



NOTE D'ORIENTATION

IMPLICATIONS EN SANTÉ MENTALE ET SOUTIEN PSYCHOSOCIAL (SMSPS) DES ÉPIDÉMIES

Mai 2026

PRÉPARÉ PAR : Shona Whitton, Conseillère SMSPS & Augustin Lambert, Stagiaire SMSPS en situations d'urgence

Ce document fournit une vue d'ensemble des conséquences psychosociales des épidémies et décrit les principales considérations pour la programmation SMSPS.

Cette note d'orientation est destinée aux composantes du Mouvement de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge susceptibles d'intervenir lors d'épidémies dans leur pays ou leur région.

Elle comprend des orientations sur :

- les réactions et comportements courants en situation d'épidémie
- l'intégration des considérations SMSPS dans les réponses sanitaires
- des liens vers des ressources pertinentes existantes

FAITS CONCERNANT LES ÉPIDÉMIES

Lors des urgences sanitaires, les rumeurs et la désinformation sont fréquentes. Il est essentiel que les volontaires et le personnel disposent d'informations claires, pertinentes et exactes sur la maladie et les réponses locales. Ils doivent recevoir régulièrement des informations actualisées et factuelles à partager avec les personnes qu'ils soutiennent dans leur travail.

RÉACTIONS ET COMPORTEMENTS COURANTS EN CAS D'ÉPIDÉMIE

Il est attendu que les personnes ressentent de la peur face à la maladie à l'origine de l'urgence sanitaire. Cette réaction peut être utile car elle incite à adopter des comportements protecteurs.

Parmi les réactions courantes :

- peur de tomber malade et de la manière dont survient la mort
- peur de symptômes ou de maladies facilement traitables





- la peur de tomber malade ou de mourir peut empêcher de consulter des agents de santé ou de se rendre dans des structures sanitaires
- peur de perdre ses moyens de subsistance, de ne pas pouvoir travailler pendant l'isolement, ou d'être licencié par crainte de contamination
- sentiments d'impuissance et de tristesse liés à l'isolement
- méfiance et colère envers les personnes associées à la maladie

Comportements fréquents pendant les urgences sanitaires :

- stigmatisation et peur des patients, du personnel de santé et des aidants
- refus des approches des volontaires et des personnels médicaux, parfois avec menaces verbales ou physiques
- refus de s'occuper d'enfants non accompagnés ou séparés par crainte de contamination
- croyance que la prière seule peut sauver les personnes

Certaines de ces réactions sont liées à des risques réels, mais beaucoup découlent d'un manque d'information fiable, de rumeurs et de fausses informations. Il est important de corriger les idées erronées tout en reconnaissant que les émotions et comportements sont réels, même si les croyances sous-jacentes ne le sont pas.

FACTEURS DE STRESS SPÉCIFIQUES POUR LES INTERVENANTS

Les urgences sont toujours stressantes, mais les épidémies comportent des facteurs de stress spécifiques affectant à la fois la population et les intervenants :

- risque de contamination et de transmission aux proches
- mesures strictes de biosécurité
- charge physique liée aux équipements de protection
- isolement physique et politiques de non-contact
- vigilance constante requise
- procédures strictes limitant la spontanéité
- tensions entre priorités de santé publique et souhaits des patients
- stigmatisation des personnes travaillant avec les malades





- conséquences sociales et économiques :
 - détérioration des réseaux sociaux et des dynamiques communautaires
 - rejet des survivants
 - colère et agressivité envers les autorités ou structures de santé

INTÉGRATION DES CONSIDÉRATIONS SMSPS DANS LES RÉPONSES SANITAIRES

Dans la mesure du possible, les activités SMSPS doivent être intégrées aux interventions en santé. Les activités dépendront du contexte, du type de maladie et de l'impact de l'épidémie. Les évaluations continues guideront le choix des interventions.

Actions minimales pour les équipes santé/urgence

- Intégrer des messages clés sur la santé mentale et le bien-être
- Informer les intervenants de première ligne avec des messages adaptés à la maladie
- Assurer l'accès aux soins pour les personnes ayant des troubles de santé mentale
- Former les acteurs communautaires aux compétences psychosociales de base
- Intégrer des questions SMSPS dans les évaluations

Actions minimales pour les équipes SMSPS

- Plaider pour l'intégration du SMSPS dans les réponses
- Appuyer l'intégration de messages sur la santé mentale
- Soutenir l'intégration des questions d'évaluation
- Contribuer à l'analyse des données et à la planification des activités
- Appuyer la production de supports d'information fiables et accessibles
- Travailler avec les RH pour assurer le soutien au personnel et aux volontaires
- Former aux premiers secours psychologiques (PFA) et à la communication de soutien





CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE COMMUNICATION

This Une communication de soutien est essentielle car les populations peuvent être anxieuses et méfiantes. Le personnel et les volontaires doivent :

- être informés sur la maladie
- être formés aux premiers secours psychologiques (PFA)
- maîtriser la communication empathique et l'écoute active

Chaque crise est vécue différemment. Reconnaître les expériences permet :

- de réduire l'anxiété
- d'instaurer une relation de confiance
- de renforcer les capacités d'adaptation

Prendre en compte :

- l'âge
- le genre
- la culture
- la religion
- les besoins spécifiques et handicaps

Phrases clés de soutien psychosocial

- Je comprends vos inquiétudes...
- Vous avez le droit de vous sentir (triste, en colère) ...
- Je vous entends...
- Je comprends que vous soyez inquiet(e)...
- Votre réaction est normale dans cette situation...
- Nous pouvons réfléchir ensemble à des solutions...
- Voici ce que nous pouvons proposer...
- Je suis préoccupé(e) par votre situation...
- Avec votre accord, nous aimerions...





COORDINATION DES ACTIONS SMSPS ET ÉVALUATION

Une programmation SMSPS efficace nécessite une coordination étroite avec tous les acteurs.

Les équipes doivent collaborer avec :

- leur Société nationale
- les partenaires du Mouvement (FICR, CICR)
- les acteurs externes

Lors des épidémies (notamment VBD), la collaboration avec les équipes communication est essentielle.

Évaluations SMSPS

Elles doivent être coordonnées et inclure :

- acteurs internes et externes
- partenaires nationaux et internationaux

Questions pour évaluation rapide

- Impact sur les capacités d'adaptation
- Facteurs de stress préexistants
- Contextes de vulnérabilité (pauvreté, conflit, climat, discrimination)
- Niveau d'autonomie des communautés
- Disponibilité des services SMSPS

Questions pour évaluation initiale

- Impact sur la santé mentale et l'adaptation
- Changements observés
- Connaissance des ressources disponibles
- Perceptions communautaires de la santé mentale



RESSOURCES PERTINENTES

Soins au personnel et volontaires

- [Caring for staff and volunteers - French - MHPSS Hub](#)
- [Caring for Volunteers: A Psychosocial Support Toolkit - French - MHPSS Hub](#)
- [Guidelines for Caring for Staff and Volunteers in Crises, IFRC Psychosocial Centre \(English\)](#)

Intégration du SMSPS

- [An engagement tool for introducing MHPSS, Working Group 1 of the MHPSS Roadmap \(English\)](#)
- [Key messages to support the integration of MHPSS across 4 specific sectors, Working Group 1 of the \(English\)](#)

PSS de base et PFA

- [Mapping of basic psychosocial support courses, Working Group 1 of the MHPSS Roadmap \(English\)](#)
- [A Short Introduction to Psychological First Aid \(PFA\) - French – MHPSS Hub](#)

Psychoéducation

- [Psychological Coping during a Disease Outbreak For families, friends, colleagues of those in quarantine or self-isolation, Hong Kong Red Cross and Japanese Red Cross \(English\)](#)

Évaluation SMSPS

- [Initial and rapid assessment questions for MHPSS - French - MHPSS Hub](#)
- [Lessons learnt: MHPSS Assessments, Working Group 4 of the MHPSS Roadmap \(English\)](#)
- [Assessment Monitoring Tools and Preparedness Plan for MHPSS, Working Group 1 of the MHPSS Roadmap \(English\)](#)
- [Assessment Tools - MHPSS MSP](#)

