



MERCK

QUÉBEC EN SANTÉ

VISION POUR UNE INITIATIVE SOCIÉTALE
À LONG TERME

AVRIL 2025

Présentée par Merck Canada Inc.
au Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)
dans le cadre de son annonce relative à une stratégie axée sur la prévention

À PROPOS DE MERCK CANADA

DEPUIS PLUS DE 130 ANS, Merck invente pour la vie en mettant au point des médicaments et des vaccins pour un grand nombre de maladies éprouvantes. Merck commercialise plus de 250 produits pharmaceutiques et de santé animale.

Merck est une société biopharmaceutique mondiale qui possède un portefeuille diversifié de médicaments d'ordonnance et de vaccins. Présente dans plus de 70 pays à travers le monde, Merck est solidement implantée au Canada depuis 1911, avec son siège social établi en permanence au Québec, où se trouve la majorité de ses employés.

Merck s'engage à soutenir le Québec en tant que destination pour la recherche, les investissements et les essais cliniques, des activités qui favorisent l'économie québécoise et la compétitivité globale. En tant que l'un des principaux investisseurs en R et D au Canada, Merck investit actuellement dans plus de 190 essais cliniques impliquant plus de 500 sites de recherche et plus de 3 000 patients à travers le Canada, dont plusieurs au Québec.

Table des matières

1	Introduction	4
	Sommaire des recommandations	5
2	Contexte : S'adapter à l'évolution de la santé des Québécois	6
3	Les bénéfices d'une initiative axée sur la promotion de la santé et la prévention de maladies	7
4	Changer le paradigme pour investir dans la prévention	8
5	Un aperçu de l'initiative et de ses objectifs potentiels	9
	Améliorer la couverture vaccinale	9
	Optimiser le dépistage précoce des maladies	13
	Promouvoir l'adoption de saines habitudes de vie	15
	Réduire les inégalités en santé	18
6	Comment y parvenir : partenariat, suivi et transparence	19
7	Conclusion	21

1

Introduction

AU MOIS DE NOVEMBRE 2024, le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) du Québec a annoncé qu'il mettrait sur pied une stratégie pour miser sur la prévention en collaboration avec ses partenaires¹. Cette stratégie a été présentée dans le contexte du réalignement du rôle du MSSS, à la suite de la création de la nouvelle agence Santé Québec, qui est désormais responsable des aspects opérationnels du système de la santé du Québec depuis le 1er décembre 2024.

Inspirée par ce réalignement stratégique et son approche collaborative, Merck Canada propose de lancer une initiative sociétale à long terme, intitulée Québec en Santé. Cette initiative, qui réunirait de multiples partenaires, viserait à faire de la population québécoise la population la plus saine en Amérique du Nord d'ici 2035. L'initiative comprendrait des indicateurs de performance précis et exploiterait les technologies innovantes pour atteindre cet objectif ambitieux.

Cette initiative multidimensionnelle serait conçue pour soutenir des personnes de tout âge et de diverses origines à travers le Québec, qu'il s'agisse de communautés autochtones éloignées ou de populations urbaines. Elle viserait à promouvoir l'éducation en santé, en mettant l'accent sur la vaccination chez les adultes et les enfants, le dépistage précoce du cancer et des maladies chroniques, les saines habitudes de vie et la réduction d'inégalités en matière de santé. Par ailleurs, l'initiative s'appuierait sur des technologies innovantes de suivi et de surveillance de la santé, offrant ainsi aux Québécois les moyens d'atteindre plus efficacement leurs objectifs de santé individuels.

Cette initiative contribuerait ainsi à réduire les taux d'incidence de maladies, à favoriser des traitements précoces pour prévenir les complications, à améliorer les résultats en matière de santé et à permettre aux Québécois de vivre plus longtemps et en meilleure santé, tout en allégeant la pression exercée sur le système de santé.

¹ Cabinet du ministre de la Santé, [Québec se dotera d'une stratégie pour miser sur la prévention](#), 1 novembre 2024.

Sommaire des recommandations

1 Améliorer la couverture vaccinale

La vaccination est l'un des moyens de prévention les plus accessibles et efficaces, plus facile à mettre en œuvre que les changements d'habitudes de vie à long terme, qui peuvent être complexes et difficiles à maintenir. Le développement de nouveaux vaccins ou des versions améliorées plus efficaces doit être une priorité pour le gouvernement et la santé publique, afin de les rendre disponibles dans des délais plus opportuns. L'élargissement de la gratuité de la vaccination contre le VPH à tous les Québécois âgés de 45 ans et moins pourrait être une mesure phare de la nouvelle stratégie de prévention Québec en santé. Cet élargissement pourrait également inclure le financement et la promotion de programmes de rattrapage ainsi que la mise en place d'incitatifs fiscaux pour les entreprises.

2 Optimiser le dépistage précoce des maladies

L'élargissement de l'accès aux programmes de dépistage, comme pour le cancer du poumon, en utilisant les points de services locaux pour augmenter l'offre (par exemple, en y ajoutant des tests de dépistage du VPH), pourrait améliorer l'accessibilité. Il serait également nécessaire de renforcer la sensibilisation du public, de tirer parti des avancées en génétique et d'intégrer les nouvelles technologies dans les programmes de dépistage.

3 Promouvoir l'adoption de saines habitudes de vie

Des mesures concrètes dans les domaines de la nutrition, de l'activité physique, de la consommation de substances nocives et de la santé mentale devraient être mises en place pour favoriser l'adoption de saines habitudes de vie. Cela pourrait inclure des campagnes de santé publique, des programmes éducatifs et des politiques visant à encourager les comportements sains au sein de toutes les populations.

4 Réduire les inégalités en santé

Pour réduire les inégalités en santé, l'initiative pourrait déployer des cliniques mobiles pour offrir des vaccins, des dépistages et des soins préventifs dans les régions rurales et mal desservies. De plus, il serait nécessaire d'augmenter les services de télémédecine afin de proposer des consultations, des suivis et de l'éducation en santé aux populations isolées. Enfin, rendre les aliments nutritifs plus accessibles et abordables dans les communautés à faible revenu touchées par l'insécurité alimentaire pourrait se faire par le biais de subventions accrues et de programmes locaux pour améliorer la sécurité alimentaire.

En résumé, Québec en Santé vise à créer une approche globale et collaborative pour améliorer la santé publique au Québec, en mettant l'accent sur la prévention, l'intervention précoce et la réduction des inégalités, afin de construire une société plus saine et plus équitable.

2

Contexte

S'adapter à l'évolution de la santé des Québécois

Le système de santé publique moderne du Québec a été créé dans les années 1960, dans un contexte sociétal très différent. Bien que de nombreuses maladies étaient plus graves en raison de l'absence d'interventions médicales modernes, les Québécois avaient généralement des modes de vie plus actifs et suivaient des régimes alimentaires plus sains, avec moins de produits transformés.

Un rapport de 2024 de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) a examiné les principaux changements sociétaux et technologiques ayant influencé les tendances en matière de santé² :

- * En 1961, près de la moitié des emplois impliquaient un niveau d'activité physique modéré, tandis qu'en 2011, cette proportion avait chuté à seulement 20 %.
- * La restauration rapide a fait son apparition au Québec en 1970 et s'est accrue de façon marquée pour atteindre 8 000 établissements en 2014, avec une présence plus forte autour des écoles situées dans des quartiers défavorisés.
- * La taille des portions de boissons gazeuses a considérablement augmenté, passant de 7 onces en 1955 à des formats pouvant atteindre 32 onces en 2010.
- * L'étalement urbain depuis les années 1970 a entraîné une dépendance accrue à l'automobile, avec 36 % des ménages qui possèdent deux véhicules ou plus en 2013, contre seulement 16 % en 1978.
- * L'accès à l'internet a favorisé des divertissements sédentaires, et les enfants sont de plus en plus ciblés par des publicités pour des aliments malsains.

Ces changements de société ont favorisé l'inactivité physique, de mauvaises habitudes alimentaires et des comportements nuisibles à la santé, tels qu'un usage excessif des écrans et le tabagisme, entraînant des répercussions négatives sur la santé publique. La proportion de Québécois considérés comme physiquement actifs est de 34%³. Les régimes alimentaires demeurent inadéquats : de nombreuses personnes dépassent les apports recommandés en sel et en matières grasses, tandis que la consommation de fruits, de légumes et de grains entiers demeure insuffisante⁴.

Par conséquent, les maladies chroniques et les nouveaux cas de cancer continuent de progresser. En 2024, on estime que 22 800 personnes au Québec perdront la vie à cause du cancer, soit environ 62 décès par jour. Il est important de souligner que le cancer a désormais surpassé les maladies cardiovasculaires pour devenir la principale cause de décès dans la province⁵. D'ici 2030, près de 78 000 nouveaux cas de cancer seront diagnostiqués, dont 75 % impliqueront des personnes âgées⁶.

Si on n'accorde pas de priorité à la prévention, ces tendances risquent d'entraîner des défis de santé publique encore plus graves, exerçant une pression énorme sur les individus, les communautés et le système de santé.

² Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), [La montée de l'obésité au Québec](#).

³ Institut de la statistique du Québec : [Comment se porte la santé de la population québécoise?](#), 16 mai 2023.

⁴ Rapport du directeur national de santé publique 2024 : [Portrait de santé de la population selon le parcours de vie : pour agir collectivement](#), 28 novembre 2024; et La Presse Canadienne, [With more salt and fat than veg, Quebecers' appetite is far from bon : study](#), Montreal Gazette, 6 décembre 2018.

⁵ Fondation québécoise du cancer : [Faits et statistiques sur le cancer](#).

⁶ Rapport du directeur national de santé publique 2024 : [Portrait de santé de la population selon le parcours de vie : pour agir collectivement](#), 28 novembre 2024.

3

Les bénéfices d'une initiative axée sur la promotion de la santé et la prévention de maladies

Les informations et statistiques présentées ci-dessus mettent en lumière un besoin urgent, mais aussi une opportunité unique d'agir pour améliorer la santé et prévenir les maladies à long terme au Québec. L'objectif est clair et audacieux : faire du Québec la région la plus saine de l'Amérique du Nord.

Une initiative sociétale, pilotée par le MSSS et impliquant toutes les parties prenantes, pourrait mener à des bénéfices concrets tant pour les Québécois et pour la société dans son ensemble. Une telle démarche ne se contenterait pas d'améliorer les résultats en matière de santé, mais contribuerait également à réduire les pressions croissantes sur le système de santé du Québec, particulièrement dans le contexte du vieillissement de la population.

Le moment est donc propice pour lancer une telle initiative ambitieuse pour les raisons suivantes:

Avec le transfert de la responsabilité de coordonner les opérations du système de santé à Santé Québec, le MSSS se prépare à adopter une nouvelle orientation. Comme annoncé en novembre 2024, cette orientation mettra l'accent sur la prévention, créant un cadre favorable pour une initiative audacieuse et proactive⁷.

Ces dernières années, les actions collectives positives ont été éclipsées par un climat social et politique souvent polarisé. Cependant, une initiative à long terme visant à unir les Québécois autour d'un projet collectif, comme la promotion de la santé et la prévention des maladies, pourrait rassembler une large majorité de la population. Ces enjeux de santé publique sont des aspirations universelles, même si les opinions divergent parfois sur les moyens d'y parvenir.

Depuis des décennies, le Québec est un pôle important pour le secteur biopharmaceutique. Ce secteur est un pilier économique clé pour le Québec qui comprend des entreprises comme Merck Canada. En intégrant ce secteur, ainsi que d'autres organisations vouées à la santé, comme partenaires stratégiques, l'initiative gagnerait en portée, en expertise et en efficacité.

Au cours des dernières années, de nombreux groupes se sont formés à travers le Québec pour sensibiliser les patients et le grand public à différentes maladies et à d'autres enjeux liés à la santé. Cela représente une occasion de tirer parti de ces initiatives en optimisant leurs ressources et leurs réseaux, afin de diffuser des informations essentielles, notamment en matière de dépistage et de prévention dans leurs domaines respectifs.

Les nouvelles technologies permettent désormais de faire un suivi plus précis des activités liées à la santé, tant sur le plan individuel que collectif. Ces outils offrent des moyens innovants de mesurer les progrès, de mobiliser les individus et d'encourager des actions concrètes pour améliorer leur santé personnelle, tout en contribuant à la santé globale de la population et à la durabilité du système de santé québécois.

En résumé, il s'agit du moment idéal pour que le Québec saisisse cette occasion unique de lancer une initiative collective, positionnant la province comme un leader mondial tout en laissant un héritage durable pour l'avenir de la santé des Québécois.

⁷ Cabinet du ministre de la Santé, [Québec se dotera d'une stratégie pour miser sur la prévention](#), 1 novembre 2024.

4

Changer le paradigme pour investir dans la prévention

Pour opérer un véritable changement en matière de santé publique, nous devons revoir la manière dont nous concevons l'allocation budgétaire en santé et adopter un nouveau paradigme. Il est impératif de cesser d'associer les initiatives préventives à des « coûts » et, au contraire, de les considérer comme des investissements stratégiques. Chaque dollar investi dans la prévention génère des bénéfices tangibles, non seulement pour la population, mais aussi pour la viabilité de notre système de santé, qui en a sérieusement besoin.

Prenons l'exemple de la vaccination. Il ne s'agit pas d'une dépense, mais bien d'un investissement en santé publique. L'adoption d'un modèle basé sur le retour sur investissement (ROI) permettrait de justifier plus efficacement des politiques de santé préventive et durable. De nombreuses études démontrent l'impact économique positif de la vaccination. Par exemple, une étude récente de l'Institut C.D. Howe démontre que l'accès rapide aux vaccins contre la COVID-19 offert à tous les Canadiens à la fin de 2020 et en 2021 a permis d'économiser des milliards de dollars en coûts de santé et en pertes économiques. L'étude indique qu'un simple retard de six mois dans l'administration de ces vaccins aurait entraîné une perte économique d'environ 156 milliards de dollars en activité économique au Canada en 2021⁸. Une autre analyse réalisée par la firme de données de santé IQVIA en 2024 met en évidence l'impact positif de la vaccination sur le système de santé, la productivité au travail et l'économie. Cette étude s'est penchée sur l'impact de six vaccins courant pour adultes : celui contre la grippe saisonnière, la COVID-19, le zona, le VRS, les infections à pneumocoque et les VPH.

Les résultats révèlent que le système de santé canadien a économisé 514 millions de dollars grâce à ces vaccins, dont 410 millions en coûts d'hospitalisation qui ont été évités. De plus, ces vaccins ont généré un bénéfice économique de 1,9 milliard de dollars, principalement en réduisant les absences au travail et les pertes de productivité liées aux maladies⁹. L'étude a également estimé qu'une augmentation de 10 % des taux de vaccination pourrait permettre des économies supplémentaires de 205 millions de dollars en coûts de santé à l'échelle nationale, tout en générant 480 millions de dollars en gains de productivité¹⁰.

Il faudrait aussi adopter une approche similaire en matière d'investissements dans d'autres mesures préventives, notamment la promotion de saines habitudes de vie, les programmes de cessation du tabac et de réduction de la consommation d'alcool et les initiatives visant à combattre la sédentarité. Des investissements accrus dans ces domaines contribueraient à freiner la progression des maladies chroniques, à alléger la pression financière et opérationnelle sur le système de santé québécois, et à rehausser la qualité de vie de la population.

En réorientant notre vision des dépenses en santé vers une logique d'investissement, nous pourrions non seulement optimiser les ressources publiques, catalyser l'innovation en prévention mais aussi bâtir une société plus résiliente, en meilleure santé et économiquement plus viable.

⁸ C.D. Howe Institute, [COVID vaccine campaigns saved \\$billions in damages](#), communiqué de presse, 15 décembre 2022.

⁹ Hannay C, [Vaccines bring \\$2.5-billion in value to Canadian economy](#), health care system, study says, The Globe & Mail, 23 octobre 2024.

¹⁰ Hannay C, [Vaccines bring \\$2.5-billion in value to Canadian economy](#), health care system, study says, The Globe & Mail, 23 octobre 2024.

5

Un aperçu de l'initiative et de ses objectifs potentiels

L'initiative pourrait miser sur les objectifs principaux suivants :

- AMÉLIORER** la couverture vaccinale
- OPTIMISER** le dépistage précoce des maladies
- PROMOUVOIR** l'adoption de saines habitudes de vie
- RÉDUIRE** les inégalités en santé

5.1 Améliorer la couverture vaccinale

LA VACCINATION : UN OUTIL INDISPENSABLE POUR LA PRÉVENTION

La vaccination reste l'un des moyens les plus efficaces pour prévenir les maladies. Renforcer et étendre la portée des programmes d'immunisation actuels, tout en augmentant les taux de couverture vaccinale, pourrait considérablement réduire le fardeau des maladies évitables par la vaccination.

L'impact des vaccins a été particulièrement marquant lors du développement rapide et de la distribution des vaccins pour lutter contre la pandémie de la COVID-19. Au-delà de la COVID-19, de nouveaux vaccins sont désormais disponibles pour lutter contre des maladies qui, autrement, exerceraient une pression encore plus importante sur le système de santé du Québec. Parmi ces avancées figurent les vaccins contre la grippe saisonnière, les infections à pneumocoque, le virus respiratoire syncytial (VRS), le zona et les cancers associés aux infections par les virus du papillomavirus humain (VPH). De plus, les vaccins pour les nourrissons et les jeunes enfants, tels que ceux contre la polio, la rougeole et la coqueluche, restent indispensables pour prévenir des maladies graves, voire mortelles.

Ainsi, il est essentiel que la vaccination occupe une place centrale dans l'initiative Québec en santé, à l'image de l'approche adoptée par l'Australie dans sa politique axée sur la prévention¹¹. La vaccination représente l'un des moyens de prévention les plus accessibles et efficaces, plus facile à mettre en œuvre que les changements d'habitudes de vie à long terme, qui peuvent être complexes et difficiles à maintenir.

Les récentes éclosions de rougeole soulignent d'ailleurs l'urgence d'intégrer des objectifs de vaccination ciblée dans une stratégie de prévention efficace¹². Ces éclosions révèlent des lacunes dans la couverture vaccinale et mettent en évidence l'importance d'identifier et d'atteindre les populations sous-vaccinées, qu'il s'agisse de certaines communautés géographiques, de groupes réticents à la vaccination ou d'individus n'ayant pas reçu toutes les doses requises de vaccin. En fixant des objectifs précis d'immunisation pour les maladies évitables par la vaccination, il est possible de renforcer l'immunité collective et de prévenir la réapparition de maladies autrefois presque éradiquées. Cette approche ciblée permet non seulement d'optimiser les ressources de santé publique, mais aussi de réduire les impacts économiques et sociaux des épidémies évitables et des complications liées aux maladies graves.

L'évolution du développement de nouveaux vaccins ou des versions améliorées plus efficaces doivent être prioritaires par le gouvernement et la santé publique afin de les offrir à la population dans des temps plus opportuns. De nombreuses innovations tardent à être intégrées au Programme d'immunisation du Québec (PIQ), ce qui contribue à accentuer les disparités sociales. En effet, les personnes plus aisées ou disposant d'une assurance privée ont accès à un éventail de services plus large que ceux offerts par le régime public. En matière d'offre vaccinale, cela se traduit notamment par l'utilisation de versions de vaccins plus anciennes, souvent reconnues comme étant moins efficaces. Notre point #4 sur un changement de paradigme fait le point sur le besoin de changement de vision.

¹¹ Le Gouvernement de l'Australie : *National Preventive Health Strategy 2021–2030*, 12 décembre 2021.

¹² Mortin-Martel F, *Le Québec compte maintenant 22 cas de rougeole*, Le Devoir, 14 janvier 2025; et SpearChief-Morris J, *Ontario is having its worst measles outbreak in almost 30 years*. Here's what you need to know, Toronto Star, 14 mars 2025.

Exemple clé et facilement intégrable (pourrait être une annonce phare de la politique en prévention) :

→ LA VACCINATION CONTRE LES VPH

Les VPH causent près de 100 % des cancers du col de l'utérus, entre 60 et 90 % des autres cancers génitaux (vagin, vulve, pénis et anus), 70 % des cancers de l'oropharynx et 100% des condylomes¹³. **Sans être vaccinés, on estime que 75 % des Canadiens contracteront au moins une infection par le VPH au cours de leur vie¹⁴. On prévoit aussi qu'en 2042, 6 600 cas de cancer seront attribuables aux VPH¹⁵.**

Le système de santé québécois est donc confronté à des défis majeurs liés aux VPH. À titre d'exemple, à l'échelle nationale, le coût annuel associé aux cancers et aux maladies causés par ces virus dépasse les 200 millions de dollars¹⁶.

Initialement destinée aux filles en âge scolaire pour prévenir le cancer du col de l'utérus, la vaccination contre les VPH a été étendue aux garçons à la lumière de preuves démontrant son efficacité dans la prévention de divers cancers et maladies liés à ces virus. À cet égard, une étude publiée dans *The Lancet* révèle qu'en Angleterre, l'incidence du cancer du col de l'utérus a chuté de 87 % chez les femmes dans la vingtaine ayant reçu le vaccin à l'âge de 12 ou 13 ans dans le cadre du programme national de vaccination contre les VPH¹⁷. Selon les conclusions de l'étude, ce programme a pratiquement permis d'éliminer le cancer du col de l'utérus chez les femmes nées après le 1er septembre 1995.

Ces données soulignent l'importance de la vaccination contre les VPH et la nécessité de mettre en place des programmes d'immunisation rigoureux. Cependant, le potentiel de la vaccination contre les VPH au Québec reste sous-exploité. Un élargissement des critères d'admissibilité du programme vaccinal, combiné à une augmentation de la couverture vaccinale, permettrait de prévenir un plus grand nombre de cancers.

Récemment, le gouvernement du Québec a adopté des mesures clés pour réduire davantage les risques de cancers liés aux VPH, notamment le cancer du col de l'utérus. Parmi ces initiatives figurent le déploiement progressif du test VPH à l'échelle provinciale pour remplacer le test PAP, ainsi que la mise en place en octobre 2024 d'un programme temporaire offrant une dose de vaccin (bivalent 2 souches de VPH) contre les VPH aux Québécois âgés de 21 à 45 ans, afin d'éviter le gaspillage des doses excédentaires¹⁸. L'administration conjointe du test VPH et du vaccin contre les VPH pourrait constituer d'ailleurs la meilleure stratégie de protection contre le cancer du col de l'utérus.

Au cours des derniers mois, la vaccination contre le VPH a été abordée dans plusieurs reportages, mettant en évidence des témoignages de Québécois et Québécoises qui n'ont pas eu la chance de bénéficier de la protection offerte par ce vaccin et ont dû faire face à la maladie, parfois jusqu'à en mourir, à cause d'une infection liée au VPH.

Malheureusement pour les personnes affectées qui n'ont pas bénéficié de la vaccination et aussi leurs proches, ils ou elles devront vivre avec ce douloureux doute du "avoir su" que la vaccination aurait pu éviter cela en sachant qu'un vaccin était disponible. Autre exemple, et trop souvent réel, est le cas qui touche principalement les femmes de ce segment (21-45 ans et monoparentales). Elles font face à des situations personnelles qui les obligent à prendre des décisions financières difficiles relayant la prévention et l'importance de la vaccination en dernier lieu. Faciliter l'accès à la vaccination contre le VPH serait une action noble et équitable de la part du gouvernement pour ces femmes. C'est pour cette raison que le gouvernement du Québec pourrait agir afin de faciliter la prise de décision pour sa population.

¹³ Gouvernement du Québec – MSSS : [Description des maladies évitables par la vaccination, Infections par les virus du papillome humain](#), 2 décembre 2022.

¹⁴ Gouvernement du Canada : [Vaccins contre le virus du papillome humain \(VPH\) : Guide canadien d'immunisation](#), 1 août 2024.

¹⁵ Partenariat canadien contre le cancer, [Vaccination contre les VPH pour la prévention du cancer](#), mars 2025.

¹⁶ HPV Global Action, [Canada's Strategy to Combat HPV-Related Consequences and Eliminate Cervical Cancer](#), janvier 2025.

¹⁷ Falcaro M. et coll., [The effects of the national HPV vaccination programme in England, UK, on cervical cancer and grade 3 cervical intraepithelial neoplasia incidence: a register-based observational study](#), *The Lancet*, 398:10316, 2084-2092, 3 novembre 2021.

¹⁸ Radio-Canada, [Le vaccin contre les VPH gratuit temporairement pour les 21 à 45 ans](#), le 16 octobre 2024.

L'initiative temporaire du gouvernement d'offrir la vaccination contre le VPH pour les 21 à 45 ans est une initiative gouvernementale novatrice, positionnant le Québec comme un précurseur en matière d'élargissement de l'accès à la vaccination. En s'appuyant sur cet effort, le programme pourrait être pérennisé et renforcé en offrant à toutes les personnes de ce segment (21-45 ans) deux doses de vaccin, conformément aux indications officielles de Santé Canada et également aux recommandations du CIQ. De plus, en rendant cette initiative permanente, les personnes éligibles pourraient bénéficier du vaccin déjà utilisé (et négocié) dans les autres segments du programme (PIQ) avec un vaccin (nonavalent 9 souches de VPH) qui serait en mesure de procurer une meilleure protection contre le maximum de souches du VPH et qui est le seul vaccin approuvé au Canada, autant pour les femmes que les hommes.

Si des contraintes budgétaires immédiates constituent un défi, une approche graduelle et progressive pourrait être envisagée afin d'atteindre cet objectif. Cette démarche pourrait ainsi s'articuler autour des étapes suivantes :

- | | |
|---|---|
| <p>1</p> <p>Adopter une politique
«Une fois admissible, toujours admissible»</p> | <p>Cette mesure permettrait aux personnes qui étaient autrefois admissibles, mais qui n'ont pas été vaccinées de recevoir leurs doses. Des provinces comme le Manitoba, l'Île-du-Prince-Édouard et Terre-Neuve-et-Labrador ont déjà mis en place cette approche¹⁹. Au Québec, cela signifierait concrètement que les femmes nées entre 1999 et 2005, ayant déjà été admissibles au programme public de vaccination, pourraient encore se faire vacciner.</p> |
| <p>2</p> <p>Offrir la vaccination gratuite aux femmes de 45 ans et moins se présentant pour un test de dépistage du VPH</p> | <p>Cette mesure favoriserait un meilleur accès à la prévention en intégrant la vaccination élargie aux démarches de dépistage.</p> |
| <p>3</p> <p>Étendre la vaccination gratuite à l'ensemble des Québécois de 45 ans et moins</p> | <p>Cette dernière étape garantirait une couverture vaccinale universelle pour cette tranche d'âge, contribuant ainsi à une protection accrue de la population contre les VPH et les cancers associés.</p> |

Par exemple, selon les dernières données de l'INSPQ, publiées en février 2024, 83 % des élèves de 3e secondaire au Québec ont été vaccinés contre les VPH²⁰. Bien que ce taux soit supérieur à ceux observés dans de nombreuses autres provinces canadiennes, il demeure inférieur à l'objectif provincial de 90%.

Une récente couverture médiatique souligne l'importance d'améliorer les taux de vaccination. Dans les pays où la couverture vaccinale est élevée, les cas de cancer du col de l'utérus ont diminué de manière spectaculaire.

En revanche, au Canada, le taux de cancer du col de l'utérus a augmenté de 3,7 % par an au cours de la dernière décennie, faisant du cancer du col de l'utérus le cancer qui croît le plus rapidement chez les femmes. De plus, les cancers de la bouche et de la gorge causés par les VPH augmentent aussi rapidement au Canada et sont 4,5 fois plus fréquents chez les hommes, qui affichent des taux de vaccination contre les VPH inférieurs à ceux des femmes²¹.

¹⁹ <https://www.partnershipagainstcancer.ca/topics/eliminating-cervical-cancer/hpv-vaccination/>

²⁰ Direction de la vigie sanitaire, MSSS : [Bulletin Flash Vigie Vol. 18, no1](#), Flash Vigie, février 2024.

²¹ Payne E, [Cancers caused by HPV on the rise as vaccination rates lag](#), Ottawa Citizen, 21 novembre 2024.

Par ailleurs, la dernière évaluation des tendances du cancer au Canada, publiée par la Société canadienne du cancer dans le Journal de l'Association médicale canadienne en mai 2024, a lancé un avertissement : « Des progrès substantiels ont été réalisés dans la réduction de l'incidence du cancer du col de l'utérus au cours des dernières décennies, mais les tendances récentes suggèrent que les taux ont atteint un plateau et ont même commencé à augmenter. » L'étude qualifie cette situation de « préoccupante étant donné que le cancer du col de l'utérus est largement évitable », en ajoutant « qu'une intervention continue est nécessaire pour atteindre l'objectif d'éliminer le cancer du col de l'utérus au Canada²² ».

Afin d'inverser cette tendance, **le Québec pourrait se fixer comme objectif d'atteindre une couverture vaccinale contre le VPH de 90 % chez les résidents de 45 ans et moins d'ici 2035, contribuant ainsi de manière significative à l'élimination du cancer du col de l'utérus.**

En adoptant une approche ambitieuse, le Québec pourrait devenir un chef de file dans cette lutte, à l'image d'autres provinces, comme la Colombie-Britannique, qui vise l'élimination de ce cancer d'ici 2034²³, ou de pays comme la Suède, qui s'est fixé l'objectif encore plus ambitieux d'y parvenir dès 2027²⁴.

Pour atteindre cet objectif de couverture vaccinale, le Québec pourrait mettre en place les mesures suivantes:

- ★ Élargir le programme de vaccination public à l'ensemble des Québécois âgés de 45 ans et moins, comme mentionné précédemment, en adoptant un déploiement progressif par étapes si nécessaire compte tenu de pressions budgétaires immédiates.
- ★ Financer et promouvoir des programmes de rattrapage, incluant des visites répétées en milieu scolaire, afin de rejoindre les personnes non vaccinées durant leur scolarité, notamment les jeunes adultes ainsi que les populations socialement et médicalement vulnérables. Ces efforts sont essentiels, car les données récentes indiquent que près de 20 % des élèves de 3e secondaire ne sont toujours pas adéquatement vaccinés.
- ★ Mettre en place des incitatifs fiscaux à l'intention des entreprises qui souhaitent instaurer un programme de vaccination contre les VPH pour leurs employés. Ce type d'initiative favoriserait une couverture vaccinale plus large, notamment auprès des adultes. À titre d'exemple, Merck Canada a déjà implanté un tel programme au sein de son organisation, démontrant la faisabilité et les retombées positives d'une telle approche en milieu de travail.
- ★ Mettre en place des initiatives pour éduquer les Québécois sur les risques du VPH et les bienfaits de la vaccination, tout en luttant contre la désinformation. Ces efforts devraient cibler en priorité les populations sous-vaccinées, y compris certaines communautés géographiques et les groupes qui sont réticents à la vaccination.
- ★ Collaborer avec les points de services locaux (PSL), les pharmacies, les centres de santé communautaires, les cabinets dentaires et les cliniques mobiles, afin de garantir un accès équitable et local à la vaccination.

Une augmentation de la couverture vaccinale de la population préviendra davantage de cancers et autres problèmes de santé liés au VPH et permettra ainsi d'améliorer la santé des Québécois tout en réduisant les coûts pour le système de la santé pour traiter ses maladies graves.

²² Brenner DR et al, *Projection du fardeau du cancer au Canada en 2024*, JAMC, 196 (18) E615-E623, 13 mai 2024.

²³ Gouvernement de la Colombie-Britannique : *10-Year Cancer Action Plan: CANCER CARE YOU CAN COUNT ON*, 24 février 2023.

²⁴ Union for International Cancer Control: *Sweden's journey to eliminate cervical cancer*, 9 janvier 2025.

5.2 Optimiser le dépistage précoce des maladies

Le dépistage accru et le diagnostic précoce des maladies jouent un rôle essentiel dans l'amélioration des résultats de santé, tant au niveau individuel que collectif. Un dépistage précoce permet des interventions rapides, limitant souvent la progression des maladies, réduisant les complications et augmentant les taux de survie. Pour le système de santé, une approche proactive en matière de dépistage diminue le recours à des traitements coûteux pour des maladies à un stade avancé et allège la pression sur les ressources médicales. En outre, un diagnostic précoce contribue à améliorer la qualité de vie des patients en facilitant une gestion plus efficace des affections. Par conséquent, ceci aide à renforcer la durabilité du système de santé.

Au cours des dernières décennies, des avancées marquantes ont été réalisées concernant le dépistage des maladies à l'échelle de la population. En oncologie, le Québec a instauré des initiatives de dépistage pour plusieurs cancers, telles que le cancer du sein, de la prostate et du côlon. De plus, un projet de démonstration du dépistage du cancer du poumon a été mis en place en 2021. Cependant, il reste essentiel d'intensifier les efforts pour s'assurer qu'un plus grand nombre de Québécois, notamment ceux qui sont à risque, puissent accéder à un dépistage précoce. Le Plan d'action 2024-2026 du Programme québécois de cancérologie fait de la détection précoce des cancers une priorité stratégique, offrant ainsi une base solide pour intensifier les interventions²⁵. Renforcer ces efforts nécessitera non seulement des ressources financières et des infrastructures adaptées, mais aussi une sensibilisation accrue de la population à l'importance du dépistage, à ses bénéfices, et à la disponibilité des services qui y sont liés.

Compte tenu de ce qui précède, le Québec devrait viser à atteindre un taux de participation de 75 % pour les programmes de dépistage du cancer d'ici 2035, y compris pour le cancer du sein, du col de l'utérus, du côlon et du poumon²⁶. Pour atteindre cet objectif, des investissements soutenus, des approches novatrices et un engagement collectif seront essentiels.

Les mesures ci-dessous pourraient être mises en œuvre pour favoriser l'atteinte de cet objectif.

ÉLARGIR L'ACCÈS AUX PROGRAMMES DE DÉPISTAGE

- ★ Le projet de démonstration de dépistage du cancer du poumon doit être formalisé et élargi à l'ensemble de la province afin d'inclure un plus grand nombre de Québécois. Cette expansion est essentielle, car le cancer du poumon demeure le cancer le plus fréquemment diagnostiqué et le plus mortel, alors qu'un diagnostic précoce peut significativement améliorer les taux de survie et les résultats en matière de santé²⁷. Le Plan d'action 2024-2026 du Programme québécois de cancérologie fixe des objectifs ambitieux, notamment l'accès au dépistage dans toutes les institutions de santé concernées d'ici 2026²⁸. Toutefois, élargir le dépistage du cancer du poumon nécessitera des ressources et des investissements supplémentaires pour répondre aux recommandations du rapport d'évaluation du projet pilote, y compris la mise en œuvre de solutions pour réduire les délais de rendez-vous pour l'accès au dépistage, la surveillance des délais diagnostiques et l'identification de cibles pour ces délais, le déploiement de stratégies ciblées pour rejoindre les groupes sous-représentés parmi les participants, tels que les communautés autochtones, les minorités ethniques, les personnes sans attache avec le système de santé et d'un niveau de scolarité moins élevé²⁹.

²⁵ Gouvernement du Québec – MSSS : [Plan d'action 2024-2026 du Programme québécois de cancérologie](#), 12 septembre 2024.

²⁶ En date du 21 janvier 2025, le Tableau de bord du Québec, indique que le taux de participation est de 34% pour le cancer du côlon et de 70% pour le cancer du sein : [Tableau de bord - Performance du réseau de la santé et des services sociaux](#). Le tableau n'inclut pas pour l'instant des données sur le dépistage du cancer du poumon et du col de l'utérus.

²⁷ INSPQ : [Rapport d'évaluation sur le projet de démonstration du dépistage du cancer du poumon](#), septembre 2024.

²⁸ Gouvernement du Québec – MSSS : [Plan d'action 2024-2026 du Programme québécois de cancérologie](#), 12 septembre 2024.

²⁹ INSPQ : [Rapport d'évaluation sur le projet de démonstration du dépistage du cancer du poumon](#), septembre 2024.

★ Intégrer les tests VPH dans les points de services locaux (PSL) afin d'augmenter l'offre de service aux femmes partout au Québec et envisager d'implanter l'autodépistage au programme de dépistage du col de l'utérus qui permettrait aux Québécoises de prélever elles-mêmes un échantillon à l'aide d'un test ADN du VPH et de le transmettre par la poste. Bien que le Québec ait franchi une étape importante en remplaçant le test Pap par le test de détection du VPH en clinique, l'ajout de l'autodépistage constituerait un levier supplémentaire pour accroître les taux de participation, notamment en réponse aux difficultés d'accès aux rendez-vous médicaux et aux enjeux particuliers des populations éloignées ou marginalisées. Les données scientifiques démontrent que les résultats obtenus à partir d'échantillons auto-prélevés sont comparables en précision à ceux recueillis par un professionnel de la santé, notamment pour la détection des lésions cervicales modérées à sévères³⁰. La Colombie-Britannique a d'ailleurs récemment ouvert la voie à cet égard, en offrant ces tests à domicile à toutes les femmes admissibles à son programme de dépistage³¹. La pratique d'autosoins, comme l'autodépistage, est d'ailleurs en adéquation avec les priorités du Plan pour mettre en œuvre les changements nécessaires en santé³², afin d'améliorer l'accessibilité aux services de première ligne.

★ Réduire l'âge d'admissibilité au dépistage du cancer du sein à 40 ans afin de permettre une détection plus précoce.

★ Nous saluons la décision du gouvernement d'avoir mis en place un programme de dépistage organisé pour le cancer colorectal³³. Dans le cadre de ce programme, le gouvernement transmet de manière proactive une communication incitant la population cible de se prémunir du test immunochimique fécal (TIF) pour le dépistage du cancer colorectal. Cependant, un processus de prise en charge des patients suivant le résultat doit être intégré afin de bien identifier les corridors de services à suivre.

★ Investir davantage dans des unités mobiles de santé pour offrir des services de dépistage du cancer dans les régions rurales et les communautés mal desservies. Bien que quelques unités mobiles soient déjà en service pour le dépistage du cancer du sein et du mélanome, ces initiatives pourraient être considérablement amplifiées et élargies pour inclure d'autres types de cancers, tels que le cancer du poumon. À titre d'exemple, l'Alberta a investi en 2024 dans des unités mobiles spécifiquement dédiées au dépistage du cancer du poumon, offrant un modèle pour une mise en œuvre similaire au Québec³⁶.

RENFORCER LA SENSIBILISATION DU PUBLIC

★ Lancer des campagnes ciblées qui soulignent les avantages liés au dépistage du cancer.

★ Collaborer avec des organisations communautaires pour diffuser des messages adaptés à leurs résidents, afin d'assurer l'inclusivité et l'accessibilité.

TIRER PARTI DES AVANCÉES EN GÉNÉTIQUE

★ Étendre l'offre de tests génétiques pour les individus à risque de cancers héréditaires, afin de permettre une détection et une prévention précoces.

★ Informer davantage le public sur les marqueurs génétiques associés à des maladies, comme le cancer du sein et les maladies auto-immunes, pour encourager une gestion proactive de la santé.

★ Améliorer l'accès aux technologies de séquençage génétique et aux services de conseil génétique pour soutenir une prise de décision éclairée et personnalisée.

³⁰ Partenariat canadien contre le cancer : [Dépistage primaire par détection du VPH et suivi des résultats anormaux](#), 2021.

³¹ Dib C, [Le dépistage à domicile du VPH accessible à toutes les Britannico-Colombiennes](#), Radio-Canada, 29 janvier 2025.

³² Gouvernement du Québec – MSSS : [Plan pour mettre en œuvre les changements nécessaires en santé](#), 29 mars 2022.

³³ La Presse Canadienne : [Cancérologie - Québec veut mettre l'accent sur le dépistage et l'accès aux traitements](#), La Presse, 13 septembre 2024.

³⁴ INSPQ : [Services cliniques de dépistage](#), 12 avril 2024; et Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) : [Unité mobile - Service Ambulatoire Radiologique Accessible «SARA»](#).

³⁵ Mélanome Canada : [La Mole Mobile Poursuivra Sa Tournée](#), février 2024.

³⁶ Tipper S, [Province announces funding for two mobile health units that will travel to rural communities](#), Calgary Herald, 25 septembre 2024.

5.3 Promouvoir l'adoption de saines habitudes de vie

Les défis actuels en matière de santé publique au Québec – notamment l'augmentation des taux d'obésité, des maladies chroniques et des problèmes de santé mentale – sont largement influencés par des facteurs liés aux habitudes de vie. Il est donc essentiel d'adopter une approche globale qui responsabilise les individus et leur donne les moyens d'intégrer des choix plus sains dans leur quotidien, que ce soit à la maison, au travail ou dans leurs activités sociales.

Même si les progrès en médecine et l'amélioration de l'accès aux soins de santé restent des piliers essentiels, la véritable transformation passe par la promotion de saines habitudes de vie. Ceci comprend une alimentation équilibrée, une activité physique régulière, une réduction de la consommation de substances nocives et un soutien accru pour le bien-être mental. En favorisant une culture du bien-être qui est inclusive, accessible et profondément ancrée dans la communauté, le Québec peut établir un nouveau standard en matière de santé préventive et de promotion de la santé mentale.

LA NUTRITION

Au fil des décennies, les habitudes alimentaires ont évolué, avec une forte augmentation de la consommation d'aliments transformés et prêts à consommer, souvent au détriment des produits frais et de choix équilibrés. Cette transition a entraîné une hausse préoccupante des maladies chroniques, telles que les maladies cardiaques, le diabète, l'obésité et certains cancers, touchant particulièrement les communautés défavorisées. Pour renverser cette tendance, le Québec doit prioriser des cibles ambitieuses et des actions concrètes pour favoriser une meilleure alimentation pour tous les Québécois.

Dans cette perspective, le gouvernement pourrait s'engager à atteindre les objectifs suivants d'ici 2035 :

AUGMENTER à 60 % le taux de la population consommant au moins cinq portions de fruits et légumes par jour⁴⁰.

AUGMENTER la proportion d'adultes et d'enfants qui respectent les recommandations en matière de consommation de sodium et de sucres libres³⁹.

DIMINUER l'obésité et le surpoids d'au moins 10 % chez les adultes³⁷ et d'au moins 5 % chez les enfants de 2 à 17 ans³⁸.

Pour atteindre ces objectifs, le gouvernement pourrait cibler les actions suivantes :

- ★ Établir des cibles obligatoires de composition nutritionnelle pour les gras saturés et le sucre (en plus du sodium) et mettre en place des mécanismes de surveillance visant à améliorer l'offre alimentaire⁴¹.
- ★ Lancer des campagnes multimédias et des initiatives communautaires pour promouvoir des régimes alimentaires équilibrés, tout en éduquant la population sur les risques associés à une consommation excessive de sucre, de sel et d'aliments transformés.
- ★ Adopter des mesures pour lutter contre l'insécurité alimentaire chez les populations plus vulnérables, y compris les communautés autochtones, rurales et les familles à faible revenu. Les besoins nutritionnels de ces populations doivent être satisfaits par des programmes conçus et ancrés dans la communauté.
- ★ Renforcer les restrictions sur la publicité, le marketing et les commandites de boissons et de produits alimentaires malsains destinés aux enfants, y compris sur les plateformes numériques.
- ★ Limiter la promotion des aliments et de boissons malsaines au point de vente et aux emplacements stratégiques, tels que les extrémités de rayons de magasins d'alimentation, tout en augmentant la visibilité et la promotion des options alimentaires saines.

³⁷ La prévalence d'obésité était de 23 % en 2020-2021. Voir l'Institut de la statistique du Québec : [Comment se porte la santé de la population québécoise ?](#), 16 mai 2023.

³⁸ Selon une étude de l'INSPQ, le taux d'obésité chez les enfants au Québec en 2013 était d'environ 10% : [La montée de l'obésité au Québec](#).

³⁹ 81% des Québécois excèdent la limite recommandée pour la consommation de sodium. La Presse Canadienne, [With more salt and fat than veg, Quebecers' appetit is far from bon : study](#), Montreal Gazette, 6 décembre 2018.

⁴⁰ Seulement 25% des élèves au secondaire consommaient au moins 5 fruits et légumes par jour en 2022-23. Voir le Rapport du directeur national de santé publique 2024 : [Portrait de santé de la population selon le parcours de vie : pour agir collectivement](#), 6 décembre 2024. Selon un sondage, seulement 24% des Québécois respectent les recommandations pour la consommation de fruits et de légumes. La Presse Canadienne, [With more salt and fat than veg, Quebecers' appetit is far from bon : study](#), Montreal Gazette, 6 décembre 2018.

⁴¹ Options politiques : [Renforcer les politiques publiques pour améliorer l'offre alimentaire au Québec](#), 13 janvier 2025.

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Les modes de vie sédentaires, résultant de nombreux changements sociétaux mentionnés précédemment, ont entraîné une diminution de l'activité physique. L'exercice régulier est essentiel pour prévenir les maladies chroniques, améliorer la santé mentale et renforcer le bien-être général. Seulement 34% des Québécois âgés de 15 ans et plus sont considérés comme physiquement actifs⁴².

Pour améliorer les modes de vie sédentaires, le gouvernement pourrait viser à augmenter à 60 % le nombre de Québécois suffisamment actifs d'ici 2035.

Pour promouvoir un mode de vie plus actif chez les Québécois, plusieurs actions pourraient être envisagées:

- ✦ Intégrer l'activité physique quotidienne dans les programmes scolaires et encourager les employeurs à mettre en place des programmes de bien-être pour leurs employés. Le gouvernement pourrait offrir des incitatifs fiscaux aux employeurs qui instaurent de tels programmes.
- ✦ Soutenir les communautés dans la mise en œuvre de programmes locaux d'activité physique, favorisant l'inclusion et la connexion sociales à travers des initiatives sportives et récréatives.
- ✦ Établir des balises progressives pour l'usage des écrans suivant les stades développementaux qui tiennent compte des caractéristiques des différents appareils et plateformes numériques⁴³, tout en offrant un soutien accru aux parents et aux proches aidants pour limiter le temps des enfants passé devant les écrans.
- ✦ Financer des programmes mobiles de remise en forme ou créer des bibliothèques de prêt d'équipement sportif pour faciliter l'accès à l'activité physique.
- ✦ Introduire des subventions ou des incitatifs fiscaux pour rendre les sports et loisirs plus abordables pour les familles et les individus.

LA CONSOMMATION DE SUBSTANCES NOCIVES

Il s'avère essentiel d'éviter la consommation de tabac et de réduire la consommation excessive d'alcool pour aider à prévenir certaines maladies, telles que le cancer du poumon, les maladies du foie et les troubles cardio-vasculaires. Le tabagisme demeure la principale cause de décès évitable, tandis que l'abus d'alcool engendre une multitude de problèmes de santé et de répercussions sociales. Il est donc important de mettre en place des stratégies ciblées, pour encourager la cessation tabagique et la réduction de la consommation d'alcool.

Le Québec devrait viser à atteindre les objectifs suivants d'ici 2035 :

RÉDUIRE à 5% la proportion de Québécois qui fument (y compris le vapotage)⁴⁴.

RÉDUIRE à 10 % la proportion de Québécois qui consomment de l'alcool de manière excessive⁴⁵.

Pour réduire le tabagisme, le vapotage et la consommation excessive d'alcool, les initiatives suivantes pourraient être mises en place :

- ✦ Renforcer les campagnes de sensibilisation publiques en soulignant les risques pour la santé associés au tabagisme et au vapotage et en ciblant particulièrement les jeunes et les populations vulnérables.
- ✦ Améliorer l'accès aux services de soutien pour les personnes aux prises avec une dépendance à l'alcool, y compris les programmes de réadaptation et d'accompagnement.

⁴² La proportion de personnes actives dans leurs loisirs et leurs déplacements a diminué : de 38 % en 2014-2015, elle est passée à 34 % en 2020-2021. Institut de la statistique du Québec : [Comment se porte la santé de la population québécoise ?](#), 16 mai 2023. Moins du tiers des élèves du secondaire étaient suffisamment actifs en 2022-23. 45% des adultes de 18-24 étaient suffisamment actifs en 2020-21. Voir le rapport du directeur national de santé publique 2024 : [Portrait de santé de la population selon le parcours de vie : pour agir collectivement](#), 28 novembre 2024.

⁴³ INSPQ : [Mieux vivre avec les écrans – réflexions pour une régulation favorable à la santé publique](#), 17 septembre 2024.

⁴⁴ La proportion de la population qui fume la cigarette est en constante diminution depuis 2008 : de 24 %, elle est passée à 19 % en 2014-2015, puis à 15 % en 2020-2021. Chez les jeunes de 15 à 24 ans, elle est maintenant de 10 %. INSPQ : Institut de la statistique du Québec : [Comment se porte la santé de la population québécoise ?](#), 16 mai 2023.

⁴⁵ 30 % de la population consomme de l'alcool de façon excessive. INSPQ : [Consommation d'alcool chez la population générale](#), 10 juin 2024.

- ✱ Exploiter de façon plus efficace le programme de dépistage du cancer du poumon pour encourager le renoncement au tabac par le biais de la ligne J'ARRÊTE et d'autres initiatives de cessation tabagique. Par exemple, l'offre de soutien à la cessation devrait être diversifiée et maintenue à différentes étapes du programme de dépistage pour permettre des résultats durables chez les participants et l'offre de soutien à la cessation tabagique devrait aussi être surveillée⁴⁶.
- ✱ Améliorer l'accès au remboursement public des thérapies de remplacement de la nicotine et aux services d'accompagnement⁴⁷.
- ✱ Lancer des campagnes publiques de sensibilisation sur les risques de la consommation excessive d'alcool, tels que la cirrhose du foie, certains cancers, et les troubles de santé mentale.
- ✱ Encourager la consommation de boissons faibles en alcool ou sans alcool grâce à des campagnes éducatives et des initiatives commerciales, rendant ces options plus visibles et attrayantes

SANTÉ MENTALE

La santé mentale est étroitement liée à la santé physique et la qualité de vie. Trouver des solutions aux problèmes de santé mentale est essentiel pour encourager des modes de vie sains, diminuer les maladies liées au stress et promouvoir le bien-être général de la population.

Le Québec pourrait s'engager à atteindre les cibles suivantes d'ici 2035 :

Faire passer le taux de détresse psychologique à 25 % chez les filles du secondaire et à 10 % chez les garçons⁴⁸.

Atteindre un niveau élevé de bien-être émotionnel et psychologique de 85 % pour l'ensemble de la population.

Pour améliorer la santé mentale et réduire la détresse psychologique, les mesures suivantes pourraient être adoptées :

- ✱ Intégrer la sensibilisation à la santé mentale et la gestion du stress dans les programmes scolaires, ainsi que dans les formations en milieu de travail, pour développer des outils de prévention dès le plus jeune âge et dans des environnements clés.
- ✱ Lancer des campagnes provinciales visant à éliminer les stigmas autour de la santé mentale et à encourager les individus à demander de l'aide sans crainte d'être jugé.
- ✱ Accroître la disponibilité des services de soutien psychologique, en particulier pour les jeunes, les aînés et les communautés autochtones des régions éloignées.
- ✱ Collaborer avec les organisations locales pour mettre en place des réseaux de soutien par les pairs et des espaces sécuritaires offrant des ressources et des outils dédiés à la santé mentale.

⁴⁶ La proportion de personnes actives dans leurs loisirs et leurs déplacements a diminué : de 38 % en 2014-2015, elle est passée à 34 % en 2020-2021. Institut de la statistique du Québec : [Comment se porte la santé de la population québécoise ?](#), 16 mai 2023. Moins du tiers des élèves du secondaire étaient suffisamment actifs en 2022-23. 45% des adultes de 18-24 étaient suffisamment actifs en 2020-21. Voir le rapport du directeur national de santé publique 2024 : [Portrait de santé de la population selon le parcours de vie : pour agir collectivement](#), 28 novembre 2024.

⁴⁷ Info-tabac.ca : [Pour un meilleur remboursement des TRN](#), n° 137, mars 2019.

⁴⁸ En 2022-23, le niveau de détresse des élèves au secondaire est de 57% chez les filles et de 25% chez les garçons. Rapport du directeur national de santé publique 2024 : [Portrait de santé de la population selon le parcours de vie : pour agir collectivement](#), 28 novembre 2024.

5.4 Réduire les inégalités en santé

Pour améliorer la prévention et promouvoir des modes de vie plus sains, il est essentiel de mettre l'équité en santé au cœur des priorités afin de garantir que tous les Québécois, quelle que soit leur situation socioéconomique, géographique ou culturelle, aient les mêmes chances d'atteindre des résultats de santé optimaux. Les inégalités en matière d'accès aux soins, aux services préventifs et à l'éducation en santé ont engendré des disparités qui touchent particulièrement les communautés marginalisées, notamment les populations autochtones, les immigrants, les familles à faible revenu, ainsi que celles vivant dans des régions rurales ou éloignées.

Réduire ces écarts nécessite des stratégies ciblées, inclusives et culturellement adaptées, spécifiquement conçues pour répondre aux besoins uniques de ces populations et pour garantir que personne ne soit laissé pour compte.

Au Canada, plusieurs organisations s'intéressent à la question de l'équité en santé, incluant l'Agence de la santé publique du Canada qui a identifié certaines actions pour favoriser la réduction des inégalités en santé. Ces actions reposent principalement sur la Déclaration politique de Rio sur les déterminants sociaux de la santé.

Au Québec, pour combler ces écarts et promouvoir l'équité en santé, les approches suivantes pourraient être considérées :

- ✦ Déployer des cliniques mobiles pour offrir des vaccins, des dépistages et des soins préventifs dans les régions rurales et mal desservies.
- ✦ Recruter et former des membres issus de communautés défavorisées pour qu'ils jouent un rôle clé en tant qu'intermédiaires dans le système de santé.
- ✦ Accroître les services de télémédecine pour offrir des consultations, des suivis et de l'éducation en santé aux populations isolées.
- ✦ Construire davantage de parcs, de centres récréatifs, de sentiers pédestres et de pistes cyclables dans les quartiers défavorisés pour encourager l'activité physique et promouvoir un mode de vie plus sain.
- ✦ Rendre les aliments nutritifs plus accessibles et abordables dans les communautés à faible revenu touchées par l'insécurité alimentaire grâce à des subventions accrues et des programmes locaux pour accroître la sécurité alimentaire.
- ✦ Élaborer des indicateurs mesurables liés à l'équité, surveiller régulièrement les résultats de santé et ajuster les programmes en fonction des données recueillies afin de les améliorer.

L'intégration de toutes ces approches devrait inclure la participation des populations vulnérables au développement et à la mise en œuvre de la stratégie de prévention.

6

Comment y parvenir: **partenariat, suivi et transparence**

Pour faire du Québec la région la plus en santé de l'Amérique du Nord, un effort collectif, coordonné et inclusif est nécessaire, s'appuyant sur les forces de différents secteurs. Un partenariat réunissant les institutions publiques, les entreprises privées et les organisations communautaires est essentiel pour maximiser les ressources, favoriser l'innovation et promouvoir un engagement collectif durable. Parallèlement, il est important de mettre en place des systèmes rigoureux pour suivre les progrès, mesurer les résultats et garantir la transparence. Ces mécanismes renforcent la responsabilisation des parties prenantes et inspirent la confiance du public, tout en permettant d'ajuster les actions en fonction des données recueillies.

Cette initiative profiterait de la participation active d'un large éventail de parties prenantes. Le gouvernement du Québec, sous la direction du MSSS, assurerait un leadership stratégique en définissant les objectifs clés, en établissant un cadre global et en coordonnant les efforts entre les différents secteurs. Les partenaires du système de santé, notamment Santé Québec, l'INSPQ et l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS), joueraient un rôle central en matière de recherche, d'élaboration de politiques et de mise en œuvre des mesures nécessaires. Par ailleurs, les ordres professionnels de la santé et les prestataires de services de santé privés, tels que les cliniques médicales et chirurgicales, viendraient enrichir ces initiatives en renforçant l'accès aux soins et en optimisant la qualité et l'efficacité des services offerts.

Cependant, la collaboration ne devrait pas se limiter au secteur de la santé. Le système de l'éducation, à tous les niveaux, jouerait un rôle fondamental dans la promotion de la littératie en santé et le développement de comportements durables favorisant le bien-être. L'industrie biopharmaceutique et les fournisseurs de technologies de la santé contribueraient en offrant des outils et des ressources innovants pour la prévention, le dépistage et le traitement des maladies. Le secteur alimentaire, y compris les producteurs, les fournisseurs, les détaillants et les restaurants, aurait également une responsabilité clé : promouvoir une alimentation saine en proposant des options nutritives, abordables et accessibles. Parallèlement, d'autres entreprises axées sur le bien-être, telles que les centres sportifs, les spas et les centres récréatifs, joueraient un rôle essentiel en encourageant des modes de vie actifs et équilibrés. Enfin, les groupes de défense des droits en santé, les organisations de patients et les réseaux communautaires joueraient le rôle de catalyseurs. Ils soutiendraient les initiatives locales, mobiliseraient les populations et assureraient une approche inclusive qui répond aux besoins spécifiques des différentes communautés.

Voici comment nous envisageons le fonctionnement concret de ce programme :

Le **MSSS** jouerait le rôle d'organisme central de l'initiative, chargé de concevoir le cadre global, d'allouer les ressources nécessaires et de communiquer sa vision. Ses responsabilités incluraient : le lancement de campagnes de sensibilisation, la création de plateformes d'information centralisées, telles que des sites web et des réseaux sociaux, et la production de ressources éducatives adaptées à différents publics. Ces efforts viseraient à diffuser un message cohérent et à stimuler une participation active de la population.

Le **MSSS** fournirait des subventions et des financements, partiels ou complets, pour soutenir les initiatives mises en œuvre par des organisations publiques, privées ou à but non lucratif. Une attention particulière serait portée aux investissements nécessaires pour renforcer les ressources du système de santé, notamment dans les domaines de la prévention, du dépistage et des programmes de vaccination.

Pour garantir une gestion transparente et promouvoir la responsabilisation, le **MSSS** définirait des objectifs clairs et mesurables pour l'initiative, suivis en temps réel à travers le tableau de bord Performance du réseau de la santé et des services sociaux, notamment dans sa section dédiée à la prévention. Les données clés, comme les taux de vaccination, la participation aux dépistages ou les taux de maladies chroniques, seraient colligées, analysées et mises à jour régulièrement. Ces indicateurs de performance seraient publiés dans un format accessible au grand public, renforçant ainsi la confiance et la transparence.

Le **MSSS** publierait des rapports annuels, détaillant les progrès réalisés en fonction des cibles fixées, les défis rencontrés, les pratiques exemplaires à généraliser et les priorités futures. Ces rapports permettraient de documenter l'utilisation des ressources et d'assurer une reddition de comptes rigoureuse. De plus, l'initiative serait ouverte à intégrer de nouvelles données probantes, des avancées technologiques et des approches innovantes, favorisant ainsi une amélioration continue et adaptée aux besoins changeants.

Le programme devrait également se doter d'une Table de concertation qui réunirait l'ensemble des partenaires clés internes et externes au MSSS et qui permettrait de formaliser les processus de consultation, de mise en œuvre et d'évaluation de la stratégie et de ses plans d'action.

7

Conclusion

L'INITIATIVE QUÉBEC EN SANTÉ offre une occasion exceptionnelle de redéfinir la promotion de la santé et la prévention des maladies au Québec, en posant les bases d'un modèle innovant pour assurer un bien-être durable et une prospérité collective à long terme. En s'appuyant sur des technologies de pointe, en mobilisant les parties prenantes clés et en ciblant les causes profondes des inégalités en santé, cette initiative ambitieuse aspire à faire du Québec la région la plus saine d'Amérique du Nord d'ici 2035.

Les transformations sociales des dernières décennies démontrent l'urgence de mettre de l'avant un tel effort collectif. L'augmentation des taux de maladies chroniques, les disparités en matière de santé et les maladies évitables par la vaccination exercent une pression considérable sur les individus et le système de santé. Pour répondre à ces défis, cette initiative ferait la promotion d'une approche coordonnée pour augmenter la couverture vaccinale, optimiser les programmes de dépistage, encourager l'adoption de saines habitudes de vie et développer des solutions équitables adaptées à tous.

Cette initiative reposerait sur la réorientation stratégique du MSSS, la mise en œuvre de Santé Québec et l'établissement de partenariats solides entre les secteurs public, privé et communautaire. En privilégiant une gouvernance transparente, un suivi rigoureux des progrès et une mobilisation active des Québécois, cette initiative a le potentiel de restaurer la confiance et de générer des retombées concrètes positives pour la santé et le bien-être de tous les Québécois.