fonctionnelles, un manque de concentration, un sentiment d'impuissance, un bien-être émotionnel significativement moins élevé et du mécontentement. Les stressseurs primaires (p. ex. la sévérité des inondations et l'étendue des dégâts) sont les principaux facteurs pouvant provoquer des problèmes de santé mentale chez les adultes. Les stressseurs secondaires (p.ex. difficultés financières à la suite du sinistre) peuvent également nuire à la santé mentale des sinistrés, tant sur le court que le plus long terme. Certains groupes, comme les personnes âgées, les personnes avec un handicap, les enfants, les femmes, les minorités ethniques, les personnes à faible revenu et les individus ayant des problématiques de santé mentale préexistantes, seraient plus vulnérables à ces effets.

2 Résultats - volet quantitatif

Au Québec, chez les personnes vivant en zones inondées, les sinistrés sont nombreux à avoir subi des problèmes de santé mentale **près d'un an après les inondations**. Divers stressseurs primaires et secondaires liés aux inondations semblent être associés à un risque psychologique accru chez les sinistrés.



3 Résultats - volet qualitatif

Selon les intervenants

Sentiments et réactions des sinistrés

Lors de la préparation (avant les inondations):

- Mise en action et préparation
- Dénî
- Résignation

Lors de l'intervention (pendant les inondations):

- Colère et déception face aux services
- Réticence à utiliser les services psychosociaux
- Épuisement, détresse, impuissance, tristesse, colère, désespoir
- Adrénaline, inquiétude, préoccupation envers les besoins primaires

Lors du rétablissement (après les inondations):

- Découragement, résignation, prise de conscience
- Angoisse pour le futur
- Incertitude, stress
- Colère, frustration

Selon les sinistrés

Impacts négatifs sur la santé mentale

- Anxiété
- Dépression
- Stress post-traumatique
- Difficulté à fonctionner

Impacts négatifs sur sa vie personnelle

- Perte de confiance envers les humains
- Perte de son énergie, de sa « drive »
- Conflits au sein du couple, séparations
- Effritement des liens avec ses voisins
- Pause temporaire à ses activités professionnelles
- Avancement de sa retraite

Stresseurs ayant des impacts sur la santé mentale :

- Relocalisation
- Processus d'indemnisation
- Pertes matérielles
- Problèmes financiers
- Travaux à réaliser



Références

1- Généreux, M., Landaverde E, Maltais, D. (2022). Impacts sociosanitaires des inondations printanières de 2019. Dans : Buffin-Bélanger T., Maltais, D., Gauthier, M.) Les inondations au Québec. Presses de l'Université du Québec.
2- Lansard A.L., Maltais, D., Généreux, M. (2021). Les stratégies d'intervention déployées lors des inondations de 2019 : le point de vue d'intervenants de première et de deuxième lignes sur leur vécu et les avenues prometteuses : Rapport synthèse. GRIR-UQAC.
3-Maltais, D., Gilbert, S., Généreux, M. (2022). Les conséquences à court, à moyen et à long terme des inondations sur la santé globale des adultes exposées à des inondations : résultats d'une recension des écrits. Dans : Buffin-Bélanger T., Maltais, D., Gauthier, M.) Les inondations au Québec. Presses de l'Université du Québec.