



Santé mentale et COVID-19 :

la pandémie tire à sa fin, mais les jeunes continuent de déclarer des taux élevés de problèmes de santé mentale

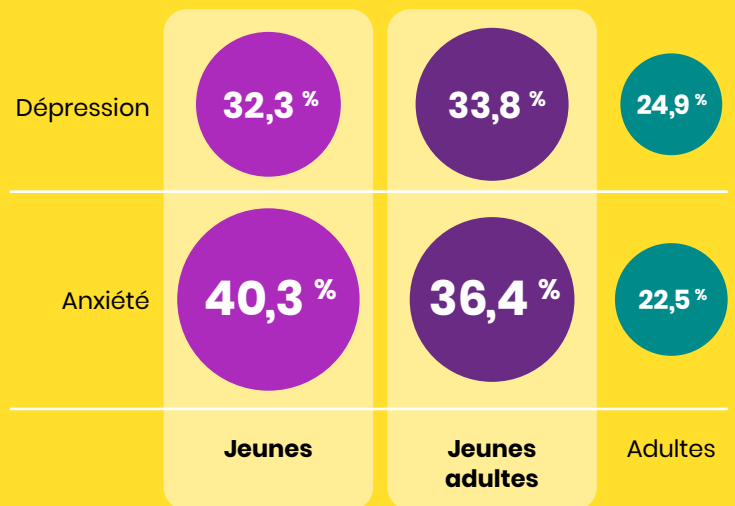
Décembre 2023



Entre octobre 2022 et mai 2023, 13 255 personnes ont été sondées au Canada à propos de leur santé mentale. Les jeunes et les jeunes adultes s'identifiant comme femmes, non binaires* ou 2SLGBTQIA+ étaient plus susceptibles de rapporter des difficultés de santé mentale que les adultes ayant participé au sondage**.

DÉPRESSION ET ANXIÉTÉ

Les jeunes et les jeunes adultes déclarent des taux de **dépression et d'anxiété** plus élevés que les adultes.



Les taux de dépression et d'anxiété sont les plus élevés chez les jeunes et les jeunes adultes qui sont non binaires ou 2SLGBTQIA+.

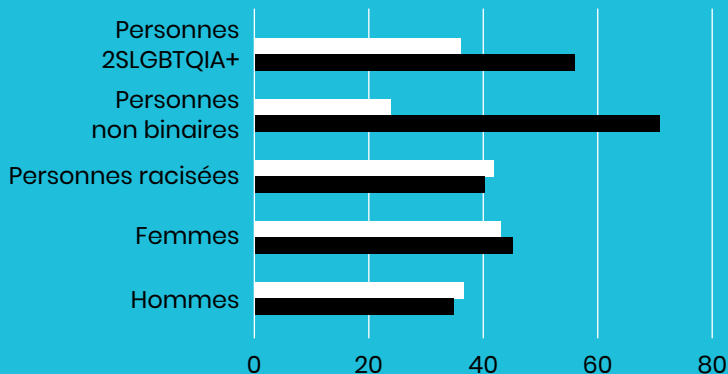
Par rapport aux jeunes de 16 à 24 ans pris dans leur ensemble, les diagnostics de **dépression clinique** étaient **1,6 fois** plus courants chez les personnes 2SLGBTQIA+ et **1,8 fois** plus courants chez les personnes non binaires.

* En raison de la petite taille de l'échantillon de personnes non binaires, les résultats présentés ici pourraient ne pas être représentatifs de l'ensemble de la population.

** Remarque sur la taille des échantillons (n) : Pour les jeunes de 16 à 24 ans, la taille totale de l'échantillon était n = 764; le sous-échantillon féminin, n = 548; le sous-échantillon masculin, n = 193; le sous-échantillon non binaire, n = 23; et le sous-échantillon 2SLGBTQIA+, n = 133. Pour les jeunes adultes de 25 à 35 ans, la taille totale de l'échantillon était n = 1309; le sous-échantillon féminin, n = 867; le sous-échantillon masculin, n = 421; le sous-échantillon non binaire, n = 21; et le sous-échantillon 2SLGBTQIA+, n = 141. Pour les adultes de plus de 36 ans, la taille totale de l'échantillon était n = 3 668.

Sentiment d'épuisement (jeune de 16 à 24 ans)

● Parfois ● La plupart du temps ou toujours



Les jeunes s'identifiant comme femmes, non binaires ou 2SLGBTQIA+ déclarent dans une plus forte proportion que les autres jeunes ressentir de l'épuisement « la plupart du temps » ou « toujours ».

Les pensées et les intentions suicidaires sont disproportionnellement élevées chez les jeunes non binaires et chez les jeunes adultes 2SLGBTQIA+.

Au cours de la dernière année :

Jeunes (de 16 à 24 ans) non binaires

34,7 %
ont pensé au suicide

26 %
ont planifié une tentative de suicide

Jeunes adultes (de 25 à 35 ans) 2SLGBTQIA+

36,1 %
ont pensé au suicide

14,8 %
ont planifié une tentative de suicide

CONSOMMATION DE SUBSTANCES PSYCHOACTIVES

Les jeunes (14,5 %) et les jeunes adultes (16,8 %) s'identifiant au genre masculin sont plus nombreux à avoir déclaré une consommation nocive d'alcool, en comparaison avec les jeunes (9,6 %) et les jeunes adultes (9,1 %) s'identifiant au genre féminin.



13,5 % des jeunes et 26,2 % des **jeunes adultes s'identifiant comme 2SLGBTQIA+** ont déclaré potentiellement souffrir d'un trouble lié à la consommation de cannabis; il s'agit de proportions nettement supérieures à la moyenne chez ces groupes d'âge, soit respectivement 8,9 % et 11,1 %.



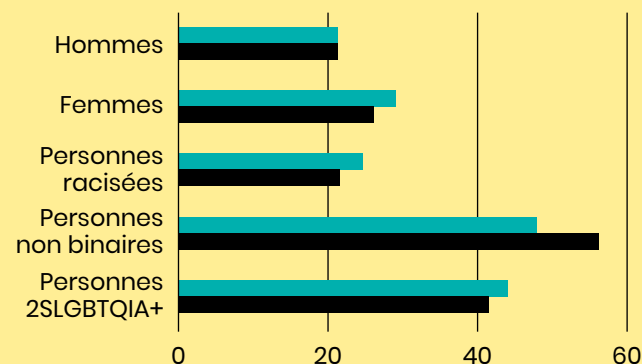
Les jeunes et les jeunes adultes ont plus tendance à avoir recours à des services de santé mentale que les adultes :

25,5 % des jeunes (de 16 à 24 ans) **23,9 %** des jeunes adultes (de 25 à 35 ans) **18,2 %** des adultes (de plus de 36 ans)

Les jeunes et les jeunes adultes s'identifiant au genre masculin sont les moins susceptibles d'avoir recours à des services de santé mentale; les jeunes et les jeunes adultes s'identifiant comme femmes et, plus encore, comme non binaires et 2SLGBTQIA+ rapportent la plus forte utilisation de ces services.

Jeunes et jeunes adultes ayant eu recours à des services au cours de la dernière année

● 16 à 24 ans ● 25 à 35 ans



Le présent rapport est fondé sur quatre sondages en ligne auxquels 13255 personnes ont participé au Canada (environ 3000 personnes par sondage). Ceux-ci ont été menés par Recherche en santé mentale Canada à différents moments de la pandémie : entre le 13 et le 22 juillet 2022 (sondage 13); entre le 21 octobre et le 1^{er} novembre 2022 (sondage 14); entre le 23 janvier et le 6 février 2023 (sondage 15); et entre le 21 avril et le 3 mai 2023 (sondage 16). Les résultats nationaux pour chacun des sondages ont été pondérés par les données de recensement les plus récentes en ce qui concerne le genre, l'âge et la région afin de garantir que l'échantillon total est représentatif de l'ensemble de la population. Les données de RSMC sont accessibles via le [Centre de données interactif – Recherche en santé mentale Canada \(mhrc-rsmc.ca\)](https://www.mhrc-rsmc.ca).