

## Pourquoi l'APC est importante pour les communautés

L'affection post-COVID-19 (APC), également connue sous le nom de COVID longue, provoque des symptômes persistants tels que la fatigue, des difficultés respiratoires, des troubles de la concentration, etc. Elle peut toucher toute personne ayant contracté la COVID-19, les femmes étant particulièrement à risque. Comme elles jouent souvent un rôle clé dans la garde des enfants, les soins aux personnes âgées et le développement communautaire, elle peut également avoir un impact sur la vie de leur famille et de la communauté au sens large.

Ainsi, la prévention et le traitement de l'APC aident les communautés à rester fortes.



## La Collaboration CAN-PCC suggère

**Surveiller et communiquer** le risque de transmission de la COVID-19

et

**Éduquer** le public pour prévenir l'infection ou la réinfection à la COVID-19



Les responsables de la santé publique doivent

- **informer** le public du **risque de transmission**
- **lui permettre** de prendre des mesures pour **prévenir l'infection** et la réinfection and réduire le risque de développement d'APC
- **se concentrer** sur des **mesures** éducatives **efficaces**

d'une manière accessible, appropriée, respectueuse de la communauté et de la culture, pertinente et réactive. Cela peut nécessiter des approches multimodales adaptées.

Un **navigateur de soins** pour soutenir les soins



Les navigateurs de soins ont l'expérience des systèmes sociaux et de soins de santé et peuvent **coordonner les contacts avec les fournisseurs de soins**.

Les personnes qui rencontrent des obstacles aux soins (par exemple, les personnes vivant dans des communautés éloignées, les personnes n'ayant pas de professionnels des soins de première ligne et les personnes parlant des langues autres que l'anglais ou le français) pourraient en bénéficier le plus.

Scannez le code QR pour consulter les déclarations de bonnes pratiques en matière de surveillance et de communication; et d'éducation ou cliquez sur les liens ci-dessus.



Scannez le code QR pour afficher la recommandation sur les navigateurs de soins ou cliquez sur les liens ci-dessus.



Les outils correspondants

([considérations relatives à la mise en œuvre](#), [modules de texte](#)) sont disponibles plus loin dans ce document.

# L'APC dans la communauté

## Considérations relatives à la mise en œuvre



LIGNES DIRECTRICES CANADIENNES SUR  
L'AFFECTION POST-COVID-19



### Surveillance et communication au public et Éducation du public

#### De quoi s'agit-il?

**Informe** le public sur le risque de **transmission** de la COVID-19, sur les **mesures prises** pour prévenir l'infection et la réinfection et ainsi réduire le risque de développement d'APC. Il peut être difficile d'informer sur les limites des données ou l'état actuel des données probantes.

#### Comment?

Les informations doivent être **respectueuses** de la communauté et de la culture, **pertinentes, adaptées et accessibles** à différentes populations. Cela peut nécessiter **des approches multimodales sur mesure**. Il convient d'adopter des approches participatives et pragmatiques pour impliquer les membres de la communauté.

#### Informations générales sur l'APC

Scannez le code QR ou cliquez [ici](#) pour en savoir plus sur les **symptômes de l'APC**, les **facteurs de risque** et la **prévention** auprès de l'Agence de la santé publique du Canada.



#### Recommandations du CAN-PCC: Ressources

Scannez le code QR ou cliquez [ici](#) pour consulter les ressources de CAN-PCC destinées aux décideurs politiques, aux patients et aux professionnels de la santé (y compris des informations spécifiques sur, par exemple, la "[Prévention de l'APC](#)").



#### Outils pour le public



#### Infographies interactives

Quatre infographies pour sensibiliser le public au CAN-PCC, l'aider à comprendre les recommandations et à prendre des décisions éclairées concernant sa santé. Elles peuvent également aider le public à discuter de l'APC avec d'autres personnes.



#### MonGuide: COVID longue

*MonGuide: COVID longue* est un guide personnalisable destiné aux personnes qui présentent des symptômes post-COVID ou à celles qui souhaitent en savoir plus sur le rétablissement des symptômes persistants après une infection par la COVID-19.

#### Exemples de ressources pour aider à communiquer avec le public:

Informations du Bureau de la collectivité des communications sur

- *le langage clair, l'accessibilité et les communications inclusives*, cliquez [ici](#).
- *Communautés de pratique*, cliquez [ici](#).

*Trousse de communications des Premières Nations* au bureau régional de la Colombie-Britannique des Services aux Autochtones Canada (SAC), cliquez [ici](#).

# L'APC dans la communauté

## Considérations relatives à la mise en œuvre



LIGNES DIRECTRICES CANADIENNES SUR  
L'AFFECTION POST-COVID-19



### Un navigateur de soins

Les personnes souffrant de l'affection post-COVID-19 ont du mal à **accéder** aux **soins** et à les **coordonner**. La mise en place de navigateurs de soins serait probablement utile, faisable, acceptable et entraînerait des coûts négligeables, en particulier dans les contextes où des programmes similaires sont déjà disponibles.

#### Le navigateur de soins

- est un **professionnel de la santé** ou une personne ayant de l'expérience dans le système de santé et le système social
- **coordonne les contacts** avec les fournisseurs de soins (qui ne fournissent pas de soins)
- aide les personnes à **surmonter les obstacles aux soins**
- fournit un **soutien virtuel** dans les zones rurales ou éloignées (il peut s'agir de services virtuels ou téléphoniques ou de la formation d'autres personnes)
- nécessite une formation comprenant une compréhension du contexte culturel
- si non associé à un programme (au sein de structures établies), la mise en œuvre et le développement d'un autre niveau d'infrastructure peuvent être impliqués

#### Considérations relatives aux sous-groupes

Fournir un soutien aux systèmes de navigation pourrait offrir de **plus grands avantages** aux personnes qui rencontrent des **obstacles importants en matière de soins**:

- les personnes vivant dans la **communautés éloignées**
- les personnes **sans médecin de soins primaires**
- les personnes qui **ne parlent ni anglais ni français**
- les autres **groupes recherchant l'équité**

#### Exemples pratiques

Exemples de programmes de navigateurs de soins:

- Colombie-Britannique: **[HealthLink BC](#)**
- Ontario: **[Health811](#)**
- Québec: **[Info Santé](#)**
- Alberta: **[Health Link 811](#)**
- Colombie-Britannique: un **[programme adapté à la culture](#)**

Scannez le code QR pour afficher la recommandation sur les navigateurs de soins ou cliquez [ici](#).

Pour obtenir des recommandations en langage clair, veuillez consulter le site <https://can-pcc.recmapp.org/plain-language-recommendations>.



### L'APC – ce que nous savons et pourquoi c'est important

L'affection post COVID-19 (APC), également connue sous le nom de COVID longue, peut toucher **les adultes** comme **les enfants**. Elle apparaît généralement dans les trois mois qui suivent l'infection aiguë à la COVID-19 et dure au moins deux mois.

Les symptômes les plus courants sont une fatigue persistante, un essoufflement et un dysfonctionnement cognitif tel qu'un brouillard mental. Des douleurs, des troubles du sommeil ou des pertes de mémoire sont également signalés. Ces symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre.

**Un adulte canadien sur neuf** a présenté **des symptômes de longue durée de la COVID-19** et plus d' **un Canadien sur cinq** présentant des symptômes de longue durée **a manqué des jours de travail ou d'école**.

Chez les adultes, **les femmes** et les personnes qui ont connu une infection à la COVID-19 plus sévère courent **un risque plus élevé de développer l'APC**.

Plus de **50%** des adultes souffrant d'APC ont fait état de **limitations dans les activités quotidiennes**, plus de 20% d'entre eux étant souvent ou toujours limités.

### L'APC dans la communauté

Alors que le monde s'adapte à la COVID-19, l'affection post-COVID-19 (APC), également connue sous le nom de COVID longue, constitue un défi persistant. Cette affection, qui provoque des **symptômes persistants** tels que de la fatigue, des difficultés respiratoires, du brouillard mental, etc., **peut toucher toute personne** ayant contacté la COVID-19, mais les recherches montrent que **les femmes** sont touchées de manière disproportionnée.

Une grande partie des travailleurs des secteurs de la santé et de l'éducation – infirmières, enseignants et aides-soignants – sont des femmes. Par conséquent, beaucoup d'entre elles sont **plus exposées au risque** de contracter l'APC en raison de leur exposition

Les femmes jouent souvent un rôle clé dans la garde des enfants, les soins aux personnes âgées et le développement communautaire. Lorsque les femmes sont confrontées à l'APC, cela n'a donc pas seulement un impact sur leur vie, cela **affecte** également la vie de **leur famille** et de **la communauté au sens large**.

En prévenant et en traitant l'APC, nous contribuons à maintenir la stabilité et la santé des familles, à protéger les travailleurs essentiels et à faire en sorte que nos **communautés restent fortes et résilientes** face aux défis de santé actuels.