

# Inter bloCS

JOURNAL INTERNE DU CHU SAINTE-JUSTINE

SEPTEMBRE 2019  
VOL. 41  
N° 6

## Les valeurs qui nous colorent!



Interblocs est publié par la Direction des communications du CHU Sainte-Justine.  
Disponible sur notre site : [chusj.org](http://chusj.org)

**Photographie :** Stéphane Dedelis, Véronique Lavoie, Alexandre Marchand, Charline Provost  
**Impression :** Empreinte  
**Éditrice :** Anne-Julie Ouellet, directrice des communications  
**Coordination :** Nicole Saint-Pierre  
**Graphisme :** Félicia Faucher

Vous pouvez joindre l'équipe d'Interblocs par courriel à [interblocs.hsj@sss.gouv.qc.ca](mailto:interblocs.hsj@sss.gouv.qc.ca) ou par téléphone au 514 345-4663  
**Prochaine parution :** Décembre 2019  
Reproduction permise avec mention de la source



2

## DANS CE NUMÉRO

**P. 3**  
Mot de la PDG

**P. 4**  
La démarche du code d'éthique

**P. 5**  
Les valeurs du code d'éthique

**P. 6**  
Les auteurs du code d'éthique

**P. 7**  
Sous les projecteurs  
Prix annuels du CMDP

**P. 8**  
Centre de promotion de la santé  
Pour une rentrée verte

**P. 9**  
Des études à découvrir  
Un médicament contre l'insuffisance cardiaque pour traiter la leucémie  
Les habitudes d'utilisation des médias sociaux et de la télévision

**P. 10**  
Fondation CHU Sainte-Justine  
Le Cercle de Sainte-Justine atteint les 8 M\$ pour la néonatalogie  
La jeunesse, une alliée du CHUSJ

**P. 11**  
Rehaussement du système de paie  
L'équipe du Programme Mieux-Être

**P. 12**  
Le CHU dans les médias





## Le nouveau code d'éthique du CHU Sainte-Justine : un engagement de tous, chaque jour

Par **Caroline Barbir**, présidente-directrice générale

Je suis heureuse de vous présenter le nouveau code d'éthique du CHU Sainte-Justine constitué de quatre valeurs fondamentales qui feront écho pour tous : la quête de l'excellence, la bienveillance, le partenariat et l'engagement individuel et collectif. Ce code, unique à notre établissement, incarne les attentes exprimées au regard de ces valeurs tant par nos patients et leurs proches que par notre personnel.

Mais pourquoi se doter d'un code d'éthique? Concrètement, il précise les droits des usagers et indique les conduites attendues du personnel. Plus largement, notre code d'éthique représente les valeurs centrales qui lient la communauté de Sainte-Justine et qui guident les comportements de tous et chacun au quotidien.

Pour leur travail remarquable, j'aimerais souligner la contribution des trois auteurs du document, Dr Antoine Payot, néonatalogiste, Monsieur Michel Lorange, éthicien et Madame Marie-Claude Levasseur, infirmière clinicienne et coordonnatrice de l'Unité d'éthique clinique, qui ont su donner à ce code non seulement son cadre de réflexion et d'action, mais aussi lui insuffler son caractère d'humanité.

La Semaine des valeurs qui se déroule du 9 au 13 septembre est la première occasion parmi plusieurs de souligner la portée et la pertinence de ces quatre valeurs centrales au sein du CHU Sainte-Justine. Je vous invite à y prendre part et à vous inspirer de ces valeurs qui sont les nôtres dans votre pratique de tous les jours et finalement, de faire en sorte que ce code soit d'abord et avant tout un guide pour l'amour des mères et des enfants.

## La démarche du code d'éthique

Le CHU Sainte-Justine vient de se doter d'un nouveau code d'éthique, élaboré à partir de trois démarches qui ont permis d'explorer les valeurs du personnel ainsi que celles des patients et de leurs proches. D'abord, cette exploration a été initiée dans le cadre du projet Sainte-Justine au futur où des groupes de discussions, réunissant des patients et leurs proches, ont permis de tracer un portrait de ce qui pourrait être leur hôpital au futur. Cette démarche s'est poursuivie à l'intérieur d'autres groupes de discussion réunissant cette fois, des médecins, des professionnels, du personnel de soutien et des cadres. Enfin, dans une perspective de soins humanisés et de partenariat, le Département de pédiatrie a proposé une vision selon laquelle le personnel médical et infirmier, les professionnels de la santé, les gestionnaires, le personnel de soutien et autres employés, soient tous des soignants et apportent leurs compétences avec humanisme et empathie.

Ce code d'éthique encourage la réflexion et l'engagement de tous vers un savoir-être et un savoir-faire, par une conduite personnelle et professionnelle exemplaire.

Quatre valeurs fondamentales sont au cœur du code d'éthique :

**La quête de l'excellence**

**La bienveillance**

**Le partenariat**

**L'engagement individuel et collectif**





## Les valeurs du code d'éthique

Le code d'éthique du CHU Sainte-Justine repose sur quatre valeurs afin d'encourager la réflexion et l'engagement de tous vers un savoir-être et un savoir-faire, par une conduite personnelle et professionnelle exemplaire. Ces valeurs sont essentielles afin que les soins et les services répondent aux besoins des mères, des enfants, des adolescents et des familles.

Ces quatre valeurs sont reliées entre elles et doivent être considérées comme un tout.

### LA QUÊTE DE L'EXCELLENCE



- En restant ouvert à l'évolution des pratiques, toujours basées sur les meilleures connaissances et adaptées à la spécificité et à la complexité du cas de chaque patient.
- En partageant ses connaissances, entre les personnes travaillant au CHU Sainte-Justine, les patients, leurs proches, le réseau et les partenaires, afin que chacun puisse se développer pour mieux soutenir les patients et leur famille.
- En donnant un espace de liberté aux autres et en soutenant chacun pour exprimer sa créativité et tenter d'innover.
- En faisant place au dialogue afin que collègues, patients, familles, puissent exprimer leur opinion librement et contribuer à l'avancement des idées.

### LA BIENVEILLANCE



**Chacun s'engage à être bienveillant à l'égard des patients et de leurs proches et à prendre soin d'eux en considérant leurs besoins physiques, psychologiques, sociaux et spirituels.**

- En reconnaissant, en accueillant et en tentant de comprendre la réalité de l'autre sans le juger.
- En reconnaissant l'importance de chacun.
- En favorisant le dialogue et la délibération comme moteurs de la relation.
- En soutenant et en accompagnant chaque personne.
- En se traitant avec respect dans un milieu exempt de violence.

### LE PARTENARIAT



**Travailler en partenariat permet de s'adapter à chaque personne et à chaque situation, en mettant à profit les compétences et les capacités des patients, de leurs proches et des collègues. Chacun s'engage, dans la mesure de ses capacités, à être partenaire.**

- En considérant que la relation est importante.
- En étant présent ici et maintenant pour cette relation.
- En construisant ensemble les soins et les services, en tenant compte des multiples personnes et réalités et en reconnaissant à sa juste valeur la contribution des patients et de leurs proches dans ce processus.
- En favorisant une approche coordonnée, globale et interdisciplinaire, dans un souci constant de continuité dans la relation et les soins et services.
- En considérant que nous sommes tous interdépendants. D'où la nécessité de faire équipe ensemble.

### L'ENGAGEMENT INDIVIDUEL ET COLLECTIF



**Chacun s'engage, par son action individuelle et ses actions collectives, à assurer que les soins et services, l'attitude entre les personnes, le climat et la relation entre chaque personne soutiennent la mission de soins, d'enseignement et de recherche du CHU Sainte-Justine.**

- En se sentant responsable et imputable des soins et services.
- En considérant que la contribution de chacun est nécessaire pour offrir les soins et services répondant aux besoins des patients et de leurs proches.

## Les auteurs du code d'éthique

# Au CHU Sainte-Justine, nous sommes tous des soignants et tous des collègues



« À Sainte-Justine, nous ne souhaitons pas que notre code d'éthique serve à discipliner ou décrire tous les comportements attendus. Nous voulons, au contraire, qu'il affirme notre identité et les valeurs que nous portons individuellement et collectivement, ce qui fait notre force et notre unité.

C'est pourquoi nous avons travaillé directement avec les patients, les familles, les employés et les médecins du CHU Sainte-Justine pour identifier ce qui nous rejoint et qui forme notre identité.

Ce travail se résume en 4 valeurs que nous voulons porter collectivement et mettre de l'avant, car c'est ensemble et dans les petits gestes du quotidien que nous sommes le CHU Sainte-Justine. »

**Antoine Payot**, néonatalogiste

« Pour moi, le code d'éthique (même si je n'affectionne pas particulièrement son nom... haha!), est un outil qu'on se donne, à nous les soignants, les employés et les patients et leur famille afin de nous centrer encore et toujours sur notre objectif commun. C'est un guide qui existe pour se rappeler que nous sommes ensemble, à partager toutes ces expériences de soins, en donnant le meilleur de nous-même, même quand c'est difficile.

Un code d'éthique comme celui du CHU Sainte-Justine, c'est le résultat de notre unicité, de notre force et de la magie que les enfants savent créer autour d'eux! »

**Marie-Claude Levasseur**, infirmière clinicienne, coordonnatrice de l'Unité d'éthique clinique. »

« Le CHU Sainte-Justine forme une communauté avec ses patientes et patients, leurs proches, les soignants, le personnel de soutien et les cadres.

Cette communauté a exprimé, lors des multiples groupes de discussion tenus avec ces personnes, ce qu'elle trouvait important, ce qu'elle valorisait dans la relation de soins. Le code d'éthique a été rédigé comme un guide pour nous aider à réfléchir à nos actions, aux relations que nous avons avec les patients et leurs proches de même qu'entre nous. Il définit l'essence même de cette communauté que nous formons et ce que chacune et chacun attendent de l'autre. »

**Michel Lorange**, éthicien

## Sous les projecteurs

Par **Valérie Lamarre, M.D.**, présidente du Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP), CHU Sainte-Justine

# Le Prix annuel du CMDP 2019 décerné à la Dre Anne Prévaille-Gendreau

Le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP) est heureux d'annoncer que la **Dre Anne Prévaille-Gendreau**, résidente au Département d'imagerie médicale, a remporté le Prix CMDP 2019 pour un projet d'évaluation de l'acte médical élaboré par un résident, pour son projet « La non-visualisation d'un appendice à l'échographie dans le cadre d'une recherche d'appendicite aiguë chez les enfants est-elle identique à une étude négative? Est-il nécessaire de réaliser une échographie de contrôle? ».

Toutes nos félicitations!



La Dre Anne Prévaille-Gendreau (2<sup>e</sup> à gauche) est entourée (de gauche à droite) des **Dr Pierre-Philippe Piché-Renaud**, **Dre Marianna Zarrelli**, **Dre Suzy Gascon**, **Dr Gilles Girouard**, membres du comité de sélection pour le Prix du CMDP, et de la **Dre Valérie Lamarre**, présidente du Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens.

7

## Le Prix annuel Mention Spéciale du CMDP 2019 décerné au sous-comité d'évaluation de l'acte de la Pédiatrie – Volet Réseau



Le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP) est heureux d'annoncer que sous-comité d'évaluation de l'acte médical (SCEAM) de la Pédiatrie – Volet Réseau a remporté le Prix Mention Spéciale CMDP 2019 pour un projet d'évaluation de l'acte médical élaboré par un SCEAM pour le projet « Prise en charge de l'infection urinaire fébrile chez les enfants âgés de 3 mois à 3 ans ».

Toutes nos félicitations!

De gauche à droite **Dre Céline Belhumeur**, **Dre Anne-Claude Bernard-Bonnin**, **Mme Audrée Comtois**, **Dre Maria Buihieu**, membres du SCEAM Pédiatrie – Volet Réseau, **Dr Pierre-Philippe Piché-Renaud**, **Dre Marianna Zarrelli**, **Dre Suzy Gascon**, **Dr Gilles Girouard**, membres du comité de sélection pour le Prix Mention Spéciale du CMDP, et **Dre Valérie Lamarre** présidente du Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens.

(Membres du SCEAM Pédiatrie – Volet Réseau absents sur cette photo : **Dre Caroline Chartrand**, **Dre Helena Evangeliou**, **Dre Nathalie Lucas** et **Dre Jade Hindie**)

## Centre de Promotion de la santé

Par l'équipe du Centre de promotion de la santé

# Pour une rentrée verte

Le mois de septembre est synonyme de rentrée. Pour beaucoup, c'est le retour à la préparation des lunchs, aux horaires plus chargés, etc. Pour l'occasion, l'équipe de votre Programme Mieux-Être vous propose une rentrée verte!

Le PMÉ prend un virage vert et souhaite vous fournir des trucs et conseils afin d'intégrer des petits changements dans vos habitudes dans le but d'améliorer votre santé, celle de votre famille et d'avoir des comportements plus respectueux de l'environnement.

### Saine alimentation – Boîte à lunch verte



Voici 4 astuces pour une boîte à lunch verte, c'est-à-dire, composée d'un repas équilibré et dont les choix sont plus écologiques.

- Prférez les sacs réutilisables en tissus à ceux à usage unique. Maintenant très accessibles, ils se retrouvent dans une foule de commerces avec des formats variés et des motifs pour tous les goûts. Ils sont idéaux pour conserver sandwichs, crudités, noix, fromage, craquelins, etc.
- Favorisez votre bouteille d'eau réutilisable pour vous hydrater aux repas et tout au long de la journée. Vous diminuez les cartons de portions individuelles de jus de fruits, de boisson de soya et autres. De plus, l'eau reste le meilleur choix de boisson.
- Privilégiez les produits de saison et du Québec, septembre est un mois où il est plus facile de le faire avec toute cette belle abondance de produits.
- Lors de vos courses à l'épicerie, n'oubliez pas vos sacs en filet ou en tissu pour rapporter les fruits et les légumes. Si votre marché d'alimentation le permet, apportez vos contenants réutilisables pour la viande et le poisson.

Il existe une foule de stratégies simples qui peuvent être prises pour avoir un impact positif sur notre santé et la santé environnementale. Des petits changements peuvent être intégrés graduellement afin de faire des choix plus durables.

### L'activité physique : Le transport actif



Voici quelques astuces pour intégrer des déplacements actifs (marche, vélo, etc..) à votre quotidien. Ceux-ci ont des avantages notables sur votre santé, en permettant d'être plus actif physiquement sur une base régulière, ainsi que sur l'environnement, par exemple, en diminuant les émissions de gaz à effets de serre émanant des autos.

- Analysez les possibilités d'intégrer la marche ou le vélo dans vos déplacements pour vous rendre au travail :
  - » Est-il possible de laisser l'auto à la maison?
  - » Est-il possible d'intégrer les transports en commun? Les occasions pour marcher sont plus grandes en transport en commun!
  - » Est-il possible d'intégrer le vélo à ses déplacements?
  - » Est-il possible de stationner l'auto à distance du travail et de poursuivre à pied?
- Pour ceux qui utilisent déjà les transports en commun :
  - » Marchez de la station de métro à votre destination plutôt que d'emprunter l'autobus
  - » Descendez de l'autobus quelques arrêts avant destination.
- À la maison :
  - » Laissez l'auto à la maison lorsque vous faites vos petites emplettes.

### La marche méditative



À l'occasion de la rentrée, pourquoi ne pas intégrer une nouvelle activité?

Une bonne idée : concilier la marche et la méditation!

La marche méditative permet d'être présent, sans effort, à tout ce qui survient. C'est une invitation à marcher lentement en étant conscient de notre posture, à être ouvert à l'environnement qui nous entoure ( les sons, les formes, les couleurs, les mouvements) et à ce qui se présente à l'intérieur de nous ( nos sensations, nos émotions, non pensées).

La marche méditative ou de pleine conscience peut se faire n'importe où, lors de nos déplacements habituels, de nos promenades, peu importe le lieu.



# Un médicament contre l'insuffisance cardiaque pour traiter la leucémie



Une étude du professeur **Noël J. M. Raynal** publiée dans le *Journal of Experimental and Clinical Cancer Research* démontre l'efficacité d'un médicament destiné au départ à l'insuffisance cardiaque pour traiter le cancer. Certains médicaments conçus pour des indications thérapeutiques peuvent être utilisés pour d'autres maladies, c'est ce qu'on appelle le repositionnement de médicaments. Puisqu'ils ont déjà passé les étapes critiques d'approbation liées à la toxicologie, l'innocuité préclinique, la pharmacocinétique, etc., ils représentent un réel avantage pour entamer de nouveaux essais cliniques plus rapidement. Dans cette étude, il a été observé pour la toute première fois le mécanisme d'action anticancéreux et épigénétique de la proscillaridine A – un cardiotonique utilisé dans le traitement de l'insuffisance cardiaque ou l'arythmie cardiaque – dans les leucémies de l'enfant exprimant le gène MYC. Lorsqu'il est soumis à des mutations ou à une sur-expression, ce gène stimule la prolifération incontrôlée des cellules favorisant donc la survenue de cancer. À l'heure actuelle, aucun traitement efficace n'est approuvé pour cibler ce genre d'altération dans les leucémies. Cette approche représente donc une avenue prometteuse pour le développement de stratégies permettant d'inhiber le gène MYC et ses partenaires oncogéniques.

9

# Les habitudes d'utilisation des médias sociaux et de la télévision, facteurs menant à la dépression à l'adolescence



Une étude dirigée par la professeure **Patricia Conrod** et publiée dans la revue scientifique *JAMA Pediatrics* a montré que l'utilisation des médias sociaux et la consommation télévisuelle sont liées à une augmentation de la dépression chez les adolescents. Les adolescents qui passent du temps sur les médias sociaux et devant la télévision à une fréquence supérieure à la moyenne durant une période de quatre ans risquent d'avoir des symptômes plus graves de dépression au cours de cette même période. En plus du fait qu'on associe généralement une certaine vulnérabilité à ces deux types de comportements, l'étude a montré que si un adolescent passe beaucoup plus de temps sur les médias sociaux et devant la télévision que sa moyenne d'utilisation au cours d'une année donnée, ses symptômes de dépression augmentent également durant cette même année. Par conséquent, plus les adolescents passent du temps sur les médias sociaux et devant la télévision, plus leurs symptômes de dépression s'aggravent. Les activités telles que les jeux vidéo et l'utilisation de l'ordinateur pour naviguer sur Internet pratiquées au-delà de la moyenne ont également été incluses dans l'étude, mais aucun lien avec une augmentation des cas de dépression durant l'adolescence n'a été établi.

### SUR LE WEB

Pour lire les communiqués complets ou découvrir d'autres études, visitez la section Médias sur le site web du Centre de recherche au [recherche.chusj.org](http://recherche.chusj.org)

## Le Cercle de Sainte-Justine atteint les 8 M\$ promis pour la néonatalogie

Par **Jade Gratton**, directrice associée, développement philanthropique et communications

La 9<sup>e</sup> édition du Duathlon urbain marque l'atteinte des 8 M\$ promis pour le Centre d'excellence en néonatalogie! Le 31 mai dernier, plus de 107 équipes ont participé à cette course à relais festive qui a permis d'amasser 275 000 \$ (net).

Parmi les 300 sportifs, les parents d'Olivia, née à 24 semaines, ont pris part au défi. Reconnaisants des soins prodigués par l'équipe de la néonatalogie, Jessica et Jean-François ont amassé plus de 4 000 \$.

« Les sourires d'Olivia aujourd'hui sont le reflet de sa santé, mais aussi de sa volonté et de sa détermination. Et nous les devons aux progrès des dernières années en néonatalogie, qui n'auraient été rendus possibles sans la générosité des donateurs qui appuient la recherche et les technologies les plus avancées à Sainte Justine. »

- Jessica Dello Sbarba, maman d'Olivia

L'objectif est atteint, mais le Cercle n'a pas fini ses exploits! Plus motivé que jamais, il poursuit son engagement envers le CHU Sainte-Justine et promet de se dépasser pour lui permettre de réaliser ses plus grandes ambitions!



À droite: Jean-François Harvey, ambassadeur du Duathlon urbain et 2 des 300 participants à l'édition 2019



Jean-François et Olivia

## La jeunesse, une alliée du CHU Sainte-Justine

Par **Dre Marianne Beaudin**, chirurgienne pédiatrique et chef du service de traumatologie

Un exploit philanthropique a été réalisé par des milliers de jeunes qui participent au Défi-Jeunesse Sainte-Justine des écoles privées depuis dix ans : amasser 5 M\$ pour le Centre d'excellence en traumatologie.

Depuis les dernières années, j'ai pu voir apparaître tous les nouveaux équipements, assister aux avancées en recherche et surtout, rencontrer tous les jeunes patients qui ont pu en bénéficier. Grâce au Défi-Jeunesse, le Centre d'excellence en traumatologie a pu se munir d'équipements à la fine pointe de la technologie qui permet au CHU Sainte-Justine de se comparer avec les meilleurs centres en Amérique du Nord. Tout ça n'aurait pas été possible sans les efforts de tous les jeunes qui ont participé au Défi.

Chaque matin avant d'aller voir mes patients, la mention du Défi-Jeunesse Sainte-Justine des écoles privées à la porte de l'unité de chirurgie-trauma me rappelle à quel point des centaines de jeunes ont fait une différence pour nos patients. L'engagement de 5 M\$ pour le Centre d'excellence en traumatologie se termine cette année, mais son impact va se faire sentir pendant encore des décennies.



Dre Marianne Beaudin et Gabriel, patient du CHU Sainte-Justine et ambassadeur du Défi-Jeunesse

# Sainte-Justine passe à la paie 2.0

Par **Mélanie Lapierre**, chef de service de la paie par intérim, et **Nathalie Piché**, chef de service, système de remplacement, rémunération et avantages sociaux

Le CHU Sainte-Justine se dotera sous peu d'une version renouvelée de son système de paie. Grâce à cette version 2.0, le personnel pourra consulter, à distance, plusieurs informations qui, jusqu'à présent, étaient uniquement disponibles sur les lieux de travail.

À compter de la mi-octobre, les membres du personnel du CHU Sainte-Justine pourront, de la maison :



- Consulter leur relevé de paie, leur horaire et les affichages de postes
- Modifier ou ajouter des disponibilités (système de remplacement)
- Consulter leurs relevés de présence, approuver des relevés de présence
- Partager leurs préférences de vacances
- Et plus encore!

Il suffira de se rendre au [paie-grh.chusj.org](http://paie-grh.chusj.org) et d'entrer son code d'utilisateur intranet pour avoir accès à ces fonctionnalités. Les employés ne disposant pas d'un code d'utilisateur peuvent en faire la demande en composant le poste 4658.

Ces changements s'accompagneront de nouvelles heures de remise pour l'**approbation des relevés de présence et des horaires**. Afin d'assurer la continuité de la paie de chacun, la collaboration de tous est sollicitée afin que le relevé et les horaires soient acheminés par les gestionnaires :

- Avant vendredi 16h pour les départements fonctionnant avec un horaire du lundi au vendredi
- Avant lundi 16h pour les départements fonctionnant 24h/24, 7jours/7

Le service de la paie et celui de la rémunération demeureront disponibles pour répondre aux questions tout au long de cette transition.



**PAIE 2.0**  
BIENTÔT DISPONIBLE  
DE LA MAISON!

## Toute une équipe qui contribue à prendre soin de vous au travail!

Le Programme Mieux-Être (PMÊ) du Centre de promotion de la santé offre différentes opportunités pour prendre soin de soi au travail, dans une vision de santé globale et de développement durable.

### Des activités qui font du bien en 4 volets !

- **La pratique d'activité physique** : dont les clubs de marche et de course, les cours de groupe, etc.
- **La saine alimentation** via des consultations nutritionnelles, des chroniques mensuelles d'information
- **L'équilibre de vie** abordé lors d'ateliers de méditation, de séance de massothérapie
- **Un environnement sans fumée** pour des ressources de soutien en cessation tabagique. Et plus encore!



### Résultats des sondages :

Les sondages d'évaluation des activités du PMÊ réalisés durant l'été 2019 ont démontré que :

- La participation à une activité a eu une influence positive sur la perception du niveau de bien-être chez près de 94% des répondants aux sondages.
- Les activités sont grandement appréciées, près de 90% des répondants sont satisfaits ou très satisfaits de leur(s) activité(s).

### Témoignages :

« Une excellente expérience pendant la pause au travail, regain d'énergie et baisse de tension pour faire le travail du reste de la journée. »

« Merci de m'avoir donné des outils pour m'aider à me calmer et à gérer mon stress. »

« Les cours sont un incitatif indéniable au bien-être au travail. Ceux-ci permettent de gérer mon stress au travail, me rendent plus productive et sont un incitatif à travailler au CHUSJ. »

L'équipe qui compose le PMÊ réunit **Kim Loranger**, kinésiologue, **Laurence Da Silva Décarie**, nutritionniste et **Carole Genest**, conseillère en promotion de la santé, toutes trois agentes de planification, programmation et recherche. Chacune met à profit son expertise et son enthousiasme à proposer des activités et des services pouvant correspondre aux besoins et aux goûts de chacun.

### Restez à l'affût...

Une nouvelle activité fera son entrée sous peu... Cette dernière allie plaisirs de la bouffe, de la cuisine, de découvertes alimentaires et de moments agréables passés entre collègues. À surveiller....



# Dans les médias Juillet - Août 2019

## APPARITION DE NOUVEAUX CAS DE ROUGEOLE

Alors que de nouveaux cas de rougeole sont apparus au Québec au cours de l'été, le **Dre Caroline Quach**, microbiologiste et infectiologue, rappelle l'importance d'agir rapidement car on dispose de trois jours après l'exposition pour pouvoir prévenir par une dose de vaccin. « La rougeole est hautement contagieuse, en fait, c'est la maladie infectieuse la plus contagieuse qu'on connaisse. » (*Journal de Montréal, La Presse, Radio-Canada, Qub Radio*)

## JOURNÉE NATIONALE DE PRÉVENTION DES BLESSURES

Le 5 juillet a été désignée Journée nationale de prévention des blessures au Canada. Pour **Dre Marianne Beaudin**, chef du Service de traumatologie du CHUSJ, il faut chaque jour prévenir les traumatismes qui entraînent la mort de 90 enfants chaque année, au Québec. La chirurgienne pédiatrique rappelle de simples règles pouvant prévenir de graves traumatismes alors que 90% des décès par blessures sont évitables. (*Ici Radio-Canada, 98,5FM, TVA*)

## PROCÉDURE COMPLEXE ET AVANT-GARDISTE POUR SOIGNER L'ÉPILEPSIE

Le **Dr Alexander Weil**, neurochirurgien pédiatrique, a pratiqué une intervention complexe et avant-gardiste chez un bambin de 2 ans qui faisait entre 50 et 100 crises pas jour. Atteint de sclérose tubéreuse de Bourneville, l'enfant a vu le nombre de crises diminuer de façon importante, suite à l'opération, pour passer à 5 par jour. Cette amélioration contribue à lui assurer une plus grande qualité de vie. (*TVA Nouvelles*)

## CAMPAGNE DE PRÉVENTION DE LA NOYADE

À l'occasion de la Semaine nationale de prévention des noyades, la **Dre Marianne Beaudin**, chirurgienne pédiatrique a organisé une journée de prévention de la noyade au CHU Sainte-Justine. « Si tous les enfants apprennent les bons réflexes pour se sortir de l'eau, on aura fait de grands progrès ». La spécialiste a rappelé les règles de sécurité de base et l'importance de désigner un adulte responsable pour surveiller constamment les enfants,

lors de réunions autour de la piscine familiale. (*Radio-Canada, TVA Nouvelles*)

## LIENS ENTRE LA DÉPRESSION ET L'USAGE DES RÉSEAUX SOCIAUX CHEZ LES ADOLESCENTS.

Consacrer beaucoup de temps aux médias sociaux ou à regarder la télévision est lié à l'apparition et à l'intensification des symptômes de dépression chez les ados, selon les travaux des **Drs Patricia Conrod** et **Dr Elroy Boers**. Du *Globe and Mail* à CNN, en passant par une multitude de médias locaux, nationaux et internationaux, l'expertise du CHU et de sa recherche s'est fait remarquer. Au cours du mois de juillet, les travaux de ces chercheurs ont poursuivi leur périple planétaire, jusque dans les médias asiatiques. Il faut ajouter à cela plusieurs entrevues dont celle accordée à Global Toronto.

## L'IMPORTANCE DU SOMMEIL AU MOMENT DU RETOUR EN CLASSE

À l'occasion de la rentrée, le **Dr Kevin Vézina**, pneumologue, souligne l'importance du retour à un horaire plus strict de sommeil pour les enfants bien avant la rentrée scolaire. « Il est très important que la routine soit assez constante et stable. Habituellement ça devrait inclure trois à quatre activités calmes... prendre un bain, mettre son pyjama, lire une histoire... C'est le meilleur gage de succès. Il est très important que cette routine-là n'inclut pas du tout d'appareils électroniques dans l'heure avant de se coucher. » (*L'article a été repris dans de multiples médias dont La Presse canadienne, L'Actualité, Montreal Gazette*)

## LIENS ENTRE LE VAPOTAGE ET LA CONSOMMATION DE CANNABIS.

La méta-analyse du **Dr Nicholas Chadi**, pédiatre spécialisé en toxicomanie et médecine de l'adolescence, révèle une propension de trois à quatre fois plus élevée des jeunes à consommer ou avoir consommé du cannabis parmi ceux qui se sont adonnés au vapotage. La pertinence et l'importance de ces travaux sont évidentes en termes d'implications pour la santé publique et en matière de prévention de la dépendance chez les adultes de demain, surtout à la vue de l'augmentation fulgurante des taux de vapotage chez les jeunes dans les 5 dernières années, tant au Canada qu'aux

États-Unis. (*Radio-Canada, La Presse, The Globe and Mail, La Presse canadienne,CTV*)

## LA MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE PEUT AIDER LES JEUNES PATIENTS

L'enseignement de la méditation de pleine conscience à de jeunes patients peut améliorer leur fonctionnement, les aider à combattre certaines problèmes de santé chroniques et même réduire la quantité de médication dont ils ont besoin. Selon le **Dr Nicholas Chadi**, pédiatre spécialisé en médecine de l'adolescence et en toxicomanie, « Il y a plusieurs conditions médicales pour lesquelles j'ai pu voir des effets chez les jeunes. Cela peut être au niveau de la perception des symptômes, symptômes qui sont aidés et améliorés par les médicaments mais on s'aperçoit que par des exercices de méditation ou de pleine conscience, on peut avoir moins de médication ou mieux fonctionner et être capable de revenir à une vie normale, en intégrant ça au quotidien. » (*La Presse, Le Quotidien, L'Actualité*)

## DES PRATIQUES PARENTALES POSITIVES EN BAS ÂGE POURRAIENT PRÉVENIR LES SYMPTÔMES DU TDAH CHEZ L'ENFANT

Favoriser des pratiques parentales positives en portant attention au tempérament de l'enfant pourrait aider à prévenir les symptômes du TDAH, montre une étude menée au CHU Sainte-Justine, sous la direction de **Natalie Castellanos Ryan** et **Jean Séguin**, professeurs à l'Université de Montréal et chercheurs au CHU Sainte-Justine, ainsi que de Sophie Parent, professeure à l'UdeM. Des études ont montré qu'il est possible d'atténuer les manifestations du trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) chez l'enfant en adoptant des pratiques parentales positives, comme encourager son enfant, le rassurer, structurer ses tâches et, bien sûr, lui donner de l'affection. Toutefois, peu d'études ont mesuré l'effet d'un parentage positif combiné avec la capacité d'un enfant à réprimer ses comportements inadéquats - aussi appelé contrôle inhibiteur - sur l'évolution des symptômes de ce trouble. (*Nouvelles umontreal.ca*)