

# Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2019

Diffusé à 8 h 30, heure de l'Est dans *Le Quotidien*, le jeudi 6 août 2020

---

## Comprendre l'état de santé mentale perçue des Canadiens avant la pandémie de COVID-19

Depuis le début de la pandémie de COVID-19 au Canada, Statistique Canada rend compte des répercussions sociales et économiques, sur les Canadiens, des mesures visant à contenir la propagation du virus. Les données recueillies pendant la pandémie, et récemment publiées, laissent à penser que l'état de santé mentale perçue des Canadiens s'est détérioré.

La santé mentale affecte la façon dont nous pensons, nous sentons et agissons, et a également un impact sur la santé physique. Les personnes en bonne santé mentale sont mieux à même de faire face au stress et aux difficultés qu'elles rencontrent. Comprendre la santé mentale globale des Canadiens avant la pandémie fournit un contexte important qui aide à mieux saisir la capacité de la population de faire face à ce défi mondial sans précédent.

Aujourd'hui, de nouveaux résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2019 sont comparés avec les résultats de 2015 dans le but de mieux comprendre les tendances de la santé mentale perçue avant la pandémie. L'ESCC de 2015 a servi à cette comparaison, puisqu'il s'agit de la plus récente enquête à fournir des données semblables sur la santé mentale. La présente analyse met en relief les différences dans les taux observés chez les Autochtones; les personnes s'étant identifiées comme gaies, lesbiennes ou bisexuelles; et les groupes désignés comme minorités visibles.

Les données tirées de l'ESCC de 2019 couvrent la population de 12 ans et plus vivant dans les 10 provinces canadiennes. L'ESCC n'a pas été menée dans les réserves indiennes, par conséquent, les résultats relatifs aux Premières Nations excluent les personnes qui vivent dans les réserves, dans les territoires, ou dans des régions éloignées du Nord des provinces. De plus, les résultats concernant les Inuits ne portent que sur les Inuits qui vivent à l'extérieur de l'Inuit Nunangat.

### La santé mentale perçue se détériore au Canada

La santé mentale perçue est un important indicateur du bien-être général, et fournit des renseignements généraux sur la population atteinte d'un trouble mental ou affectif, ou de détresse. Environ les deux tiers (67 %) des Canadiens âgés de 12 ans et plus dans les 10 provinces ont indiqué que leur santé mentale était très bonne ou excellente en 2019, une baisse comparativement à près des trois quarts (72 %) en 2015. En 2019, une proportion plus élevée d'hommes (70 %) que de femmes (64 %) ont indiqué que leur santé mentale était excellente ou très bonne. Comparativement à 2015, il s'agit d'une diminution aussi bien chez les hommes (74 %) que chez les femmes (70 %).

Dans toutes les provinces, sauf à Terre-Neuve-et-Labrador et au Nouveau-Brunswick, la proportion de Canadiens ayant déclaré une santé mentale très bonne ou excellente était plus faible. Cette diminution sur le plan de la santé mentale déclarée a été enregistrée dans tous les groupes d'âge, à l'exception de celui des personnes de 65 ans et plus. La diminution la plus marquée a été observée chez les Canadiens de 18 à 34 ans, dont le taux est passé de 72 % en 2015 à 61 % en 2019.

Comparativement à la population non autochtone (68 %), les Autochtones étaient moins susceptibles d'indiquer que leur santé mentale était très bonne ou excellente (54 %) en 2019, et ont affiché une baisse plus marquée depuis 2015 (9 % par rapport à 5 %). En 2019, un peu moins de la moitié des Premières Nations vivant hors réserve (49 %) et un peu moins de 6 Métis et Inuits sur 10 (58 % et 59 % respectivement) ont indiqué que leur santé mentale était très bonne ou excellente. En 2019, la santé mentale perçue était la plus faible chez les Autochtones de 18 à 34 ans, moins de la moitié (47 %) d'entre eux ayant indiqué que leur santé mentale était très bonne ou excellente. De plus, les femmes autochtones (49 %) étaient moins susceptibles que les hommes autochtones (59 %) de dire que leur santé mentale était très bonne ou excellente.



En 2019, plus de la moitié des Canadiens de 15 ans et plus qui se sont identifiés comme gais ou lesbiennes (58 %) et plus du tiers de ceux qui se sont identifiés comme bisexuels (37 %) ont déclaré que leur santé mentale était très bonne ou excellente. Les proportions pour ces deux groupes étaient significativement plus faibles que celle pour les personnes qui se sont identifiées comme hétérosexuelles (68 %).

Comparativement à 2015, un pourcentage moins élevé de Canadiens désignés comme minorités visibles ont déclaré que leur santé mentale était très bonne ou excellente en 2019. La baisse observée était similaire à celle affichée par les personnes n'appartenant pas à une minorité visible (d'environ 73 % en 2015 à 67 % en 2019). Chez les Canadiens noirs, notamment, le taux est passé de 74 % en 2015 à 66 % en 2019.

**Tableau 1**  
**Pourcentage de Canadiens (excluant les territoires) qui ont déclaré avoir une santé mentale très bonne ou excellente, selon certaines caractéristiques sociodémographiques, comparaison des résultats de 2015 et de 2019**

	2015 <sup>1</sup>	2019
	%	
<b>Canada, excluant les territoires</b>	72	67*
Sexe		
Hommes	74	70
Femmes	70	64
Groupe d'âge		
12 à 17 ans	78	73*
18 à 34 ans	72	61*
35 à 49 ans	72	67*
50 à 64 ans	72	70*
65 ans et plus	71	71
Autochtones, tous âges <sup>2</sup>	63	54*
Autochtones, 18 à 34 ans	59	47*
Non-Autochtones, tous âges	73	68*
Orientation sexuelle <sup>3</sup>		
Hétérosexuel	73	68*
Gai ou lesbienne	70	58*
Bisexuel	43	37
Canadiens désignés comme minorités visibles	73	67
Canadiens noirs	74	66

\* valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence ( $p < 0,05$ )

1. Catégorie de référence.

2. La population autochtone inclut les personnes des Premières Nations vivant hors réserve ou dans les régions éloignées du Nord des provinces, les Métis, ainsi que les Inuits vivant à l'extérieur de l'Inuit Nunangat.

3. La question sur l'orientation sexuelle est demandée aux répondants de 15 ans et plus.

Source(s) : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2015 et 2019.

## Un plus grand nombre de Canadiens déclarent avoir reçu un diagnostic de trouble de l'humeur ou d'anxiété, en particulier chez les jeunes adultes

Alors que la santé mentale perçue fournit une indication de l'état de santé mentale global d'une personne pour lequel une santé mentale positive et des problèmes de santé mentale sont susceptibles d'être envisagés, une analyse des problèmes de santé mentale diagnostiqués donne une indication de la proportion de personnes qui vivent avec des problèmes de santé mentale suffisamment graves pour les inciter à obtenir de l'aide et un diagnostic professionnel. Des problèmes de santé mentale diagnostiqués, comme la dépression, le trouble bipolaire, la manie, la dysthymie ou le trouble panique, peuvent être associés à des difficultés de fonctionnement et de capacité à s'adapter, mais le traitement suivant le diagnostic peut aider les gens à vivre une vie pleine et productive. En 2019, environ 4,4 millions de Canadiens (14 %) de 12 ans et plus vivant dans les provinces ont signalé avoir reçu un diagnostic du trouble de l'humeur ou d'anxiété. Il s'agit d'une augmentation par rapport

---

à 3,7 millions de personnes (12 %) en 2015. Comme c'était le cas en ce qui concerne la santé mentale perçue, la différence la plus prononcée au cours de cette période a été observée chez les jeunes adultes de 18 à 34 ans, dont le taux s'est accru pour passer de 13 % à 17 %.

En 2019, les femmes (17 %) étaient plus susceptibles que les hommes (11 %) de déclarer avoir un trouble de l'humeur ou d'anxiété. À titre de comparaison, en 2015, 15 % des femmes et 9 % des hommes avaient indiqué avoir un trouble de l'humeur ou d'anxiété.

Plus du quart des Autochtones (27 %) ont déclaré avoir reçu un diagnostic du trouble de l'humeur ou d'anxiété en 2019, comparativement à 22 % en 2015. En 2019, près du quart des Métis (24 %) et des Inuits vivant à l'extérieur de l'Inuit Nunangat (24 %<sup>E</sup>), ainsi que 31 % des Premières Nations vivant hors réserve ont indiqué avoir un trouble de l'humeur ou d'anxiété. Chacun de ces groupes autochtones était deux fois plus susceptible que la population non autochtone (13 %) d'avoir reçu un diagnostic de trouble de l'humeur ou d'anxiété. Au sein de la population autochtone, les femmes (35 %) étaient beaucoup plus susceptibles que les hommes (19 %) de déclarer avoir un trouble de l'humeur ou d'anxiété.

Un peu plus de 1 Canadien sur 5 âgé de 15 ans et plus (21 %) s'étant identifié comme gai ou lesbienne a déclaré avoir reçu un diagnostic de trouble de l'humeur ou d'anxiété, un taux comparable à celui de 19 % enregistré en 2015. Chez les personnes s'étant identifiées comme bisexuelles, les taux affichés en 2015 (40 %) et en 2019 (43 %) étaient également comparables, mais étaient plus de trois fois supérieurs à celui des personnes s'étant identifiées comme étant hétérosexuelles (13 %).

Les Canadiens appartenant à un groupe désigné comme minorité visible (8 %) étaient moins susceptibles que les autres Canadiens (15 %) d'avoir reçu un diagnostic de trouble de l'humeur ou d'anxiété. Cependant, ils étaient, eux aussi, plus susceptibles qu'auparavant de faire état d'un tel trouble, le taux ayant augmenté en 2019 par rapport à 2015 (7 %).

### **En 2019, plus de 1 Canadien sur 10 a déclaré avoir eu des pensées suicidaires au cours de sa vie, une proportion semblable à celle enregistrée en 2015**

En 2019, plus de 1 Canadien sur 10 âgé de 15 ans et plus (12 %), ce qui représente environ 3,7 millions de personnes dans les provinces, a indiqué avoir envisagé le suicide au cours de sa vie, une proportion semblable à celle enregistrée en 2015. En 2015 et en 2019, les femmes (13 %) étaient un peu plus susceptibles que les hommes (11 %) d'avoir eu des pensées suicidaires au cours de leur vie. Parmi les personnes qui ont envisagé le suicide au cours de leur vie en 2019, 23 % (843 500 personnes) ont indiqué avoir sérieusement envisagé le suicide au cours des 12 mois précédents.

Plus du quart des Inuits vivant à l'extérieur de l'Inuit Nunangat (29 %<sup>E</sup>), 22 % des Métis et 27 % des Premières Nations vivant hors réserve âgés de 15 ans et plus ont indiqué avoir eu des pensées suicidaires au cours de leur vie. Les Autochtones vivant hors réserve étaient deux fois plus susceptibles de signaler avoir eu des pensées suicidaires, tant au cours de leur vie (25 %) qu'au cours des 12 mois précédents (6 %), que les non-Autochtones (12 % et 3 %, respectivement). En 2019, 29 % des femmes autochtones ont indiqué avoir eu des pensées suicidaires au cours de leur vie comparativement à 20 % des hommes autochtones.

Le quart des personnes s'étant identifiées comme gaies ou lesbiennes (24 %) ont indiqué avoir eu des pensées suicidaires au cours de leur vie, alors que c'était le cas pour la moitié des personnes s'étant identifiées comme bisexuelles (50 %), un taux quatre fois plus élevé que celui des personnes s'étant identifiées comme hétérosexuelles (12 %). Les personnes s'étant identifiées comme bisexuelles étaient plus de trois fois plus susceptibles (16 %) que celles s'étant identifiées comme gaies ou lesbiennes (5 %) d'indiquer avoir sérieusement envisagé le suicide au cours des 12 mois précédents, et quatre fois plus susceptibles que celles s'étant identifiées comme hétérosexuelles (3 %).

En 2019, les Canadiens âgés de 15 ans et plus désignés comme minorités visibles étaient moins susceptibles que les autres Canadiens d'indiquer avoir eu des pensées suicidaires au cours de leur vie (8 % par rapport à 13 %), quoiqu'ils présentaient des taux relativement semblables quant au fait d'avoir eu des pensées suicidaires au cours

des 12 mois précédents, ce taux se situant à 2 % chez les groupes désignés comme minorités visibles comparativement à 3 % chez les autres Canadiens. Les Canadiens noirs étaient moins susceptibles d'indiquer avoir eu des pensées suicidaires au cours de leur vie (7 %) que les autres Canadiens (12 %).

## Un plus grand nombre de Canadiens consultent des professionnels de la santé au sujet de leur santé mentale

L'accès à des soins de santé peut avoir une incidence positive sur la santé mentale des Canadiens, y compris une diminution du risque de suicide. En 2019, près de 5 millions de Canadiens (16 %) âgés de 12 ans et plus vivant dans les provinces avaient parlé avec un professionnel de la santé ou en avaient consulté un, au cours de l'année précédente, au sujet de leur santé mentale, ce qui représente une hausse par rapport à 14 % en 2015. En 2019, 11 % des hommes et 20 % des femmes ont déclaré avoir parlé avec un professionnel de la santé, ou en avoir consulté un, au sujet de leur santé mentale, comparativement à 10 % des hommes et à 18 % des femmes en 2015.

Le quart des Métis (26 %), 22 %<sup>E</sup> des Inuits vivant à l'extérieur de l'Inuit Nunangat, et 28 % des Premières Nations vivant hors réserve avaient consulté un professionnel de la santé au sujet de leur santé mentale au cours de l'année précédente. Les Autochtones vivant hors réserve (27 %) étaient plus susceptibles que les non-Autochtones (16 %) d'avoir eu une consultation au cours de l'année précédente. Les femmes autochtones (36 %) étaient plus de deux fois plus susceptibles que les hommes autochtones (17 %) d'indiquer avoir consulté un professionnel de la santé au sujet de leur santé mentale au cours de l'année précédente. De plus, en 2019, le taux d'Autochtones ayant déclaré avoir consulté un professionnel de la santé (27 %) était plus élevé qu'en 2015 (23 %).

En 2019, un peu plus du quart des personnes s'étant identifiées comme gaies ou lesbiennes (26 %) âgées de 15 ans et plus ont indiqué avoir parlé avec un professionnel de la santé, ou en avoir consulté un, au sujet de leur santé affective ou mentale au cours de l'année précédente. Près de la moitié des personnes s'étant identifiées comme bisexuelles (45 %) ont indiqué la même chose, un taux trois fois plus élevé que celui des personnes s'étant identifiées comme hétérosexuelles (15 %).

En 2019, 10 % des Canadiens désignés comme minorités visibles ont indiqué avoir consulté un professionnel de la santé au cours de l'année précédente, en hausse par rapport à 8 % en 2015. La proportion des Canadiens noirs qui avaient consulté un professionnel de la santé était plus élevée (12 %), mais était stable par rapport à 2015.

### Note aux lecteurs

*La présente analyse est fondée sur les données de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2019. L'ESCC est une enquête annuelle sur la santé de la population qui fournit des renseignements sur l'état de santé et les comportements de la population canadienne.*

*Toutes les estimations présentées dans cet article excluent les territoires, car l'ESCC de 2019 ne couvrait pas toute la population des territoires. Les analyses relatives aux territoires nécessitent deux cycles de l'ESCC. Les établissements de soins de santé, certaines régions éloignées et les membres des Forces armées canadiennes à temps plein (qu'ils vivent sur une base militaire ou non) sont aussi exclus des estimations de l'ESCC de cet article.*

*Le symbole <sup>E</sup> qui figure à côté d'une estimation indique que le coefficient de variation de cette estimation se situe entre 15,1 % et 35,0 %, et que la qualité est faible. Il convient donc de faire preuve de prudence au moment d'interpréter ces résultats.*

*Si deux estimations sont présentées comme étant différentes, cela signifie que la différence était statistiquement significative à un niveau de confiance de 95 % (valeur *p* inférieure à 5 %).*

*Les participants ne se sont pas identifiés eux-mêmes comme faisant partie de la population de minorité visible, mais on leur a demandé d'indiquer le groupe ou les groupes de population auxquels ils appartiennent. Pour cette raison, l'expression « désigné comme appartenant à un groupe de minorité visible » est parfois utilisée pour rendre compte du fait que le concept de « minorité visible » désigne une personne qui fait partie de la population de minorité visible, conformément à la définition de la Loi sur l'équité en matière d'emploi. Cette dernière définit les minorités visibles comme « les personnes, autres que les Autochtones, qui ne sont pas de race blanche ou qui n'ont pas la peau blanche ». La population de minorité visible comprend principalement les groupes suivants : Sud-Asiatiques, Chinois, Noirs, Philippins, Latino-Américains, Arabes, Asiatiques du Sud-Est, Asiatiques occidentaux, Coréens et Japonais.*

**Tableaux disponibles : [13-10-0096-01](#) à [13-10-0098-01](#) et [13-10-0802-01](#).**

**Définitions, source de données et méthodes : numéro d'enquête [3226](#).**

Pour obtenir plus de renseignements ou pour en savoir davantage sur les concepts, les méthodes et la qualité des données, communiquez avec nous au 514-283-8300 ou composez sans frais le 1-800-263-1136 ([STATCAN.infostats-infostats.STATCAN@canada.ca](mailto:STATCAN.infostats-infostats.STATCAN@canada.ca)), ou communiquez avec les Relations avec les médias au 613-951-4636 ([STATCAN.mediahotline-ligneinfomedias.STATCAN@canada.ca](mailto:STATCAN.mediahotline-ligneinfomedias.STATCAN@canada.ca)).