



**GROUPE
DES CINQ
CRISM**

UNE COLLABORATION EN MATIÈRE DE RECHERCHE ET D'INNOVATION DANS LE DOMAINE DE LA SANTÉ MENTALE DES MILITAIRES, DES VÉTÉRAN(E)S ET DE LEURS PROCHES

Résumé vulgarisé

LA CRISE EN UKRAINE : LES COMBATTANTS CIVILS ET LE BIEN-ÊTRE MENTAL

L'ENJEU

Alors que le conflit entre la Russie et l'Ukraine est en cours depuis 2014, il y a eu une escalade considérable en 2022 quand la Russie a envahi l'Ukraine. De nombreux civils ont pris les armes et ont rejoint les militaires, ou se sont portés volontaires comme combattants civils. Les civils affectés par la guerre encourent un risque élevé de problèmes de santé mentale tel que le trouble de stress post-traumatique (TSPT), l'anxiété et la dépression. Avec la poursuite du conflit et sans fin en vue, de nombreux civils vivent des répercussions à long terme sur leur santé mentale.

POURQUOI ÇA COMPTE

Selon des sondages menés par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les répercussions de ce conflit sur la santé mentale se feront sentir longtemps. Le rétablissement d'un TSPT dans un contexte de guerre et de déplacement est particulièrement lent. L'évidence pointe vers les besoins de maintenir le bien-être mental des militaires, en particulier les nouvelles recrues et les civils.

CE QUE NOUS AVONS TROUVÉ

La défense de leur pays peut stimuler les combattants civils

En prenant les armes pour l'Ukraine, les civils peuvent ressentir une forte raison d'être qui peut jouer un rôle dans la protection de leur santé mentale. Il est aussi possible qu'ils soient à plus haut risque de conséquences psychologiques négatives.

Les civils dans des rôles de combat peuvent se sentir mal préparés

Lorsque les civils sont appelés rapidement à jouer un rôle au combat, avec ou sans entraînement, ils n'ont souvent pas les outils pour protéger leur santé mentale face aux traumatismes. Ils ne se sentent pas préparés. Ils sont plus vulnérables au stress et ils pourraient avoir le sentiment qu'ils ne sont pas à la hauteur.

Le service militaire peut être inapproprié pour les combattants civils

Lorsque les civils se joignent à un effort de guerre, ils ne sont pas évalués pour déterminer si le service militaire est approprié pour eux, ce qui peut augmenter le risque de problèmes de santé mentale.

Les nouvelles recrues peuvent se sentir isolées

La cohésion d'unité peut protéger les soldats contre le TSPT. Les recrues civiles pourraient ne pas avoir le même sentiment d'appartenance et de connexion que les militaires de longue date.

Le groupe de collaboration et d'innovation du Groupe des cinq en matière de recherche en santé mentale réunit des leaders d'opinion provenant de l'Australie, du Canada, de la Nouvelle-Zélande, du Royaume-Uni et des États-Unis. Ces experts effectuent des recherches et conseillent les gouvernements et autres parties intéressées tels que les responsables des politiques, les praticiens et les scientifiques sur les enjeux de santé mentale. Notre objectif commun est d'améliorer les résultats en matière de santé mentale pour le personnel militaire actif et retraité et leurs proches.

Les civils ne sont peut-être pas prêts à gérer les exigences provenant d'un conflit armé

Les intervenants d'urgence professionnels sont moins à risque de développer un TSPT alors que les combattants civils sans expérience en situations très stressantes ou comportant des enjeux importants sont à plus grand risque de souffrir de problèmes de santé mentale.

La distanciation des réseaux sociaux augmente le risque de problèmes de santé mentale

Plusieurs Ukrainiens ont fui le pays. Celles et ceux qui sont restés pour combattre sont souvent séparés de leur famille et de leur réseau social ce qui les met à plus grand risque de souffrances psychologiques. La connexité sociale peut offrir une certaine protection contre les effets du stress.

MESSAGES CLÉS

- **Trouver des façons de connecter les personnes en Ukraine avec leurs proches et amis.** La connexité sociale fournit un amortisseur contre les répercussions du stress et des traumatismes. Les autorités devraient faire tous les efforts nécessaires pour connecter les proches à l'intérieur et à l'extérieur de l'Ukraine.
- **Planifier pour les demandes accrues en santé mentale qui proviennent d'une crise prolongée ou d'une insurrection.** Les experts militaires en santé mentale devraient collaborer avec leurs collègues ukrainiens pour faire face aux défis futurs en santé mentale. Les combattants civils sont particulièrement à risque.
- **Utiliser les programmes fondés sur des données probantes pour de meilleurs résultats en matière de santé mentale d'après-guerre.** L'après-guerre sera ressenti longuement. Les interventions précoces qui enseignent des stratégies d'adaptation à la vie après le combat sont nécessaires.

Ceci est un résumé vulgarisé de « *Addressing the mental health needs of civilian combatants in Ukraine.* »

Publication : 16 mars, 2022 | [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00097-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00097-9)

Auteurs : Richard A. Bryant, David Pedlar, Paula P. Schnurr