

PRODUITS ALIMENTAIRES,
DE SANTÉ ET DE CONSOMMATION
DU CANADA

PASC



À ta santé, Canada

Plan directeur pour une stratégie nationale

Produits alimentaires, de santé et de consommation
du Canada – Novembre 2020

À ta santé, Canada : plan directeur pour une stratégie nationale

Sommaire

Les autosoins englobent tout ce qui va de l'adoption d'un mode de vie sain jusqu'au traitement des maux bénins, en passant par la prise en charge, ou mieux encore, par la prévention des maladies chroniques. Les autosoins permettent littéralement aux gens de mieux prendre soin d'eux-mêmes et sont essentiels pour vivre en toute confiance une vie saine et indépendante.

La pandémie de COVID-19 nous a fait comprendre l'importance vitale des autosoins. En attendant qu'un vaccin efficace soit largement disponible, le mieux que les Canadiens puissent faire pendant la pandémie est de prendre soin d'eux-mêmes en suivant les conseils des professionnels de la santé publique : limiter les contacts étroits, porter un masque et se laver les mains plus soigneusement et plus souvent. Et pourtant, les autosoins reçoivent relativement moins d'attention et moins de ressources que le système de santé public.

La population du Canada demeure notre plus grande ressource en matière de soins de santé, mais ses capacités sont trop souvent sous-estimées et sous-évaluées. Il est peu coûteux d'aider les Canadiens à mieux prendre soin d'eux-mêmes, et leur santé individuelle et celle de la population en général n'en sera que meilleure. Un soutien efficace en matière d'autosoins complètera les investissements effectués dans le système de santé public tout en permettant de gagner du temps, d'économiser de l'argent et d'accroître la durabilité de notre système de santé.



Le Canada a besoin d'une stratégie nationale d'autosoins :

- qui reconnaît et respecte la capacité de chaque personne à gérer sa santé à l'aide de conseils, de produits et de services judicieux;
- qui fournit aux Canadiens un accès équitable et abordable aux produits et aux services d'autosoins;
- qui soutient la croissance et l'innovation dans les industries de la santé du Canada pour aider la population à prendre soin d'elle-même.

Éléments du plan directeur pour l'élaboration d'une stratégie nationale d'autosoins

- Des principes pour guider l'élaboration de la stratégie
- Quatre domaines d'action dans le cadre de la stratégie :
 - Jeter les bases d'une stratégie nationale d'autosoins
 - Réglementer les autosoins pour en maximiser les avantages
 - Soutenir la compétitivité et encourager l'innovation
 - Aider les Canadiens à pratiquer les autosoins
- Des possibilités d'intervention fédérale dans chaque domaine d'action

Le moment est venu d'agir. Le Canada a la possibilité de faire des autosoins une pierre angulaire des soins de santé et de sortir de la pandémie encore plus fort qu'auparavant.





Qu'est-ce que les autosoins?

Les autosoins englobent tout ce qui va de l'adoption d'un mode de vie sain jusqu'au traitement des maux bénins, en passant par la prise en charge, ou mieux encore, par la prévention des maladies chroniques. Les autosoins permettent littéralement aux gens de mieux prendre soin d'eux-mêmes et sont essentiels pour vivre en toute confiance une vie saine et indépendante.

En attendant qu'un vaccin efficace soit largement disponible, le mieux que les Canadiens puissent faire pendant la pandémie est de prendre soin d'eux-mêmes en suivant les conseils des professionnels de la santé publique : limiter les contacts étroits, porter un masque et se laver les mains plus soigneusement et plus souvent. Pourtant, en dépit de l'approche généralement efficace qui a permis de préparer le système de santé public à la COVID-19, le Canada ne dispose d'aucune stratégie claire pour soutenir le rôle crucial des autosoins dans la lutte contre la pandémie.



Il existe sept piliers des autosoins : la littératie en santé, l'écoute de soi, l'activité physique, une saine alimentation, l'évitement du risque, une saine hygiène et une utilisation rationnelle des produits et services¹.

Le gouvernement fédéral a mis sur pied des stratégies et des plans nationaux pour la plupart de ces piliers, notamment la Stratégie en matière de saine alimentation et le Guide alimentaire canadien, la Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada, la Stratégie canadienne sur les drogues et autres substances et Une vision commune pour favoriser l'activité physique et réduire la sédentarité au Canada.

Or, ces stratégies et ces plans ne sont pas coordonnés dans le cadre d'une initiative globale d'autosoins. Le Canada n'a jamais non plus élaboré de stratégie axée sur les produits et services de santé grand public que les gens utilisent quotidiennement pour rester en bonne santé. En misant exclusivement sur l'investissement dans le système de santé public, nous avons raté des occasions d'offrir des solutions complémentaires et rentables qui amélioreront les résultats en matière de santé publique, rendront notre système de santé plus durable, réduiront l'absentéisme, feront prospérer le secteur des produits de santé grand public et mèneront à une société en meilleure santé et plus productive.

« L'auto-prise en charge en matière de santé est la capacité des personnes, des familles et des communautés à faire la promotion de la santé, à prévenir les maladies, à rester en bonne santé et à faire face à la maladie et au handicap avec ou sans l'accompagnement d'un prestataire de soins. Ainsi définie, l'auto-prise en charge comprend la promotion de la santé, la lutte contre les maladies, l'automédication, les soins aux personnes dépendantes, la consultation d'un prestataire de soins primaires/d'un spécialiste/d'un praticien hospitalier si nécessaire, ainsi que la réadaptation, y compris les soins palliatifs. »

- Organisation mondiale de la Santé

Les sept piliers des autosoins



Littératie en santé



Écoute de soi



Activité physique



Utilisation rationnelle des produits et services



Saine alimentation



Évitement du risque



Saine hygiène



Une stratégie nationale d'autosoins : pourquoi maintenant?

La pandémie de COVID-19 nous a montré tout ce que le Canada a perdu en ne disposant pas déjà d'une stratégie nationale d'autosoins.

Les premières mesures de lutte contre la pandémie ont consisté à renforcer les capacités hospitalières, à acheter des masques respiratoires et de l'équipement de protection individuelle, etc. Malgré les difficultés, nous savions clairement ce qu'il fallait faire. La réflexion et les ressources qui sous-tendaient déjà notre système de santé public lui-même ont révélé que nous avions les éléments nécessaires pour affronter la situation.

Pourtant, six mois plus tard, le Canada n'avait pas encore trouvé la meilleure façon de soutenir les types de comportements d'autogestion de la santé (p. ex., port du masque, éloignement social, hygiène) qui sont nos seuls moyens de lutter contre la pandémie en attendant que l'utilisation d'un vaccin efficace soit généralisée. Les autosoins constituent notre première ligne de défense en cas d'urgence de santé publique et doivent donc recevoir un soutien comparable à celui du système de santé public.

En pratiquant les autosoins, la population elle-même devient une ressource clé dans notre système de santé. Le Canada ne peut optimiser cette ressource qu'en priorisant la capacité des citoyens de prendre soin d'eux-mêmes, de faire des choix éclairés et de s'occuper de leur propre santé.

Lors d'une enquête menée en mai 2020, 2000 Canadiens ont été interrogés sur la gestion de leur santé avant et pendant la pandémie de COVID-19, notamment sur leurs activités et leurs points de vue en matière d'autosoins². Environ la moitié des répondants avaient manqué un

rendez-vous en personne avec un médecin en raison des mesures de lutte contre la pandémie de COVID-19. Parmi eux, plus de la moitié pratiquaient une gamme d'autosoins : 19 % avaient réglé leurs problèmes eux-mêmes, 19 % avaient utilisé des services de santé virtuels et 16 % avaient demandé l'avis d'un pharmacien. Plus de la moitié de ceux qui géraient eux-mêmes leur état de santé pendant la pandémie étaient satisfaits des résultats.

L'enquête montre que, dans l'ensemble, la pandémie de COVID-19 a accru l'intérêt des Canadiens pour leur santé et les a incités à pratiquer les autosoins et à chercher plus d'information sur leur santé. La moitié des Canadiens interrogés disent maintenant qu'ils pratiquent les autosoins avec plus de confiance, et 40 % révèlent qu'ils ont cherché plus d'information sur les façons de se protéger de la COVID-19 et de traiter des maux bénins depuis le début de la pandémie.

Pour répondre aux besoins des Canadiens en matière d'autosoins, le Canada doit consolider son industrie des produits de santé grand public, qui fabrique des articles indispensables chaque jour pour la prévention et le traitement de la maladie, notamment des analgésiques, des désinfectants pour les mains et des médicaments contre la toux et le rhume. Cependant, la pandémie crée des obstacles constants qui empêchent l'industrie de prospérer et d'innover, ainsi que des perturbations sans précédent sur les plans de la production, de la main-d'œuvre, des matériaux et du commerce.

Il se présente maintenant une occasion unique d'estimer les autosoins à leur juste valeur et de passer à l'action pour réaliser la promesse d'aider les gens à prendre soin d'eux-mêmes.

Avantages liés aux autosoins

Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), les interventions d'auto-prise en charge de la santé contribuent à l'amélioration des résultats :

- Amélioration de la couverture et de l'accès
- Réduction des disparités en santé et amélioration de l'équité
- Amélioration de la qualité de service
- Amélioration des résultats en matière de santé, de situation sociale et de droits de la personne
- Réduction des coûts et utilisation plus efficace des ressources et des services de santé³.

Gains socioéconomiques potentiels au Canada

- Une enquête menée en 2015 a révélé qu'il suffirait d'augmenter légèrement la pratique des autosoins par rapport à la consultation de professionnels de la santé pour accroître considérablement la capacité du système de santé public. Si seulement les 2 % de Canadiens qui consultent un professionnel pour des symptômes légers à modérés lorsqu'ils ont le rhume, des maux de tête ou des brûlures d'estomac avaient plutôt recours aux autosoins, nous pourrions éliminer plus de trois millions de consultations médicales inutiles chaque année et libérer des ressources médicales suffisantes pour permettre à 500 000 autres Canadiens d'avoir accès à un médecin de famille⁴.



- Selon des études menées au Canada, la mise en vente libre de médicaments d'ordonnance peut avoir une forte incidence sur la façon dont la population gère sa santé, sur le coût des soins de santé et même sur la productivité de l'économie canadienne⁵.

Données probantes du monde entier

- Aux États-Unis, on estime que pour chaque dollar dépensé en produits de santé grand public, on économise 6 ou 7 \$ US ailleurs dans le système de santé, grâce à la réduction des visites chez le médecin, des frais d'exécution d'ordonnance et des coûts des médicaments d'ordonnance⁶.
- En Australie, le reclassement de certains médicaments d'ordonnance dans la catégorie des médicaments en vente libre pourrait entraîner des économies de plus de 1 milliard \$ AU⁷.
- En Europe, si l'on mettait en vente libre seulement 5 % des médicaments d'ordonnance prescrits pour des maux pouvant être traités par la pratique des autosoins, on économiserait plus de 16 milliards d'euros⁸.
- Après que le Royaume-Uni a reconnu les autosoins comme l'un des quatre piliers de son système de santé national et a mis en place des politiques appropriées, l'utilisation des services de santé financés par l'État a considérablement diminué, la santé et la qualité de vie se sont améliorées et la satisfaction des patients s'est accrue⁹.

3 grands secteurs d'impact 458 millions \$ de réduction du coût des médicaments

Les économies les plus importantes viseront les régimes d'assurance-médicaments des employeurs et du gouvernement, ainsi que des millions de Canadiens n'ayant pas de couverture complète pour ces médicaments.

290 millions \$ de réduction du coût des visites chez le médecin

L'accroissement des autosoins réduira la pression exercée sur les médecins et libérera environ 6,6 millions de rendez-vous.

Relance de 290 millions \$ pour les travailleurs et l'économie du Canada

En augmentant la productivité au travail et en réduisant l'absentéisme

Principes directeurs pour l'élaboration de la stratégie

Responsabilisation

Les gouvernements visent des objectifs de santé mesurables et conçus pour produire de meilleurs résultats de santé pour les Canadiens



Priorisation des personnes Les personnes sont considérées comme des participants actifs, plutôt que comme des bénéficiaires passifs, des soins de santé, et les interventions sont conçues en fonction de leurs besoins et intérêts



Éléments probants Les politiques, programmes, lois et règlements sont fondés sur les meilleurs éléments probants disponibles



Collaboration

Tous les ordres de gouvernement, l'industrie, le monde universitaire et les organismes non gouvernementaux travaillent ensemble pour promouvoir des solutions intégrées



Stratégie nationale d'autosoins

Autonomisation

Grâce à la sensibilisation et au soutien, les personnes sont aptes à faire des choix concernant leur santé et leur mieux-être, et participent de façon concrète à la prise de décisions du gouvernement



Optimisation des ressources

Les ressources sont pleinement optimisées dans le but d'améliorer les résultats de santé de manière rentable



Pertinence Les interventions envisagées et exécutées sont adaptées au contexte actuel et aux tendances émergentes



Domaines d'action et possibilités d'intervention fédérale

Domaines d'action

Possibilités d'intervention fédérale	Jeter les bases d'une stratégie nationale d'autosoins	Réglementer les autosoins pour en maximiser les avantages	Soutenir la compétitivité et encourager l'innovation	Aider les Canadiens à pratiquer les autosoins
	Mener une étude parlementaire sur les avantages des autosoins	Adapter la réglementation à l'environnement numérique Intégrer les annexes de médicaments dans le processus fédéral d'approbation des produits de santé Tenir les organes de réglementation responsables de produire des avantages pour la santé	Axer la réglementation des produits de santé sur l'économie Supprimer les obstacles inutiles à la mise en vente libre de produits d'ordonnance	Améliorer la littératie en matière d'autosoins Mettre en œuvre des mesures fiscales pour soutenir et encourager les pratiques d'autosoins

Domaine d'action 1 : Jeter les bases d'une stratégie nationale d'autosoins

L'Organisation mondiale de la Santé reconnaît le rôle des autosoins dans la résolution de problèmes mondiaux tels que le manque de personnel de santé, le manque d'accès à des services de santé de qualité pour les personnes vulnérables et marginalisées, l'établissement d'infrastructures et de technologies de santé adéquates et les difficultés financières résultant des frais de santé non couverts. La Global Self-Care Federation contribue à réaliser les objectifs de santé publique de l'OMS en collaborant à des projets, notamment l'élaboration d'un « indice de préparation aux autosoins » qui vise à déterminer les facteurs essentiels de la préparation aux autosoins dans un système de santé.

Différents pays reconnaissent également la valeur des autosoins, notamment le Royaume-Uni qui en a fait l'un des piliers de son système national de santé et continue de mettre en place des politiques de soutien dans ce domaine.

Le Canada doit maintenant se doter d'une stratégie d'autosoins qui reconnaisse et respecte le fait que chaque personne est en fin de compte responsable de sa santé et capable de la gérer à l'aide de soutiens, de produits et de services judicieux, qui offre aux Canadiens un accès équitable à des produits et services abordables, et qui aide les fabricants canadiens de produits de santé grand public à prospérer et à innover pour aider les gens à prendre soin d'eux-mêmes.

Possibilité d'intervention fédérale

Mener une étude parlementaire sur les avantages des autosoins

Dans le cadre d'une étude parlementaire sur les autosoins, nous devons : a) examiner les répercussions actuelles et futures des autosoins sur les résultats en matière de santé et sur la viabilité du système de soins de santé, et formuler des recommandations sur les mesures que le gouvernement fédéral pourrait adopter pour optimiser ces résultats; b) examiner les rôles et les responsabilités de tous les ordres de gouvernement et d'autres intervenants du système de santé, et formuler des recommandations holistiques sur la façon dont tous les acteurs peuvent travailler ensemble pour promouvoir les autosoins; c) déterminer comment les autosoins peuvent compléter l'assurance-médicaments et quels sont les produits essentiels couverts par l'assurance-médicaments qui pourraient éventuellement être mis en vente libre.

L'étude parlementaire sur les autosoins pourrait être réalisée parallèlement à la mise en œuvre des mesures suivantes, qui sont étayées par des éléments probants et doivent être envisagées sans tarder.

Domaine d'action 2 : Réglementer les autosoins pour en maximiser les avantages

L'approche fédérale en matière de réglementation des produits de santé grand public remonte à 1920. Bien que la Loi sur les aliments et drogues et sa réglementation aient été modifiées depuis ce temps, le fondement juridique et les politiques qui en découlent ne reflètent pas la société d'aujourd'hui, c'est-à-dire les progrès scientifiques et technologiques réalisés, le comportement et les préférences des consommateurs, l'économie numérique et plus encore.

Possibilités d'intervention fédérale

Adapter la réglementation à l'environnement numérique

À l'heure actuelle, la réglementation des produits de santé grand public répond principalement au modèle traditionnel des achats effectués dans un magasin physique à l'intérieur des frontières canadiennes et à des exigences détaillées qui décrivent parfois jusqu'à la taille de la police de caractères des emballages imprimés.

Cependant, les consommateurs changent leurs habitudes; les achats en ligne sont en hausse rapide, phénomène que la pandémie accélère encore davantage. Statistique Canada signale que les ventes au détail en ligne ont presque doublé de février à mai 2020 seulement, et ont atteint un chiffre record de 3,9 milliards de dollars¹⁰.

Les outils et les technologies numériques permettant de fournir aux consommateurs l'information dont ils ont besoin pour faire des choix sûrs et éclairés existent et sont déjà en cours d'utilisation.

Par exemple, SmartLabel est une initiative conçue par des fabricants et des détaillants pour répondre à la demande des consommateurs qui veulent en savoir davantage sur les produits. SmartLabel permet de fournir plus d'information qu'une étiquette de produit.

L'adoption rapide du commerce électronique fait ressortir la façon dont des réglementations différentes pour les mêmes produits peuvent influencer les prix et le choix des consommateurs. À défaut d'obtenir les produits qu'ils veulent aux prix qu'ils sont prêts à payer au Canada, les Canadiens chercheront ailleurs, particulièrement en ligne et aux États-Unis, pour avoir les mêmes produits ou des produits similaires pour moins cher. Voilà comment des produits étrangers et non approuvés s'introduisent sur le marché canadien.

Le Canada doit adopter des approches réglementaires novatrices pour profiter des possibilités d'étiquetage

plus souples qui résultent de l'augmentation des ventes en ligne, pour fournir aux consommateurs l'information numérique dont ils ont besoin afin de faire des choix éclairés et pour s'attaquer au marché clandestin.

Intégrer les annexes de médicaments dans le processus fédéral d'approbation des produits de santé

Le Canada est le seul pays au monde qui n'inclut pas les conditions de vente (p. ex., l'endroit où un produit peut être vendu, l'obligation de consulter un pharmacien, etc.) dans son processus d'approbation des produits de santé. Le gouvernement fédéral (Santé Canada) décide quels sont les produits de santé approuvés pour la vente et s'ils nécessitent une ordonnance. Santé Canada est également autorisé et apte à établir d'autres conditions de vente, mais laisse ce soin aux provinces et aux territoires. Dans le cadre du processus des annexes de médicaments, les organismes provinciaux et territoriaux

Promouvoir les autosoins en vertu d'une nouvelle loi

Bien que nettement différents des médicaments d'ordonnance, les produits d'autosoins tels que les médicaments en vente libre, les produits de santé naturels et autres sont régis par la même loi, soit la Loi sur les aliments et drogues.

Le moment est venu d'adopter une nouvelle loi qui reconnaisse le profil d'innocuité des produits d'autosoins et qui mette la priorité sur les autosoins pour soutenir de meilleurs résultats en matière de santé et fournir une ressource clé à notre système de santé.

qui supervisent le domaine de la pharmacie examinent les produits de santé en vente libre approuvés par le gouvernement fédéral afin de déterminer s'ils devraient être vendus sur ordonnance et d'ajouter des conditions de vente.

Cette approche non coordonnée et répétitive crée une multitude de problèmes : a) l'accès au même produit est parfois inégal parce que les règles diffèrent à l'intérieur du pays; b) les provinces et les territoires ont du mal à faire respecter les conditions de vente, en particulier dans les magasins en ligne, vu que bon nombre d'entre eux n'ont pas d'autre autorité légale qu'en pharmacie; c) les entreprises de produits de santé grand public font face à des coûts accrus et à des retards pour lancer de nouveaux produits sur le marché canadien en raison des divergences interprovinciales et des obstacles au commerce que cela crée; d) l'innovation est considérablement entravée, comme il en sera question à la section sur le remplacement des médicaments.



Tenir les organes de réglementation responsables de produire des avantages pour la santé

La réglementation peut être un outil efficace lorsqu'elle est fondée sur les meilleures données probantes disponibles, qu'elle donne des avantages mesurables pour la santé, qu'elle utilise les moyens les plus efficaces et les plus simples d'atteindre les objectifs réglementaires et que son efficacité est évaluée après la mise en œuvre. Depuis

trop longtemps, la réglementation sur les produits de santé grand public ne mène pas aux avantages attendus et il n'existe aucune responsabilisation permettant de mesurer les résultats ou de corriger les lacunes.

Il est temps que Santé Canada soit tenu responsable de démontrer que la réglementation en matière de santé publique est associée à des avantages mesurables et ce, pour tous les nouveaux projets de réglementation, et il faudrait examiner ou éliminer les règlements existants qui n'atteignent pas leurs objectifs.

Domaine d'action 3 : Soutenir la compétitivité et encourager l'innovation

La santé des Canadiens et de l'économie canadienne exigent que nous conservions de solides capacités de fabrication des produits d'autosoins. Dans un secteur aussi étroitement contrôlé, les responsables de la réglementation doivent être sensibilisés aux répercussions économiques de la réglementation, afin que celle-ci soit efficiente et efficace, et permette d'approvisionner les Canadiens en temps opportun.

Alors que la pandémie suscite des politiques nationalistes qui constituent de réelles menaces pour les chaînes d'approvisionnement mondiales, le gouvernement fédéral doit continuer de travailler avec ses partenaires commerciaux et les institutions internationales pour assurer la libre circulation des produits, des ingrédients et des personnes.

Possibilités d'intervention fédérale

Axer la réglementation des produits de santé sur l'économie

L'industrie des produits de santé grand public est entravée par des décennies de réglementation coûteuse et trop lourde qui n'atteint pas les objectifs visés. Ces règlements sont fondés sur des analyses coûts-avantages inadéquates, qui ne reflètent pas réellement la rançon des affaires au Canada. Le coût élevé de la conformité réglementaire décourage les investissements dans la fabrication et la distribution au Canada. À titre d'exemple, une enquête menée récemment par Deloitte révèle qu'en raison de ces coûts, deux fois plus de lancements de nouveaux produits de santé sont abandonnés au Canada par rapport à la moyenne au Royaume-Uni, aux États-Unis et en Australie¹¹.

Dans l'Énoncé économique de l'automne 2018, le gouvernement a reconnu les obstacles réglementaires auxquels sont confrontées les entreprises canadiennes et s'est engagé à « étudier l'intégration en permanence de l'efficacité réglementaire et de la croissance économique aux mandats des organes de réglementation ». Nous demandons au gouvernement de redynamiser et d'accélérer ce dossier, qui est plus important que jamais pendant que notre industrie s'efforce de surmonter la COVID-19 et de devenir plus résiliente.

Supprimer les obstacles inutiles à la mise en vente libre de produits d'ordonnance

Le principal moteur de croissance de l'industrie des produits de santé grand public est la mise en vente libre, ou sans ordonnance, de médicaments d'ordonnance qui représentent pour les Canadiens de nouvelles possibilités de pratiquer les autosoins.

La mise en vente libre de produits d'ordonnance comporte aussi des avantages économiques. Selon une étude réalisée en 2017 par Le Conference Board du Canada, la mise en vente libre d'une seule catégorie de médicaments (celle des inhibiteurs de la pompe à protons servant à traiter les brûlures d'estomac ou les indigestions fréquentes) pourrait réduire les coûts liés aux soins de santé de près de 710 millions de dollars¹².

Les Canadiens ont moins de choix en matière de produits d'autosoins que les consommateurs d'autres pays tels que les États-Unis, l'Australie et l'Union européenne, en grande partie parce que le Canada a du retard sur la plupart de ses grands partenaires commerciaux dans la mise en vente libre de médicaments d'ordonnance. Les principaux obstacles sont le processus de réglementation complexe et coûteux associé à ce changement au Canada (en particulier le processus répétitif fédéral-provincial des annexes de médicaments qui est expliqué ci-dessus), ainsi que le manque de protection que nous accordons aux données des innovateurs par rapport à d'autres pays.

Il est temps pour le Canada de mettre en œuvre des politiques et une réglementation modernes (semblables à celles des États-Unis, de l'Australie et de l'Union européenne) pour gérer le processus de mise en vente libre de médicaments d'ordonnance et pour assurer la protection des données des entreprises (comme aux États-Unis, au Japon et en Union européenne).





Domaine d'action 4 : Aider les Canadiens à pratiquer les autosoins

La façon dont nous pratiquons les autosoins est déterminée en partie par la littératie en santé, un domaine qui connaît un manque d'investissement chronique au Canada et ailleurs. Les conséquences en sont péniblement évidentes maintenant que les gens doivent peser leurs décisions dans le contexte de l'information changeante dont ils disposent et de la désinformation généralisée qui règne au sujet de la COVID-19. Certaines personnes ont pris des décisions dangereuses pour elles-mêmes et pour les autres, en partie à cause de la rapidité avec laquelle elles ont pu se renseigner et adapter leur comportement. L'amélioration de la littératie en santé prend du temps, mais permettra de favoriser des comportements sûrs et judicieux dans n'importe quel contexte, que ce soit ou non en temps de pandémie.

Le coût est un autre facteur qui détermine la façon dont les Canadiens pratiquent les autosoins. Notre système de santé couvre, à partir du premier dollar, des services formels tels que les soins médicaux et hospitaliers, et couvre au moins partiellement de nombreux

médicaments d'ordonnance, alors que les Canadiens doivent payer de leur poche tous les coûts associés aux autosoins (p. ex., pour l'achat de médicaments auparavant vendus sur ordonnance).

Possibilités d'intervention fédérale

Améliorer la littératie en matière d'autosoins

La qualité de la littératie en matière de santé demeure un élément essentiel de la pratique sûre et efficace des autosoins. Selon une étude menée en 2017, les Canadiens les mieux informés dans ce domaine ont tendance à être en meilleure santé. Dans l'ensemble, les Canadiens soutiennent la comparaison avec les Européens en ce qui concerne leurs connaissances sur la santé et la prévention des maladies, mais ont plus de difficulté à s'orienter dans le système de santé, bien qu'ils trouvent un peu plus facile d'évaluer les possibilités de traitement¹³. Ces résultats semblent indiquer que les Canadiens sont en mesure de pratiquer les autosoins de manière responsable dans leur vie quotidienne.

Cependant, l'étude révèle aussi que, comme les Européens, les Canadiens peuvent avoir du mal à juger de la fiabilité de toute information sur la santé provenant de sources autres que les médecins ou les pharmaciens.

Nous ratons continuellement des occasions d'améliorer la littératie en autosoins parce que les interventions gouvernementales en matière de santé reposent souvent sur le principe que les Canadiens doivent être protégés d'eux-mêmes. Cette optique donne lieu à une réglementation et à d'autres mesures à tendance paternaliste.

Pendant plusieurs années, la Colombie-Britannique a publié un guide intitulé « BC HealthGuide Handbook ». Cette ressource sur la pratique des autosoins pour régler des problèmes de santé courants portait sur la prévention et la prise en charge des maladies, les traitements à domicile et les situations où il est opportun de consulter un médecin ou un autre professionnel de la santé. Elle est maintenant offerte sous forme numérique et dans le cadre des services de télésanté.

Nous devons reconnaître et respecter le fait que chaque personne est en définitive responsable de sa propre santé et capable de la gérer si elle bénéficie de soutiens, de produits et de services appropriés. Cela signifie qu'il faut investir dans la littératie en matière d'autosoins grâce à la recherche, à la sensibilisation du public et au soutien à la prise de décision. Il faut également que les gouvernements et d'autres secteurs collaborent pour promouvoir l'éducation et la sensibilisation holistiques liées aux autosoins, notamment sur des points tels que l'alimentation saine, l'abandon du tabac, la sécurité au soleil, l'activité physique, etc.

Mettre en œuvre des mesures fiscales pour soutenir et encourager les pratiques d'autosoins

Le traitement fiscal préférentiel appliqué aux produits de santé d'ordonnance par rapport aux produits en vente libre constitue un facteur de désincitation financière à la pratique responsable des autosoins. Les médicaments d'ordonnance sont libres de la taxe sur les produits et services (TPS) et représentent une dépense admissible en vertu du crédit d'impôt pour frais médicaux (CIFM). Cet incitatif direct se rapporte aux régimes d'assurance-médicaments exonérés d'impôt fournis par l'employeur.

À l'heure actuelle, le CIFM exclut tous les produits de santé grand public, même s'ils constituent un choix

thérapeutique aussi approprié que certains médicaments d'ordonnance admissibles au titre du CIFM pour traiter le même problème de santé. Depuis 1988, année au cours de laquelle l'approche actuelle du CIFM a été établie, plus de 44 ingrédients contenus dans des centaines de produits de santé grand public sont devenus des produits en vente libre et ne sont donc plus admissibles au crédit d'impôt. Pensons par exemple aux analgésiques comme Aleve® et Advil® et aux antihistaminiques tels que Reactine® et Aeries®.

Certaines exceptions ont cependant été faites, ce qui crée un précédent ouvrant la voie à de futurs changements dans un système fiscal qui semble parfois arbitraire. En 2015, les produits d'hygiène féminine ont été exonérés de la TPS.

D'autres pays reconnaissent la valeur des médicaments en vente libre dans leur politique fiscale. En mars 2020, par exemple, les États-Unis ont adopté une loi qui vise à aider des millions de consommateurs à économiser en autorisant l'achat de médicaments en vente libre grâce à des comptes d'épargne défiscalisés. Il est temps que les produits d'autosoins approuvés par Santé Canada deviennent admissibles au titre du crédit d'impôt pour frais médicaux. Comme point de départ, les produits d'autosoins essentiels à l'hygiène dentaire tels que les brosses à dents, le dentifrice et la soie dentaire pourraient être exonérés de la TPS, conformément au précédent établi pour les produits d'hygiène féminine en 2015.



Conclusion

La COVID-19 nous a montré que le Canada a besoin d'une stratégie nationale d'autosoins, car ceux-ci revêtent une importance primordiale en période de pandémie. Toutefois, la stratégie ne se limiterait pas à la gestion des situations de crise. Elle serait un moyen essentiel d'aider les gens à vivre en meilleure santé, en toute confiance et de façon autonome, mais aussi un élément fondamental de la durabilité de notre système de santé.

Le Canada a la possibilité de faire des autosoins une pierre angulaire des soins de santé et de sortir de la pandémie encore plus fort qu'auparavant.



- ¹ International Self-Care Foundation. Les sept piliers de l'autosoin, consulté le 25 septembre 2020, <https://isfglobal.org/practise-self-care/the-seven-pillars-of-self-care/>.
- ² Redfern Research. Self-care Information and Behaviour Among Canadians During the COVID-19 Pandemic: A Report to Consumer Health Products Canada (Ottawa : Consumer Health Products Canada/Produits de santé consommateurs du Canada, 2020).
- ³ Organisation mondiale de la Santé. Lignes directrices consolidées sur les interventions d'autoprise en charge en matière de santé: Santé sexuelle et reproductive et droits connexes (Genève : Organisation mondiale de la Santé, 2019).
- ⁴ Kristin R. Willemssen, Gerry Harrington. « From Patient to Resource: The Role of Self-Care in Patient-Centered Care of Minor Ailments », *SelfCare*, vol. 3, no 3, p. 43-55, 2012.
- ⁵ Isabelle Gagnon-Arpin. Valeur des produits de santé destinés aux consommateurs : Incidences économiques de la mise en vente libre de médicaments sur ordonnance (Ottawa : Le Conference Board du Canada, 2017).
- ⁶ Booz & Co. The Value of OTC Medicine to the United States (Washington : Consumer Healthcare Products Association, 2012).
- ⁷ Joshua Noone, Christopher M. Blanchette. « The value of self-medication: summary of existing evidence », *Journal of Medical Economics*, vol. 21, no 2, p. 201-211, 2018.
- ⁸ Joshua Noone, Christopher M. Blanchette. « The value of self-medication: summary of existing evidence », *Journal of Medical Economics*, vol. 21, no 2, p. 201-211, 2018.
- ⁹ Department of Health. Self-Care – A Real Choice: Self-Care Support – A Practical Option (Londres : Department of Health, 2005).
- ¹⁰ Jason Aston, Owen Vipond, Kyle Virgin, Omar Youssouf. Le commerce de détail électronique et la COVID-19 : comment le magasinage en ligne a ouvert des portes pendant que beaucoup se fermaient (Ottawa : Statistique Canada, 2020).
- ¹¹ Deloitte. Cost of Doing Business in the Consumer Health Products Sector in Canada (Ottawa : Consumer Health Products Canada/Produits de santé consommateurs du Canada, 2020).
- ¹² Isabelle Gagnon-Arpin. Valeur des produits de santé destinés aux consommateurs : Incidences économiques de la mise en vente libre de médicaments sur ordonnance (Ottawa : Le Conference Board du Canada, 2017).
- ¹³ Sondage auprès des Canadiens réalisé en ligne par Redfern Research entre le 5 et le 12 juillet 2017 pour Consumer Health Products Canada/Produits de santé consommateurs du Canada.