

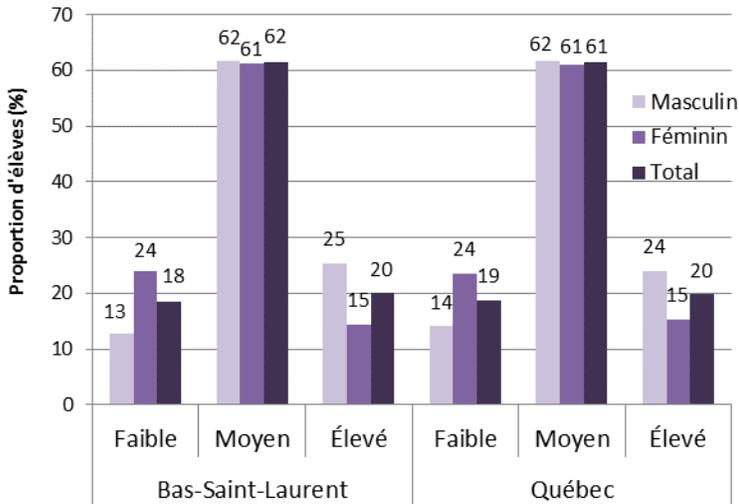
1 CONTEXTE

La santé mentale ne se résume pas à l'absence d'une maladie mentale. Différents éléments contribuent à une bonne santé mentale, par exemple, une forte estime de soi ou un niveau de stress limité. Une grande détresse psychologique peut mener certains à avoir des pensées suicidaires ou même à passer à l'acte. Au Québec, le suicide est l'une des principales causes de décès chez les jeunes.

2 FAITS SAILLANTS

Graphique 1

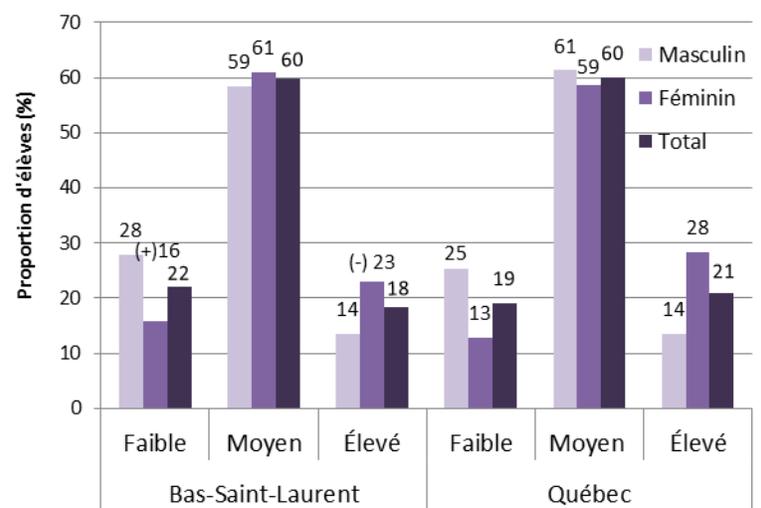
Répartition des élèves selon leur niveau d'estime de soi et leur sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2010-2011



Source : Institut de la statistique du Québec. EQSJS, 2010-2011.

Graphique 2

Répartition des élèves selon le niveau de détresse psychologique et selon le sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2010-2011



(+) ou (-) : La valeur est significativement supérieure ou inférieure à celle du reste du Québec.

Source : Institut de la statistique du Québec. EQSJS, 2010-2011.

Estime de soi (Graphique 1)

L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes au secondaire (EQSJS) s'est intéressée à l'estime de soi des jeunes répondants.

- ♦ Au Bas-Saint-Laurent, comme au Québec, la majorité (62 %) des élèves du secondaire ont un niveau moyen d'estime de soi (données non représentées).
- ♦ Au total, dans la région, près de 1 jeune sur 5 (18 %) a une estime de soi faible. Chez les filles, ce ratio augmente à 1 fille sur 4 (24 %).
- ♦ 25 % des garçons au secondaire dans la région du Bas-Saint-Laurent ont une estime élevée d'eux-mêmes, contre seulement 15 % des filles.

Détresse psychologique (Graphiques 2 et 3)

- ♦ La majorité (60 %) des jeunes présente un niveau moyen de détresse psychologique, au Bas-Saint-Laurent comme au Québec.
- ♦ Proportionnellement plus de filles que de garçons vivent avec un niveau élevé de détresse psychologique dans les deux territoires.

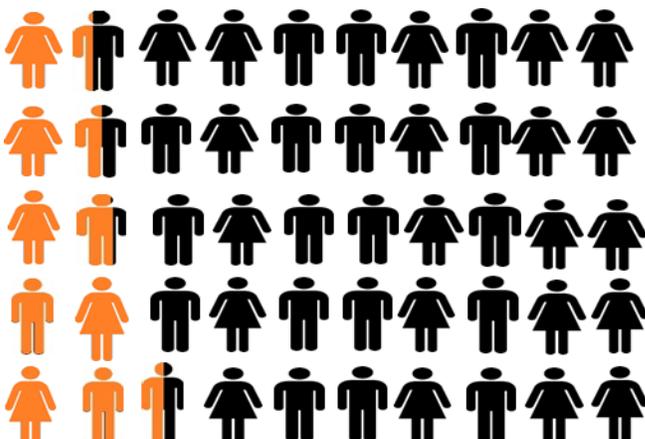
- ♦ Une plus faible proportion d'adolescentes bas-laurentiennes (23 %) présente une détresse psychologique élevée en comparaison aux adolescentes de l'ensemble du Québec (28%) (graphique 2).
- ♦ Au Bas-Saint-Laurent, la proportion d'élèves en détresse psychologique élevée augmente progressivement tout au long du parcours scolaire (graphique 3).

La détresse psychologique selon l'EQSJS

Le niveau de détresse psychologique des jeunes est évalué à partir de quatre dimensions : l'état dépressif, l'état anxieux, l'état cognitif et l'irritabilité.

Graphique 3

Répartition des élèves ayant un niveau élevé de détresse psychologique selon leur niveau scolaire, Bas-Saint-Laurent, 2010-2011



12 % des élèves de 1^{er} secondaire vivent avec un niveau élevé de détresse psychologique;

...c'est aussi le cas de 16 % des élèves de 2^e secondaire;

...de 19 % des élèves de 3^e secondaire;

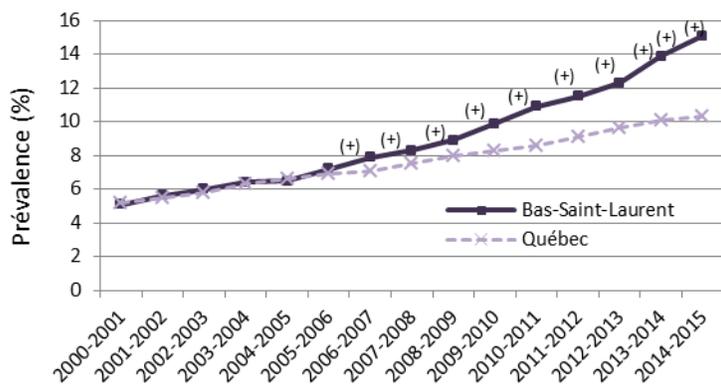
...de 20 % des élèves de 4^e secondaire;

...et de 23 % des élèves de 5^e secondaire.

Source : Institut de la statistique du Québec, EQSJS 2010-2011.

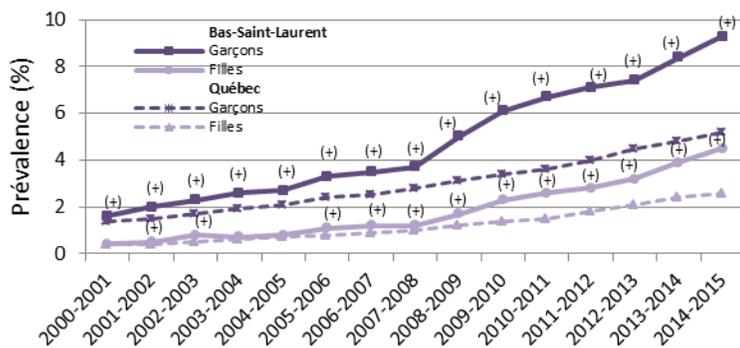
Graphique 4

Évolution de la prévalence des troubles mentaux diagnostiqués chez la population de 0 à 17 ans, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2000-2001 à 2014-2015



Graphique 5

Évolution de la prévalence de TDA/H diagnostiqué chez la population de 1 à 24 ans selon le sexe, Bas-Saint-Laurent, 2000-2001 à 2014-2015



(+) Valeur significativement plus élevée que celle du reste du Québec.
Source : SISMACQ, 2014-2015

Troubles mentaux (Graphique 4)

L'état de santé mentale de certains jeunes a fait l'objet d'un diagnostic médical.

- ◆ 10 % des élèves du secondaire au Bas-Saint-Laurent rapportent qu'ils ont reçu un diagnostic d'anxiété, de dépression ou de trouble alimentaire (EQSJS, données non représentées).
- ◆ Chez l'ensemble des enfants et des jeunes de 17 ans et moins au Bas-Saint-Laurent, la prévalence des troubles mentaux diagnostiqués a considérablement augmenté entre l'année 2000-2001 et l'année 2014-2015, passant de 5 % à 15 % (graphique 4).
- ◆ Depuis l'année 2006-2007, la région présente une prévalence des troubles mentaux diagnostiqués plus élevée que celle du Québec (graphique 4).

TDA/H

- ◆ Au Bas-Saint-Laurent, en 2014-2015, 7 % des jeunes de 0 à 24 ans vivent avec un TDA/H diagnostiqué (données non représentées);
- ◆ Au Québec, toujours en 2014-2015, c'est seulement 4 % des 0-24 ans qui vivent avec un diagnostic de TDA/H (données non représentées);
- ◆ Dans la région comme ailleurs au Québec, les garçons sont davantage touchés que les filles (graphique 5).

Suicide (données non représentées)

- ◆ Chez les jeunes de 0 à 17 ans, le taux d'hospitalisation pour tentative de suicide en 2014 est semblable à celui de la province (données non représentées).

Au Bas-Saint-Laurent, selon l'Enquête québécoise sur la santé de la population (2014-2015) :

- ◆ Près de 1 jeune de 15 à 24 ans sur 10 dit avoir déjà pensé sérieusement au suicide au cours de sa vie. Cette proportion est semblable à celle du Québec (données non représentées).
- ◆ La majorité des jeunes ayant eu des pensées suicidaires dans l'année précédant l'enquête aurait consulté un professionnel de la santé ou une ligne téléphonique à ce sujet (données non représentées).



Photo: Shutterstock.

3 CONSTATS

- ◆ Le Bas-Saint-Laurent ne se démarque pas du Québec pour ce qui est de l'estime de soi, de la détresse psychologique et des pensées suicidaires.
- ◆ Une plus grande proportion de filles ont une faible estime d'elles-mêmes et un niveau élevé de détresse psychologique comparativement aux garçons.
- ◆ La prévalence des troubles mentaux diagnostiqués chez les 1 à 17 ans augmente considérablement entre l'année 2000-2001 et l'année 2014-2015.
- ◆ En 2014-2015, le Bas-Saint-Laurent présentait une prévalence de troubles mentaux diagnostiqués de 15 %, alors que celle du Québec se situait à 10 %.
- ◆ En 2014-2015, 7 % des jeunes bas-laurentiens ont reçu un diagnostic de TDAH, contre seulement 4 % au Québec.

Réalisé par l'équipe de Surveillance de la Direction de santé publique du

Bas-Saint-Laurent, septembre 2017.