

Thérapie cognitivo-comportementale sur Internet pour les personnes ayant subi un AVC

Emplacement : Partout au pays (mode virtuel)

Description : Au pays, l'AVC est l'une des plus importantes causes d'incapacité chez les adultes. Environ 30 % des personnes ayant subi un AVC sont affectées, en plus des troubles physiques, par des symptômes de dépression fréquents. Seuls 2 à 3 % d'entre elles bénéficient de soutien. Des sentiments de perte et de désespoir peuvent être provoqués par des pensées inutiles, comme la crainte de ne jamais pouvoir retrouver sa vie d'avant, et la peur de subir un autre AVC. Si ces pensées persistent et ne sont pas traitées pendant une longue période, elles peuvent éventuellement mener à une baisse de la qualité de vie et à une incapacité plus importante. Dans de nombreux cas, l'accès à des services de santé mentale, comme la thérapie cognitivo-comportementale (TCC), qui cible les pensées et les comportements inadéquats, peut être bénéfique. La TCC est une stratégie de traitement fondée sur des données probantes qui aide les patientes et les patients à reconnaître et à remettre en question les pensées et comportements inutiles qui contribuent à leurs troubles de santé mentale. Cependant, il arrive fréquemment que les patients ne soient pas traités après un AVC. Différentes raisons sont en cause : accessibilité des soins spécialisés, coût, régions rurales et éloignées, manque de temps ou crainte de la stigmatisation associée au fait de demander de l'aide. Une des façons de surmonter ces obstacles est d'offrir ces services par l'intermédiaire d'Internet. La thérapie cognitivo-comportementale sur Internet (TCCI) pourrait être utilisée par beaucoup plus de gens qui ne bénéficient pas d'un accès égal aux services.

Langue : En anglais seulement

Admissibilité :

- Personnes qui ont subi un AVC et qui souhaitent se doter de stratégies pour améliorer leur bien-être émotionnel.
- Le programme est adapté aux personnes ayant subi un AVC présentant des troubles moteurs et cognitifs.

Exigences de participation :

- Les participantes et participants seront inscrits à un programme en ligne d'une durée de 10 semaines. Ils pourront bénéficier chaque semaine du soutien d'une personne formée en santé mentale, par téléphone ou vidéoconférence.

Établissement : St. Joseph's Health Care, London (Ontario)

Personne-ressource : Swati Mehta swati.mehta@sjhc.london.on.ca