



# Favoriser le mieux-être dans un monde interconnecté

Recommandations pour **créer des solutions numériques équitables** dans le secteur de la santé mentale et de la toxicomanie chez les jeunes



## **Reconnaissance territoriale**

Cadre tient à souligner que ses bureaux, situés à Ottawa, se trouvent sur le territoire non cédé de la nation algonquine Anishinabe, dont la présence ici remonte à des temps immémoriaux. Nous souhaitons reconnaître les contributions des Premières nations, des Métis, des Inuits et d'autres peuples autochtones, qui ont contribué à façonner et à renforcer cette collectivité en particulier, ainsi que notre province et notre pays dans leur ensemble.

Nous reconnaissons également les façons dont les concepts du monde numérique ont eu un impact unique sur les communautés autochtones partout au Canada. La fracture numérique a empêché les jeunes de développer des compétences numériques essentielles pour faire face aux réalités du monde en ligne. Le colonialisme et le racisme systémique ont en outre empêché les communautés autochtones d'entrer dans cette « nouvelle » économie numérique. En utilisant l'optique de l'équité en matière de santé, les présentes recommandations envisagent des solutions pour remédier à ces disparités systématiques.



# Contenu

02

Introduction

04

**Recommandation n° 1**

*Établir un cadre national pour les solutions de nouvelle génération*

06

**Recommandation n° 2**

*Établir des normes de participation des jeunes pour les solutions de nouvelle génération*

07

**Recommandation n° 3**

*Considérations relatives au financement*

09

**Perspectives d'avenir**

*Conclusion et ressources supplémentaires*

10

À propos de Cadre

11

Références

# Introduction

En novembre 2023, Cadre a organisé son troisième événement de la série Connaissances, intitulé « Le mieux-être dans un monde interconnecté », qui a réuni plus de 150 intervenants de partout au Canada pour discuter des subtilités du monde numérique et de son incidence sur le bien-être des jeunes.

Pendant deux jours, les participants ont exploré des sujets tels que les soins virtuels et les services de santé mentale en ligne, l'utilisation de l'intelligence artificielle dans les soins et la recherche en santé mentale, les conséquences de la fracture numérique sur les jeunes autochtones, l'importance de la littératie médiatique et les préoccupations éthiques dans les environnements en ligne. Des discussions en petits groupes ont également permis de partager des idées et de réfléchir à des solutions sur la manière dont nous pouvons aider les jeunes à naviguer dans un monde numérique qui évolue rapidement.

Les recommandations du présent document s'appuient sur le contenu compilé de l'événement. Nous espérons que ces recommandations serviront à la prise de décision, à l'élaboration de politiques et de programmes, à la mobilisation des connaissances et à la recherche dans le secteur de la santé mentale et de la toxicomanie chez les jeunes (SMTJ).

[En savoir plus](#)

[Diffusion du jour 1](#)

[Diffusion du jour 2](#)

## Remerciements

Nous aimerions remercier tous ceux qui ont participé à la série Connaissances en 2023, ainsi que les conférenciers : l'honorable Ya'ara Saks, Nicole Luke, Stacie Smith, Sonia Kumar, Kaydi Hayden, Jessica Noakes, Matthew Reeson, Elizabeth Cawley, Alisa Simon, Yuri Quintana, Zach Kaminsky, Ary Maharaj, Shirley R. Steinberg, Raffela Mancuso, Krista Benes, Shannon Thom, Nathalie Blanchet et Jarret Lehman.

## Définition des solutions numériques

Dans le cadre des présentes recommandations politiques, les solutions numériques sont définies comme des processus de soins de santé mentale, y compris des soins psychiatriques, comportementaux ou de santé, qui sont offerts à distance à l'aide de la technologie dans le but de gérer sa santé (Evans et coll., 2023; Hilty et coll., 2020; CSMC, sans date). Ces services peuvent inclure ou non l'intégration de processus d'intelligence artificielle ou d'apprentissage automatique.



*« Lorsque nous examinons les espaces en ligne pour les jeunes, nous devons adopter une approche compatissante et fondée sur des données probantes. Nous devons comprendre les besoins individuels tout en tirant parti de la technologie pour améliorer la santé mentale ou la toxicomanie. C'est un travail que nous devons faire ensemble, et **Cadre a déjà fait un excellent travail en adoptant une approche connectée et efficace pour unir le secteur de la santé mentale et de la toxicomanie chez les jeunes partout au Canada.** »*

---

**L'honorable Ya'ara Saks**

Ministre de la Santé mentale  
et des Dépendances et  
ministre associée de la Santé

## RECOMMANDATION N° 1

### Établir un cadre national pour la mise en œuvre de solutions numériques de nouvelle génération pour les services de santé mentale et de toxicomanie chez les jeunes (SMTJ).

**01** Il faut établir **un cadre national de politique de santé numérique** pour aider à guider le système de santé en apprentissage du Canada dans la conception, la mise en œuvre, l'évaluation, la durabilité et les effets des solutions numériques sur le système de santé (Centre for Digital Health Evaluation [Centre d'évaluation de la santé numérique], sans date).

**Stratégie réalisable :** Tirer parti des meilleures pratiques internationales peut permettre l'instauration d'un système et d'une vision pancanadiens solides en matière de soins de santé en ligne (Groupe de travail sur l'accès équitable aux soins virtuel, 2021). Par conséquent, on recommande d'élaborer ce cadre politique conformément à la stratégie mondiale sur la santé numérique de l'Organisation mondiale de la Santé (2021) afin de garantir la collecte appropriée des données des patients par le biais de cadres juridiques et éthiques (p. 22).

**02** L'utilisation de l'IA exige un engagement en matière de transparence, de sécurité et d'éthique pour le développement, la mise en œuvre, la maintenance et l'évaluation des processus d'IA. **La sécurité doit primer sur la fonctionnalité et la collecte de données pour garantir l'intégration responsable de l'IA dans notre système de santé en apprentissage.**

**Stratégie réalisable :** L'utilisation d'ensembles de données plus petits et contrôlés peut contribuer à atténuer la production de discours nuisibles ou de désinformation dans le développement de l'IA (Zamani et coll., 2023). La collaboration d'organisations et des collectivités qu'elles servent pour créer de petits ensembles de données de formation à l'IA, qui peuvent ensuite être utilisés pour affiner les grands modèles linguistiques existants, offre à notre secteur une stratégie rentable pour parvenir à ce résultat. Cette collaboration profite au secteur en étendant et en partageant les ressources pour la création de vastes ensembles de données et en augmentant la capacité de mise en œuvre de l'apprentissage automatique.



*« Je veux que, à titre de professionnels dans le domaine de la santé mentale des jeunes, nous considérions comme principale priorité la question suivante : quelle est la quantité minimale de renseignements que je peux collecter pour fournir le service? **Comment pouvons-nous recueillir le minimum de renseignements viables à ce moment-là pour être aussi efficaces que possible, tout en sachant qu'au fil du temps, nous pourrions recueillir davantage de données dont nous aurons besoin auprès des personnes qui souhaitent utiliser notre service?** »*

— **Ary Maharaj**, National Eating Disorder Information Centre  
(Centre national d'information sur les troubles alimentaires)


## 03

Le Canada doit mettre en œuvre des normes complètes pour garantir l'inclusion de mécanismes permettant d'expliquer la prise de décision algorithmique dans les systèmes technologiques afin de minimiser les risques et de prévenir les pièges courants en matière de conception, de mise en œuvre, d'évaluation et de maintenance.

Les systèmes d'aide à la décision clinique ont fait beaucoup de chemin depuis leurs débuts dans les années 1980 : ils permettent d'améliorer la sécurité des patients lors de l'administration de médicaments, l'adhésion des cliniciens aux nouvelles directives de pratique, ainsi que la manière dont les plans de prise en charge et les dossiers des patients sont suivis et documentés. Toutefois, il est important de noter que des facteurs tels que la mauvaise qualité des données, la perte de qualifications de prestataires de soins de santé par le recours à la technologie, le manque de maintenance des systèmes et des contenus, et la viabilité financière peuvent avoir un effet sur l'efficacité de ces systèmes (Sutton et coll., 2020). Il est clair que les progrès de l'IA et de la communication entre les dossiers médicaux électroniques et d'autres systèmes d'information peuvent favoriser des processus de prise de décision clinique plus efficaces. Pourtant, il est essentiel de reconnaître les limites inhérentes aux systèmes d'IA pour ce qui est de fournir des explications sur leurs décisions algorithmiques, ainsi que les risques que cela pose.

### Comment la littératie médiatique s'inscrit-elle dans les recommandations?

Lorsque nous parlons de littératie médiatique, cela regroupe souvent un ensemble de compétences : l'examen critique, l'évaluation et l'interprétation des médias de masse afin de déterminer l'exactitude ou la crédibilité de leur contenu. La recherche suggère toutefois que les processus de conception participative centrés sur l'humain, qui impliquent des personnes ayant une expertise vécue et vivante dans le codéveloppement de solutions numériques, vont au-delà du développement de cette compétence particulière. **Les processus de coconception participative permettent d'avoir un effet positif sur la littératie numérique et la littératie en santé mentale d'une personne.** De plus, on a constaté qu'ils renforçaient la confiance d'une personne dans sa prise de décision concernant les options de traitement, tout en la sensibilisant aux différents types de soins à sa disposition (Evans et coll., 2023).



« La prestation de services numériques devrait être supervisée par des organismes de réglementation et obéir à des normes éthiques très strictes, sans toutefois empêcher les petits projets novateurs de prospérer. Au fur et à mesure que nous élaborons ces normes, nous devons faire très attention à ce qu'elles n'étouffent pas l'innovation. »

—  
**Sonia Kumar**  
BodyPeace

## RECOMMANDATION N° 2

### Faire de l'engagement des jeunes dans la conception, la mise en œuvre et l'amélioration de la qualité des solutions de nouvelle génération pour la SMTJ, une norme de prestation de soins

**01** Les solutions numériques créées pour les jeunes doivent être conçues avec eux. Pour s'assurer que les voix et les expériences des jeunes sont au cœur du processus de développement et de suivi, le secteur canadien de la SMTJ doit adopter des politiques qui exigent un engagement concret de l'expertise vécue à tous les niveaux du processus de prise de décision.

Les solutions numériques créées pour les jeunes doivent être conçues avec eux. Pour s'assurer que les voix et les expériences des jeunes sont au cœur du processus de développement et de suivi, le secteur canadien de la SMTJ doit adopter des politiques qui exigent un engagement concret de l'expertise vécue à tous les niveaux du processus de prise de décision.

**Stratégie réalisable :** Les conseils consultatifs de la jeunesse sont un mécanisme que le gouvernement et les initiatives financées par des donateurs peuvent mettre à profit pour impliquer les jeunes de manière constructive. Ces conseils consultatifs devraient inclure une représentation diversifiée de l'expertise vécue, y compris des identités méritant l'équité, ainsi que des mécanismes de retour d'information pour favoriser l'amélioration continue de la qualité. En sollicitant activement les jeunes dans ces processus de coconception, les solutions numériques et les politiques qui les soutiennent peuvent mieux refléter leurs besoins, leurs préférences et leurs expériences de vie.

**02** Les politiques doivent tenir compte des incidences potentielles sur l'équité en matière de santé ainsi que des disparités sanitaires amplifiées par le passage généralisé aux services virtuels en matière de SMTJ.

**Stratégie réalisable :** La recherche future devrait privilégier le développement et la compréhension des stratégies qui garantissent que les solutions numériques sont accessibles et faciles à utiliser, en particulier en ce qui concerne la littératie des médias. La recherche devrait également refléter les conséquences d'un accès inadéquat à la technologie ou à un espace sûr et privé pour utiliser la technologie à la maison. Par ailleurs, les travaux futurs dans ce domaine devraient évaluer de manière approfondie et systématique la façon dont les solutions numériques, élaborées dans le cadre de processus de coconception pertinents avec des experts expérimentés, influent sur l'équité en matière de santé. Cette évaluation est cruciale pour la réussite et la transposition à plus grande échelle des projets pilotes en matière de santé numérique.



### RECOMMANDATION N° 3

Accorder la priorité au financement de solutions numériques qui constituent des substituts nécessaires aux services d'assistance en personne en matière de SMTJ.

**01** Pour que les interventions numériques soient reconnues comme des substituts essentiels aux services classiques et en personne en matière de SMTJ, il faut accorder la priorité au **financement durable du développement, de la mise en œuvre et de l'entretien des technologies.**

Les fonds alloués devraient également soutenir la recherche, les activités de mobilisation des connaissances, les programmes pilotes et l'extension des interventions numériques réussies. Les mécanismes de financement doivent pouvoir s'adapter à l'évolution du contexte technologique et des interventions sanitaires. Cette souplesse est essentielle pour favoriser la croissance du secteur et la capacité de s'adapter à l'évolution des besoins des jeunes. Si elle est appliquée de manière adéquate, cette approche politique permettra d'élargir l'accès aux services et d'améliorer les résultats.

**02** Le financement doit témoigner de la volonté de surmonter efficacement les obstacles aux soins fréquents au Canada, tels que l'accessibilité et le manque de services culturellement sûrs et compétents.

Selon l'Institut canadien d'information sur la santé (2022), plus de la moitié des jeunes Canadiens qui ont eu recours à des services de santé mentale au cours des six derniers mois ont déclaré avoir eu des difficultés à y accéder. Des facteurs tels que de longs temps d'attente, des disparités géographiques dans les services, un manque d'intégration et des problèmes au sein du système de soins de santé primaires y contribuent (Moroz et coll., 2020; Murray & Knudson, 2023). Les solutions numériques constituent une option prometteuse dans le cadre du continuum des services de proximité à la personne, en particulier pour les communautés rurales et isolées.

**03** Les approches visant l'équité en matière de santé sont à la fois un processus et un résultat, et **nous devons aller au-delà des facteurs individuels liés à l'équité en matière de santé pour considérer le système de santé comme un déterminant social de la santé** (Crawford et Serhal, 2020).

**Stratégie réalisable :** Des efforts de collaboration et un financement durable entre le gouvernement canadien, le secteur privé et les prestataires de services peuvent soutenir l'élaboration et la mise en œuvre de politiques qui prennent en compte les questions d'équité en matière de santé et garantissent une prestation de services équitable. Les politiques devraient tenir compte de l'importance d'un accès fiable et abordable à l'internet en tant que déterminant social de la santé, afin de construire une société plus inclusive, plus connectée et plus saine.



« Le concept de droits de la personne numériques est un concept nouveau, mais de plus en plus important à mesure que notre monde devient de plus en plus centré sur la technologie numérique. Il devient de plus en plus difficile de se déplacer dans le monde sans avoir accès à l'internet. Je pense que ce problème d'accès se manifeste de manières inattendues. »

—  
**Shannon Thom**

Experte de la jeunesse et  
pionnière de Cadre



« Nous savons que notre système de santé mentale ne répond pas aux besoins des jeunes. Mais nous ne pouvons pas nous contenter de dire “ça ne fonctionne pas”. En réalité, les jeunes s'attendent à ce que notre technologie suive l'évolution de ce qu'ils utilisent dans leur vie quotidienne, y compris les outils qui font appel à l'IA. Des mécanismes de sécurité sont essentiels et doivent être au centre des services à la jeunesse, mais il existe un potentiel énorme pour nous permettre non seulement de servir plus de jeunes, mais aussi de les servir plus rapidement et de renforcer notre première ligne.

—  
**Alisa Simon**

Jeunesse, J'écoute  
(Kids Help Phone)



## Perspectives d'avenir

En établissant une approche unifiée, le secteur de la SMTJ du Canada peut assurer la cohérence, la sécurité et l'efficacité de l'offre de technologies dans des régions et des contextes divers. Un investissement et une collaboration soutenus avec les parties prenantes, y compris les experts en matière de consommation de substances et de santé mentale chez les jeunes, les développeurs de technologies, les organismes de réglementation et, surtout, les jeunes, sont essentiels à la réussite de ce cadre.



## Ressources



### Cadres

- [Cadre d'évaluation des applications du Homewood Research Institute](#)
- [Cadre d'équité en matière de santé numérique de l'ACSM](#)
- [Évaluation et amélioration des services de santé mentale en ligne : Un cadre directeur pour l'évaluation des services de santé mentale en ligne](#)
- [Cadre pancanadien d'évaluation numérique de la santé du Centre d'évaluation numérique de la santé](#)



### Outils

- [Soins par étapes 2.0](#)
- [MIRA : l'assistant virtuel en santé mentale](#)
- [OUTIL de l'Institut Tamarack | Communauté de pratique](#)
- [Trousse d'outils de la Commission de la santé mentale du Canada pour la mise en œuvre de soins en ligne en santé mentale](#)
- [Un programme préventif en ligne pour la santé mentale à l'intention des jeunes \(POMHPY\)](#)
- [Le camp technologique des jeunes ambassadeurs Anishinaabek](#)

## À propos de Cadre

Cadre est un réseau de plus de 400 organisations membres partout au Canada, qui s'efforcent de collaborer, de créer des liens et d'accroître l'efficacité d'un système de santé mentale et de traitement de la toxicomanie chez les jeunes qui manque de ressources et de services. Notre travail est également influencé par plus de 300 experts qui se définissent comme des jeunes, des soignants et des défenseurs.

Cadre est la seule passerelle nationale fiable au Canada qui rassemble connaissances, données probantes et parties prenantes dans le secteur de la santé mentale et de la toxicomanie chez les jeunes. Nous sommes motivés par la nécessité d'améliorer les résultats pour les jeunes, leurs aidants et les collectivités. Nous y parvenons en donnant au système les moyens d'accéder aux meilleures données probantes, de les mettre en œuvre et d'en évaluer les effets dans leur contexte particulier.

Notre travail est fermement ancré dans la justice sociale et s'appuie sur les questions complexes et transversales qui ont une incidence sur le mieux-être mental des jeunes, de leurs familles et des collectivités d'aujourd'hui. Nous comprenons que les meilleures données probantes mises en œuvre dans le mauvais contexte ou dans de mauvaises circonstances échoueront et nous essayons de soutenir le système afin d'éviter de telles inefficacités.

En savoir plus sur l'impact de Cadre



Communiquez avec nous

[frayme.info@theroyal.ca](mailto:frayme.info@theroyal.ca)

[frayme.ca](http://frayme.ca)

Instagram

LinkedIn

X (Twitter)

## Références

Andersson, E. (2022). More than half of young Canadians who sought mental health services said they weren't easy to access. *The Globe and Mail*.

<https://www.theglobeandmail.com/canada/article-more-than-half-of-young-canadians-who-sought-mental-health-services/>

Canadian Institute for Health Information. (2022). *More than half of young Canadians who sought mental health services said they weren't easy to access*. Canadian Institute for Health Information. <https://www.cihi.ca/en/news/more-than-half-of-young-canadians-who-sought-mental-health-services-said-they-werent-easy-to>

Centre for Digital Health Evaluation. (n.d.). Pan-Canadian Digital Health Evaluation Framework. Centre for Digital Health Evaluation. <https://cndhe.womenscollegehospital.ca/>

Crawford, A. & Serhal, E. (2020). Digital health equity and COVID-19: The innovation curse cannot reinforce the social gradient of health. *JMIR Publications*, 22(6).

<https://doi.org/10.2196/19361>

Evans, L., Evans, J., Pagliari, C. & Källander, K. (2023). Scoping review: exploring the equity impact of current digital health design practices. *Oxford Open Digital Health*, 1.

<https://doi.org/10.1093/oodh/oqad006>

Hawke, L. D., Sheikhan, N. Y., MacCon, K. & Henderson, J. (2021). Going virtual: Youth attitudes toward and experiences of virtual mental health and substance use services during the COVID-19 pandemic. *BMC Health Services Research*, 21. <https://doi.org/10.1186/s12913-021-06321-7>

Hilty, D. M., Gentry, M. T., McKean, A. J., Cowan, K. E., Lim, R. F. & Lu, F. G. (2020). Telehealth for rural diverse populations: Telebehavioural and cultural competencies, clinical outcomes and administrative approaches. *Mhealth*, 6(20). <https://doi.org/10.21037%2Fmhealth.2019.10.04>

Jones, R. B., Stallard, P., Agha, S. S., Rice, S., Werner-Seidler, A., Stasiak, K., Khan, J., Simpson, S. A., Alvarez-Jimenez, M., Rice, F., Evans, E. & Merry, S. (2020). Practitioner review: Co-design of digital mental health technologies with children and young people. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(8), 928-940. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13258>

Kemp, J., Chorney, J., Kassam, I., MacDonald, J., MacDonald, T., Wozney, L. & Strudwick, G. (2021). Learning about the current state of digital mental health interventions for Canadian youth to inform future decision-making: Mixed methods study. *JMIR Publications*, 23(10).

<https://doi.org/10.2196/30491>

Lal, S., Siafa, L., Lee, H. & Adair, C. (2021). Priority given to technology in government-based mental health and addictions vision and strategy documents: Systematic policy review. *JMIR Publications*, 23(5). <https://doi.org/10.2196/25547>

Mental Health Commission of Canada. (n.d.). e-Mental health. Mental Health Commission of Canada. <https://mentalhealthcommission.ca/what-we-do/e-mental-health/>

Moroz, N., Moroz, I. & Slovinec, M. (2020). Mental health services in Canada: Barriers and cost-effective solutions to increase access. *Sage Journals*, 33(6).  
<https://doi.org/10.1177/0840470420933911>

Murray, J. K. & Knudson, S. (2023). Mental health treatment and access for emerging adults in Canada: A systematic review. *Frontiers in Public Health*, 11.  
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1088999>

Noble, J. M., Zamani, A., Gharatt, M., Merrick, D., Maeda, N., Lambe Foster, A., Nikolaidis, I., Goud, R., Stroulia, E., Agyapong, V. I. O., Greenshaw, A. J., Lambert, S., Gallson, D., Porter, K., Turner, D. & Zaiane, O. (2022). Developing, implementing, and evaluating an artificial intelligence-guided mental health resource navigation chatbot for health care workers and their families during and following the COVID-19 pandemic: Protocol for cross-sectional study. *JMIT Publications*, 11(7). <https://doi.org/10.2196/33717>

Sutton, R. T., Pincock, D., Baumgart, D. C., Sadowski, D. C., Fedorak, R. N. & Kroeker, K. I. (2020). An overview of clinical decision support systems: Benefits, risks and strategies for success. *npj Digital Medicine*, 3. <https://doi.org/10.1038/s41746-020-0221-y>

Task Team on Equitable Access to Virtual Care. (2021). Enhancing equitable access to virtual care in Canada: Principle-based recommendations for equity. Government of Canada. <https://www.canada.ca/en/health-canada/corporate/transparency/health-agreements/bilateral-agreement-pan-canadian-virtual-care-priorities-covid-19/enhancing-access-principle-based-recommendations-equity.html#a7>

World Health Organization. (2021). *Global strategy on digital health 2020-2025*. WHO. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/344249/9789240020924-eng.pdf>

Zamani, A., Reeson, M., Marshall, T., Gharaat, M. A., Lambe Foster, A., Noble, J. & Zaine, O. R. (2023). Intent and Entity Detection with Data Augmentation for a Mental Health Virtual Assistant Chatbot. *Proceedings of ACM International Conference on Intelligent Virtual Agents*.  
<https://doi.org/10.1145/3570945.3607324>