

Les conséquences de la COVID-19 sur la santé mentale : Vague 2



THE UNIVERSITY OF BRITISH COLUMBIA



maru/matchbox

Résumé des conclusions Les conséquences de la COVID-19 sur la santé mentale : vague 2

Changements autodéclarés en matière de santé mentale

	Total	Région					
		C.-B.	Alb.	Man./Sask.	Ont.	Qc	Atl.
BASE :	3 027	445	397	213	1137	491	343
Proportion dont la santé mentale s'est détériorée depuis le début de la pandémie	40 %	42 %	40 %	40 %	44 %	32 %	36 %

La détérioration de la santé mentale au sein des sous-groupes de la population :

- 61 % des personnes qui avaient déjà des problèmes de santé mentale (en légère hausse par rapport à 59 % dans la vague 1)
- 50 % des personnes handicapées (en légère hausse par rapport à 47 % dans la vague 1)
- 60 % des personnes de 18 à 24 ans, comparativement à 21 % des personnes de 75 ans et plus
- 54 % des personnes autochtones (en hausse par rapport à 41 % dans la vague 1)
- 54 % des personnes LGBTQ2+ (en hausse par rapport à 50 % dans la vague 1)
- 61 % des personnes au chômage
- 45 % des femmes, comparativement à 34 % des hommes

Réponses émotionnelles à la COVID-19

	Total	Région					
		C.-B.	Alb.	Man./Sask.	Ont.	Qc	Atl.
BASE :	3 027	445	397	213	1 137	491	343
Anxiété/inquiétude	48 %	48 %	42 %	50 %	53 %	42 %	43 %
Stress	28 %	38 %	35 %	41 %	43 %	30 %	33 %
Tristesse	25 %	28 %	21 %	23 %	29 %	20 %	17 %
Déprime	24 %	24 %	23 %	21 %	28 %	19 %	18 %
Calme	20 %	22 %	18 %	19 %	18 %	22 %	19 %
Optimisme	17 %	22 %	17 %	16 %	20 %	8 %	26 %

Empathie	15 %	20 %	11 %	15 %	18 %	11 %	14 %
Satisfaction	9 %	10 %	8 %	11 %	12 %	5 %	8 %

Réponses émotionnelles au sein des sous-groupes de la population :

- 67 % des personnes qui avaient déjà des problèmes de santé mentale déclarent ressentir un haut niveau d'anxiété/inquiétude (en hausse par rapport à 63 % dans la vague 1), de même que :
 - du stress (57 %), de la solitude (39 %), de la tristesse (35 %) et de la déprime (48 %).

Problèmes de stress ou d'inquiétude

	Total	Région					
		C.-B.	Alb.	Man./Sask.	Ont.	Qc	Atl.
BASE :	3 027	445	397	213	1 137	491	343
Sources de stress ou d'inquiétude : Deuxième vague du virus	71 %	69 %	66 %	64 %	75 %	69 %	69 %
Mort d'un être cher ou d'un membre de la famille	58 %	55 %	54 %	59 %	62 %	58 %	55 %
Infection par le virus	55 %	55 %	49 %	56 %	56 %	56 %	48 %
Séparation de la famille et des amis	54 %	51 %	55 %	53 %	56 %	54 %	49 %
Efficacité et innocuité du vaccin	51 %	53 %	53 %	46 %	54 %	44 %	50 %
Situation financière	20 %	36 %	48 %	41 %	40 %	32 %	43 %
Disponibilité du vaccin	17 %	31 %	28 %	27 %	32 %	27 %	30 %
Perte d'emploi	15 %	22 %	31 %	22 %	28 %	27 %	24 %
Capacité à nourrir sa famille	9 %	12 %	20 %	20 %	19 %	25 %	21 %
Possibilité de fuir une situation de violence familiale	10 %	5 %	10 %	5 %	12 %	11 %	11 %

Problèmes de stress ou d'inquiétude au sein des sous-groupes de la population :

- 48 % des parents d'enfants de moins de 18 ans s'inquiètent de leur situation financière
- 51 % des personnes dont le revenu familial est inférieur à 25 000 \$ s'inquiètent de leur situation financière
- 36 % des parents d'enfants de moins de 18 ans craignent pour leur emploi
- 27 % des parents d'enfants de moins de 18 ans se préoccupent de ne plus pouvoir nourrir leur famille

Taux de suicide et d'automutilation

	Total	Région					
		C.-B.	Alb.	Man./Sask.	Ont.	Qc	Atl.
BASE :	3 027	445	397	213	1 137	491	343
Pensées ou envies suicidaires	10 %	8 %	11 %	8 %	13 %	7 %	8 %
Automutilation	4 %	1 %	4 %	2 %	4 %	5 %	4 %

Taux de suicide et d'automutilation au sein des sous-groupes de la population :

Pensées ou envies suicidaires :

- 28 % des personnes LGBTQ2+ (en hausse par rapport à 14 % dans la vague 1)
- 27 % des personnes qui avaient déjà une maladie mentale (en hausse par rapport à 18 % dans la vague 1)
- 24 % des personnes handicapées (en hausse par rapport à 15 % dans la vague 1)
- 21 % des personnes de 25 à 34 ans et 19 % des personnes de 18 à 24 ans
- 20 % des personnes autochtones (en hausse par rapport à 16 % dans la vague 1)
- 13 % des parents d'enfants de moins de 18 ans (en hausse par rapport à 9 %)

Automutilation :

- 14 % des personnes LGBTQ2+
- 10 % des personnes qui avaient déjà une maladie mentale (en hausse par rapport à 18 % dans la vague 1)

Stratégies d'adaptation saines et moins saines

	Total	Région					
		C.-B.	Alb.	Man./Sask.	Ont.	Qc	Atl.
BASE :	3 027	445	397	213	1 137	491	343
Consommation accrue de substances pour composer avec la situation	17 %	13%	17%	18%	20%	13%	17%
Consommation accrue d'alcool	28 %	16 %	18 %	18 %	22 %	21 %	16 %
Consommation accrue de cannabis	9 %	6 %	8 %	15 %	12 %	6 %	11 %
Utilisation accrue de médicaments d'ordonnance	7 %	3 %	7 %	6 %	8 %	7 %	6 %
Activité physique à l'extérieur	54 %	57 %	55 %	62 %	57 %	49 %	45 %
Communications virtuelles avec la famille et les amis	36 %	39 %	36 %	26 %	40 %	33 %	33 %
Maintien de saines habitudes de vie	40 %	43 %	42 %	41 %	41 %	36 %	36 %

Interactions en personne avec les membres de sa « bulle sociale »	33 %	43 %	38 %	32 %	40 %	13 %	42 %
Présence d'un employeur compréhensif	15 %	13 %	17 %	14 %	16 %	11 %	19 %
Utilisation de ressources virtuelles en santé mentale	3 %	2 %	3 %	4 %	3 %	2 %	2 %
Prestations et aides gouvernementales	9 %	10 %	9 %	9 %	9 %	8 %	12 %

Stratégies d'adaptation saines et moins saines au sein des sous-groupes de la population :

Consommation accrue d'alcool pour composer avec la situation :

- 28 % des parents d'enfants de moins de 18 ans
- 29 % des personnes autochtones
- 30 % des personnes qui avaient déjà une maladie mentale

Consommation accrue de cannabis pour composer avec la situation :

- 24 % des personnes autochtones
- 23 % des personnes LGBTQ2+
- 20 % des personnes qui avaient déjà une maladie mentale
- 17 % des personnes handicapées
- 15 % des parents ayant des enfants de moins de 18 ans

Utilisation accrue de médicaments d'ordonnance pour composer avec la situation :

- 18 % des personnes qui avaient déjà une maladie mentale

Les personnes qui ont déclaré avoir vécu un problème de santé mentale durant la pandémie et qui n'ont pas accédé à des mesures de soutien ou à des services virtuels en santé mentale ont notamment invoqué les raisons suivantes :

- 48 % n'ont pas senti qu'elles avaient besoin d'aide
- 22 % ne savaient pas que des ressources existaient
- 21 % ne pensaient pas que cela les aiderait
- 17 % préféraient des soins de santé en personne
- 11 % ont évoqué des préoccupations quant à la confidentialité

Méthodologie

Il s'agissait de la deuxième de trois vagues d'une enquête de surveillance intersectionnelle sur les conséquences de la COVID-19 en matière de santé mentale au Canada. L'enquête a été menée par une équipe de chercheurs universitaires de l'Université de la Colombie-Britannique (UBC) et l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM), en collaboration avec Maru/Matchbox. Les questions de l'enquête s'appuient sur une enquête longitudinale britannique commandée par la *Mental Health Foundation* en mars 2020 et s'inspirent de la recherche sur les conséquences des dernières pandémies en matière de santé mentale. Les

données de la première vague ont été recueillies entre le 14 et le 29 mai 2020. Les données de la deuxième vague ont été recueillies entre le 14 et le 21 septembre 2020 auprès de 3 027 répondants, et elles ont été pondérées pour s'assurer que l'échantillon est représentatif de la population canadienne adulte selon l'âge, le genre, la région et le revenu familial. Pour les proportions tirées de notre échantillon de 3 027 participants, la marge d'erreur maximale est de 1,79 % à un niveau de confiance de 95 %.

Pour les demandes des médias :

Katherine Janson

Directrice nationale des communications
Association canadienne pour la santé
mentale
Téléphone : 647 717-8674
kjanson@cmha.ca

Lou Bosshart

Spécialiste des relations médias
Relations médias de l'UBC
Téléphone : 604 822-2048
lou.bosshart@ubc.ca