

Répercussions sur la santé mentale

Répercussions sur la santé mentale

Messages clés :

- Les plus fortes baisses depuis le début de la pandémie ont été observées chez les jeunes.
- Les personnes qui avaient déjà une mauvaise santé mentale avant que la COVID-19 ne se déclare ont été encore plus touchées par la pandémie, notamment les membres de la communauté LGBTQ.
- Les groupes de minorités visibles étaient plus susceptibles que les Blancs d'estimer avoir une mauvaise santé mentale (27,8 % par rapport à 22,9 %) et des symptômes correspondant à un trouble d'anxiété généralisée « modéré » ou « grave » (30,0 % par rapport à 24,2 %).
- Les personnes qui ont déclaré avoir une mauvaise santé mentale sont jusqu'à 4 fois plus susceptibles de déclarer une augmentation de la consommation de substances depuis le début de la pandémie.

La pandémie a eu des répercussions sur la santé mentale des Canadiens, les plus fortes baisses ayant été observées chez les jeunes

Depuis la COVID-19, le nombre de Canadiens déclarant avoir une excellente ou une très bonne santé mentale a diminué — **55 % en juillet 2020 par rapport à 68 % en 2019.**

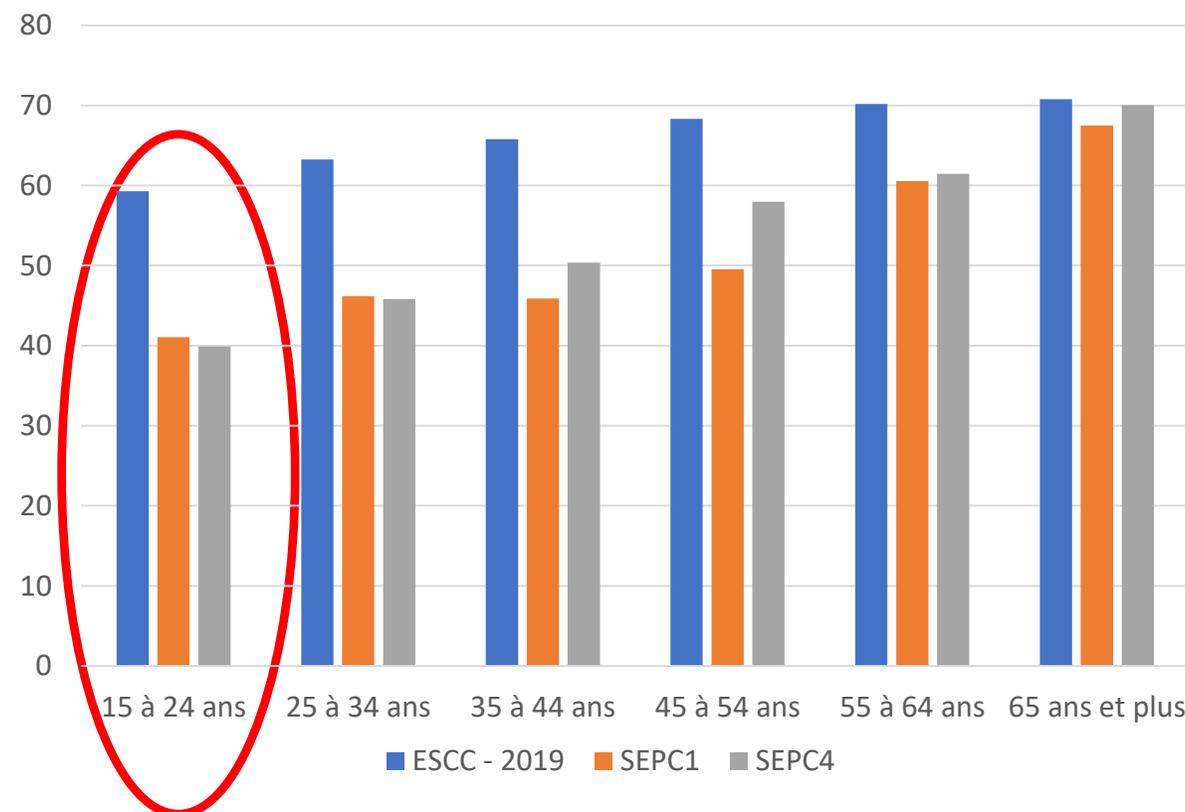
Avant la pandémie, les jeunes de 15 à 24 ans étaient les moins susceptibles de déclarer avoir une excellente ou une très bonne santé mentale.

- C'est chez ce groupe d'âge que les plus fortes baisses ont été observées — **une réduction de 20 points de pourcentage, passant de 60 % avant l'apparition de la COVID-19 à 40 % en juillet 2020.**

Les personnes de 65 ans et plus sont le seul groupe pour lequel aucune baisse au chapitre de la santé mentale depuis le début de la pandémie n'a été observée.

Les femmes continuent de déclarer des niveaux de santé mentale inférieurs à ceux des hommes — **52 % par rapport à 58 %.**

Proportion de Canadiens ayant déclaré être en excellente ou en très bonne santé mentale avant et après le début de la pandémie de COVID-19 selon le groupe d'âge, Canada, 2019, mars et juillet 2020*



Sources : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2019; Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes 1; Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes 4; *données non désaisonnalisées.

Les personnes qui avaient déjà une mauvaise santé mentale avant le début de la COVID-19 ont été encore plus touchées par la pandémie

Avant la pandémie, les membres de la communauté LGBTQ couraient un risque plus élevé d'avoir un trouble de l'humeur.

Depuis la pandémie, parmi les répondants à une enquête reposant sur l'approche participative, les personnes de diverses identités de genre étaient...

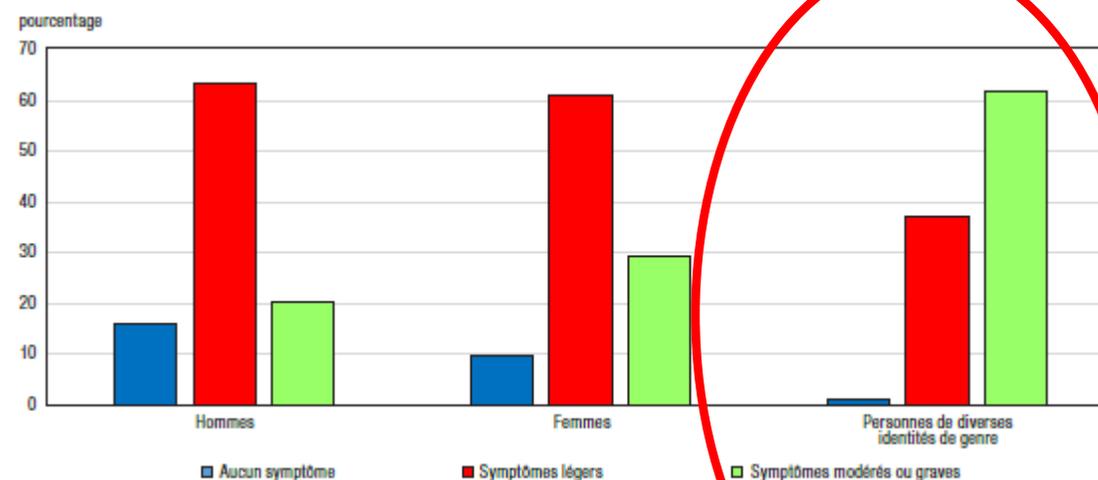
- plus susceptibles de déclarer avoir une santé mentale passable ou mauvaise (70 %), comparativement aux participants de sexe féminin (25,5 %) et de sexe masculin (21,2 %);
- **deux fois** plus susceptibles que les femmes et trois fois plus susceptibles que les hommes de déclarer des symptômes correspondant à un trouble d'anxiété généralisée modéré ou grave (62 %, 29 %, 21 %).

Ces différences peuvent s'expliquer en partie par...

- le plus jeune âge des personnes de diverses identités de genre;
- les participants de diverses identités de genre étaient plus susceptibles d'être très ou extrêmement préoccupés par les répercussions possibles de la COVID-19.
- une plus grande probabilité de perte d'emploi et de ressources financières inadéquates.

Le trouble d'anxiété généralisée (TAG) est un état caractérisé par des soucis fréquents et persistants ainsi qu'une anxiété excessive à l'égard de plusieurs événements ou activités.

Niveaux généraux de trouble d'anxiété chez les répondants à une enquête reposant sur l'approche participative selon l'identité de genre, Canada, juin 2020



Source : Statistique Canada, Répercussions de la COVID-19 sur les Canadiens – Santé mentale.

Les résultats en matière de santé mentale diffèrent entre les groupes de minorités visibles qui sont plus susceptibles de déclarer avoir une mauvaise santé mentale et de nuire à leur capacité de respecter leurs obligations financières

Depuis la pandémie, parmi les répondants à une enquête reposant sur l'approche participative, les membres de minorités visibles* étaient plus susceptibles que les Blancs de...

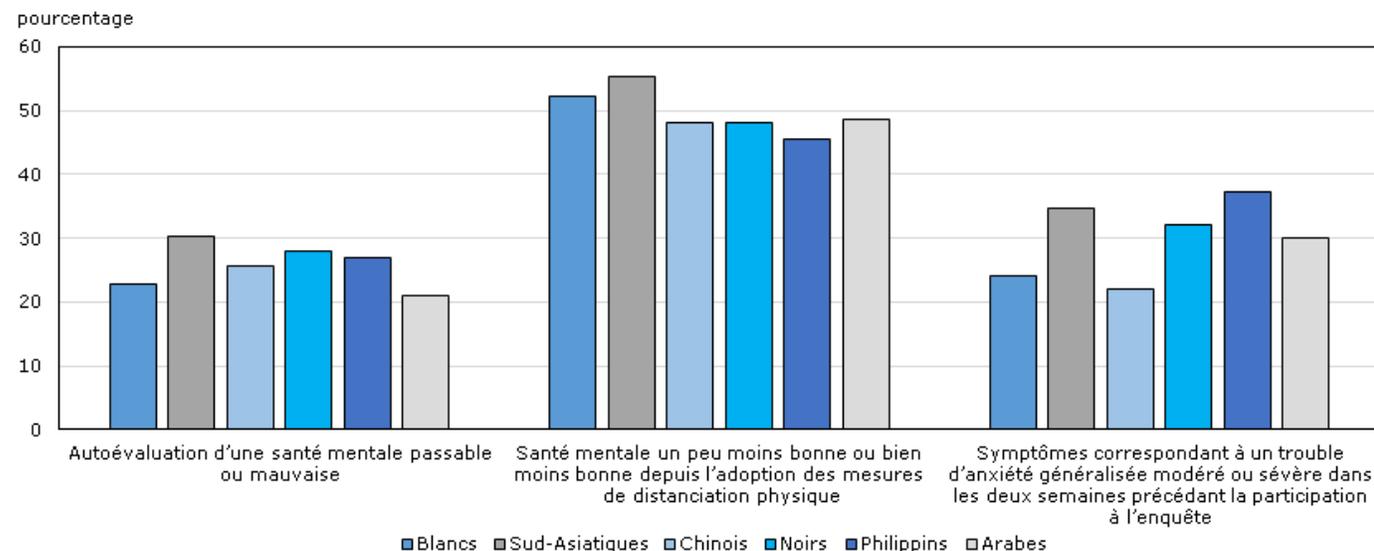
- déclarer avoir une santé mentale autoévaluée « passable » ou « mauvaise » (27,8 % par rapport à 22,9 %);
- juger avoir des symptômes correspondant à un TAG « modéré » ou « grave » (30,0 % par rapport à 24,2 %).

Les groupes de minorités visibles étaient également plus susceptibles de déclarer que la pandémie a eu une incidence « modérée » ou « majeure » sur leur capacité à respecter leurs obligations financières comparativement aux Blancs (35,0 % par rapport à 22,1 %). Les taux les plus élevés ont été observés parmi les...

- Sud-Asiatiques — 44 %
- Noirs — 38 %
- Philippins — 36 %

* Les groupes de minorités visibles comprennent les Sud-Asiatiques, les Chinois, les Noirs, les Philippins et les Arabes.

Proportion des participants selon les résultats en matière de santé mentale et des groupes spécifiques de population désignés comme minorités visibles



Source : Répercussions de la COVID-19 sur les Canadiens - Santé mentale (du 24 avril au 11 mai 2020).

Baisses observées au chapitre de la santé mentale selon la situation d'emploi

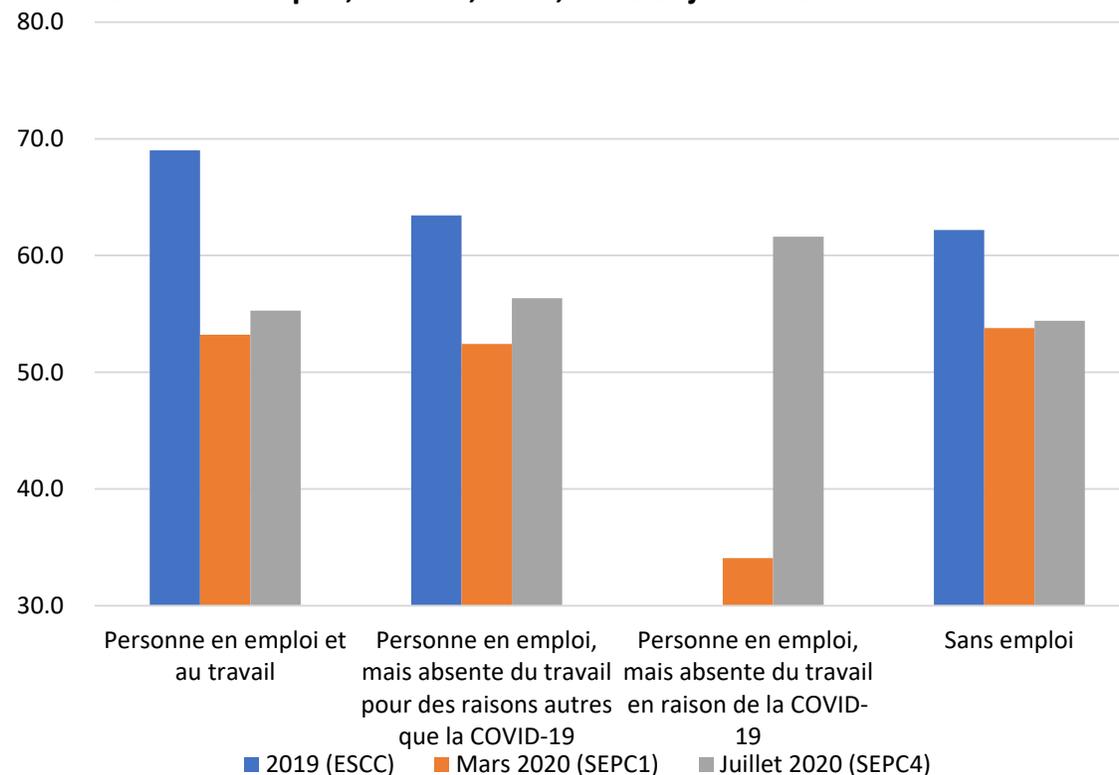
Les données indiquent un lien entre les ralentissements économiques et les changements en santé mentale.

Depuis l'écllosion de la COVID-19, des baisses importantes au chapitre de la santé mentale ont été observées dans tous les groupes d'emploi par rapport aux niveaux avant la pandémie.

Au début de la pandémie en mars, les personnes qui ne travaillaient pas en raison de la COVID-19 ont déclaré les niveaux les plus bas d'excellente ou de très bonne santé mentale (34 %).

- Mais ce groupe a connu la plus forte augmentation en juillet, s'établissant à 61 %, ce qui reflète possiblement les répercussions des programmes de soutien.

Proportion de Canadiens ayant déclaré être en excellente ou en très bonne santé mentale avant et après le début de la pandémie de COVID-19 selon le statut d'emploi, Canada, 2019, mars et juillet 2020



Sources : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2019 et Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes 4.

Les personnes qui ont déclaré avoir une mauvaise santé mentale sont jusqu'à 4 fois plus susceptibles de déclarer une augmentation de la consommation de substances depuis le début de la pandémie

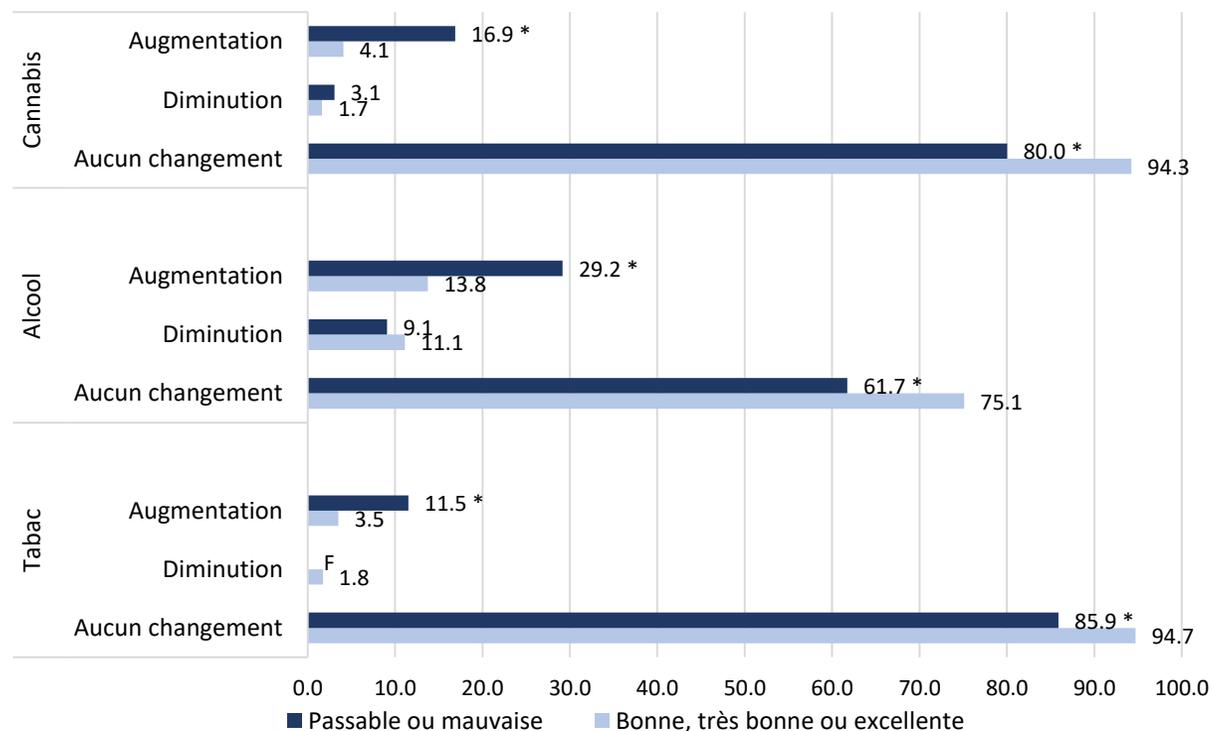
Avant la pandémie de COVID-19...

- **14 %** des Canadiens ont déclaré avoir consommé du cannabis.
- Les comportements de consommation excessive d'alcool sont demeurés relativement stables — les taux les plus élevés ont été observés chez les **jeunes hommes (33 %)**.

Depuis le début de la pandémie de COVID-19, certains Canadiens continuent de déclarer avoir consommé plus d'alcool (16,2 %), de cannabis (6,1 %) et de tabac (4,8 %).

- La plus forte augmentation de la consommation de cannabis a été observée chez les jeunes de 15 à 35 ans (12 %).
- La plus forte augmentation de la consommation d'alcool a été observée chez les personnes de 35 à 54 ans.
- Tendances semblables entre les hommes et les femmes.

Proportion de Canadiens déclarant une augmentation de la consommation de substances en fonction de la santé mentale, Canada, 2020



Source : Statistique Canada, Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes, vague 4, 20 au 26 juillet 2020.

Regard vers l'avenir

- L'incidence de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale doit être suivie au fil du temps pour voir les répercussions à long terme de l'éloignement physique (les effets sur la santé mentale durent souvent beaucoup plus longtemps que l'événement réel).
- Les jeunes sont particulièrement à risque compte tenu des nombreux changements qui surviennent à ce stade de la vie (études, obtention hâtive d'un emploi) et de la forte dépendance aux liens sociaux.
- Il faut approfondir la recherche sur d'autres sous-groupes qui peuvent être particulièrement touchés, par exemple la santé mentale des parents qui continuent de concilier travail, école et vie familiale.