



La santé mentale pendant la pandémie de la COVID-19 : Sondage n° 7



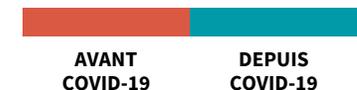
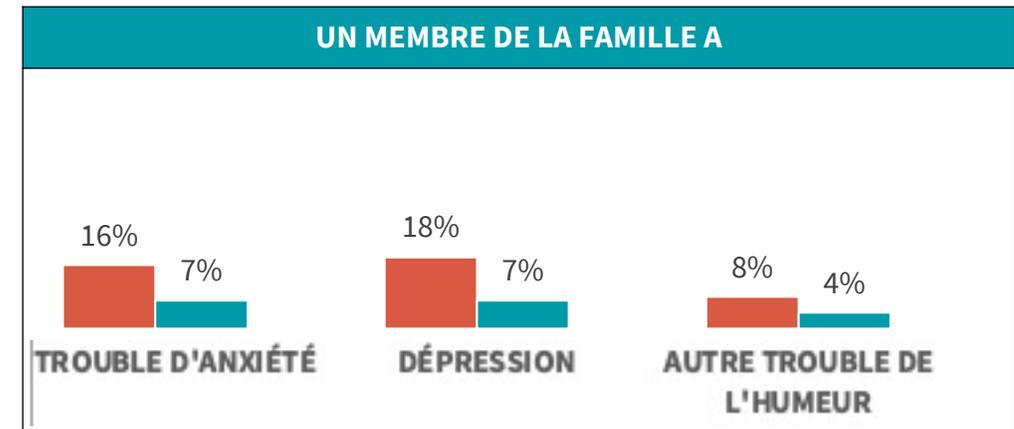
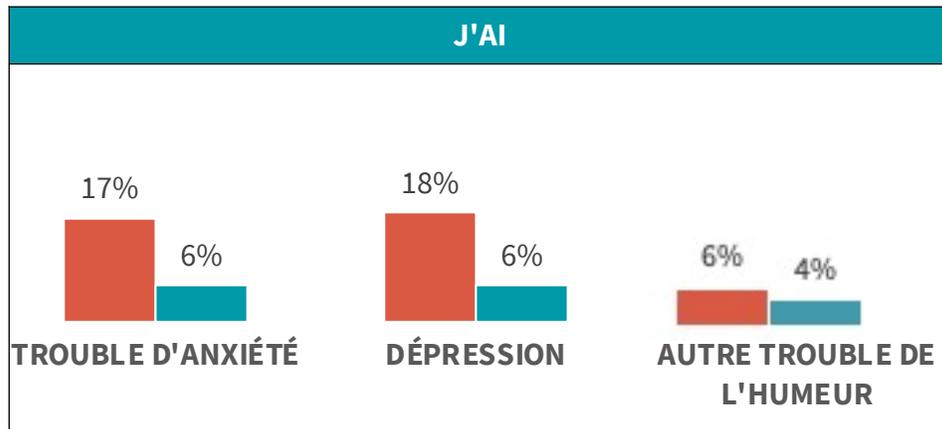
Juin 2021

Résultats principaux

- **L'anxiété a considérablement diminué depuis le pic de la troisième vague de COVID-19.** Les niveaux d'anxiété élevés déclarés par les Canadiens ont diminué à 24 % (contre 28 % dans l'enquête 6). Cette baisse s'observe principalement chez les Canadiens de 55 ans et plus, tandis que les niveaux d'anxiété élevée autoévalués chez les jeunes Canadiens restent constants (18-34 ans : 32 %, 35-54 ans : 27 %). Dans l'ensemble, les niveaux de dépression n'ont pas changé depuis la sixième sondage.
 - Le pourcentage d'Ontariens qui éprouvent des niveaux élevés d'anxiété a diminué (de 33 % dans le sondage 6 à 27 % dans le sondage 7). Cependant, la province conserve les niveaux les plus élevés d'anxiété et de dépression au Canada..
- **Les répondants âgés de 16 à 17 ans**
- **Les Canadiens qui n'ont pas reçu au moins une dose de vaccin rapportent des niveaux de dépression auto-évalués plus élevés (19%) que ceux qui sont, au moins partiellement, vaccinés (15%).** 83 % des Canadiens ont reçu au moins une dose de vaccin. Parmi les 17 % qui n'ont pas encore reçu au moins une dose, la moitié (53 %) indique une hésitation. 17% se feront vacciner dès que possible et 19% ont l'intention de le faire à un moment donné.
- **20 % des jeunes Canadiens (18-34 ans) ont pensé au suicide au cours de la dernière année,** de ceci, 11 % au cours des trois derniers mois. L'idéation suicidaire est restée constante depuis notre dernier sondage, 13 % des Canadiens ayant pensé au suicide au cours de la dernière année et 8 % au cours des trois derniers mois.
- **Les professionnels de santé de première ligne signalent une augmentation significative des diagnostics d'anxiété.** 40 % d'entre eux ont reçu un diagnostic, ce qui représente une augmentation significative par rapport aux 30 % du sondage 6 (20-28 avril 2021) et par rapport aux 21 % d'avant COVID-19. Il est intéressant de noter que les rapports sur les niveaux élevés d'anxiété ont diminué depuis notre dernier sondage. Il pourrait s'agir d'un indicateur tardif après des mois de stress élevé.
- **La communauté LGBTQ2S+ du Canada présente des niveaux élevés d'anxiété et de dépression ;** 45 % des répondants qui s'identifient comme membres de la communauté LGBTQ2S+ font état d'un niveau élevé d'anxiété et 27 % d'un niveau élevé de dépression depuis le début de la pandémie, ce qui représente une augmentation substantielle par rapport aux niveaux d'avant COVID-19 de 9 % et 11 % respectivement.

Un quart des Canadiens ont reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression

- Avant la pandémie, près d'un cinquième des Canadiens avait été confronté à un diagnostic personnel ou familial d'anxiété (17 % sur le plan personnel, 18 % sur le plan familial) ou de dépression (18 % sur le plan personnel et familial). Les autres troubles de l'humeur sont moins fréquents : 6 % ont reçu un diagnostic personnel et 8 % un diagnostic dans leur famille.
- Depuis le début de la pandémie, un autre 6 % de répondants disent avoir reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression respectivement, et 7 % disent qu'un membre de leur famille a reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression.



Base : (total n = 4 010)

A1. Avez-vous déjà, avant ou après la pandémie de la Covid-19, reçu un diagnostic d'un professionnel de la santé indiquant que vous êtes affecté par l'une des maladies suivantes :

Une hausse de diagnostic de troubles chez les jeunes et les travailleurs de première ligne

UNE PERSONNE SUR QUATRE SOUFFRE D'UN TROUBLE DE L'HUMEUR, NOTAMMENT:

- Les Canadiens les plus susceptibles de recevoir un diagnostic d'**anxiété**:
 - Les femmes (25 % contre 20 % des hommes) : le diagnostic est similaire entre les sexes depuis le début de la pandémie (6 % des hommes, 5 % des femmes)
 - Les jeunes et les répondants d'âge moyen (de 18 à 34 ans : 32 % ; de 35 à 54 ans : 27 % contre 55 ans et plus : 13 %). Les répondants de 55 ans et plus sont les moins susceptibles d'avoir reçu un diagnostic depuis le début de la COVID-19 (2 % contre 6 % des 35 à 54 ans; 10 % chez les 18 à 34 ans, contre 4 % des deux catégories plus jeunes dans le sondage 6).
 - Les répondants avec des enfants (âgés de 9 ans et moins : 28 % en hausse de 10 % depuis le début de la COVID-19; entre 10 et 17 ans : 30 %, en hausse de 9 % depuis le début de la COVID-19 contre les répondants sans enfant : 21 % en hausse de 5 % depuis le début de la COVID-19).
 - Les employés (25 %, 8 % depuis le début de la COVID-19 contre 20 % de chômeurs, 3 %).
 - Les travailleurs de première ligne (40 %, 21 % depuis la COVID-19; en hausse par rapport aux 30 % du sondage 6).
- Les Canadiens les plus susceptibles de recevoir un diagnostic de **dépression**:
 - Les femmes (25 % contre 22 % des hommes) : le diagnostic est similaire entre les sexes depuis le début de la pandémie (5 % des hommes, 4 % des femmes).
 - Les jeunes et les répondants d'âge moyen (de 18 à 34 ans : 27 % ; de 35 à 54 ans : 29 % contre 55 ans et plus : 17 %). Les répondants de 55 ans et plus sont les moins susceptibles d'avoir été diagnostiqués depuis le début de la COVID-19 (2 %).
 - Les répondants avec des enfants (âgés de 9 ans et moins : 27 %, de 9 à 17 ans 31 % contre 22 % sans enfant).
 - Les résidents de l'Ontario (26 %) et le plus bas chez les résidents du Québec (17 %).
 - Les travailleurs de première ligne (38 %).

LE POURCENTAGE TOTAL DE MÉNAGES AUX PRISES AVEC DES PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE

Près de la moitié des ménages canadiens ont une personne diagnostiquée avec un trouble de l'humeur

TOTAL OUI : 46 %

(Individus ou ménages comprenant des membres souffrant d'anxiété, de dépression ou d'autres troubles de l'humeur)

(Individus ou ménages comprenant des membres souffrant de chacun d'eux)

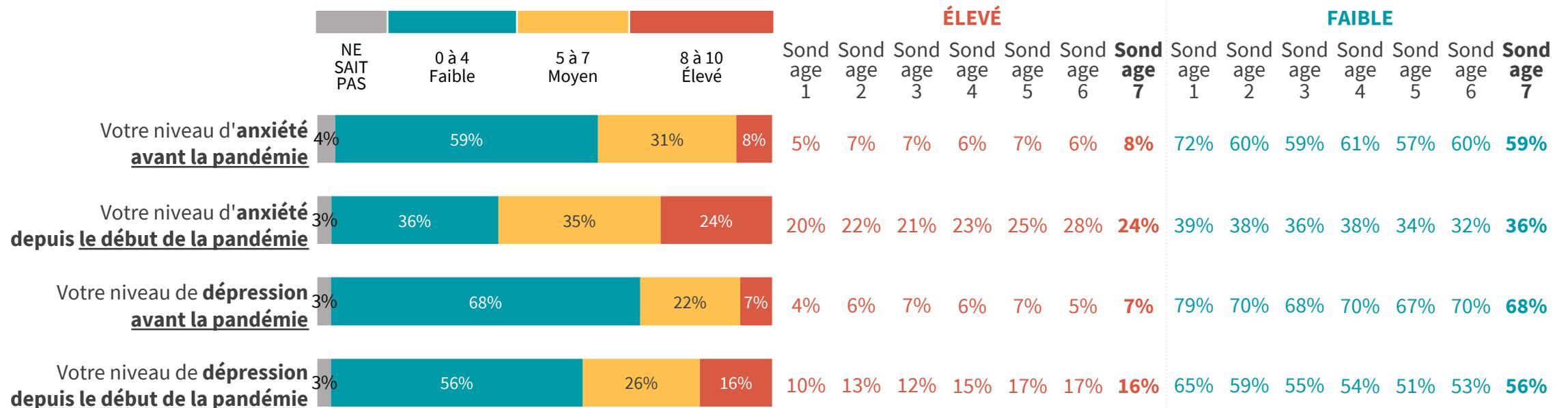
33% ANXIÉTÉ

36% DÉPRESSION

17% AUTRE

Les niveaux d'anxiété ont diminué, mais restent plus élevés qu'en 2020

- Ce sondage a permis de constater une baisse du nombre de répondants déclarant de niveaux élevés d'anxiété (de 28 % dans le sondage 6 à 24 %). Toutefois, ces niveaux demeurent plus élevés que ceux observés en 2020 et encore plus élevés que les 8 % ayant déclaré que leur niveau d'anxiété était élevé avant la pandémie.
- Le pourcentage de répondants qui se disent très déprimés est demeuré constant au cours des quatre derniers sondages. Celui-ci a diminué de 1 % seulement (de 17 % dans les sondages 5 et 6 à 16 %).
- Le nombre de doses de vaccin semble n'avoir aucun impact sur les niveaux d'anxiété. Toutefois, les personnes non vaccinées sont plus susceptibles de déclarer des niveaux élevés de dépression que celles qui ont reçu une ou deux doses (19 % contre 15 % pour les répondants vaccinés).

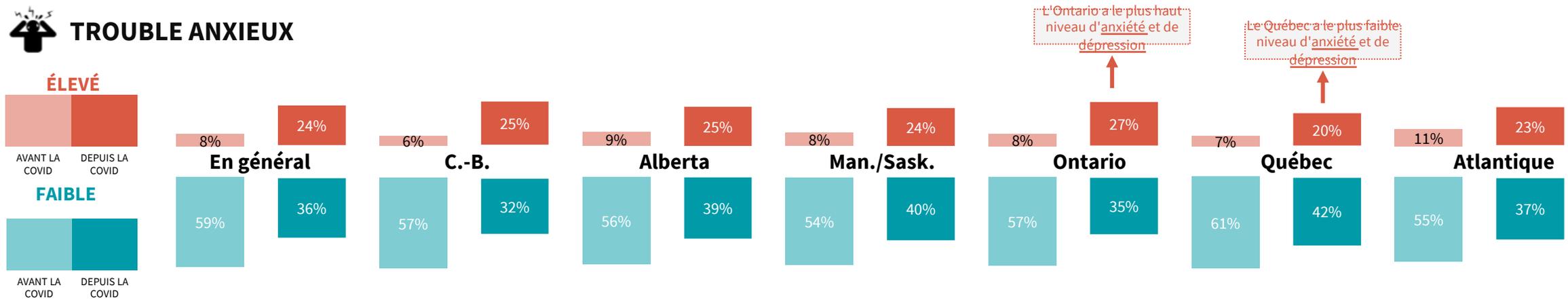


Les femmes et les jeunes âgés de 18 à 34 ans sont plus vulnérables à l'anxiété et à la dépression

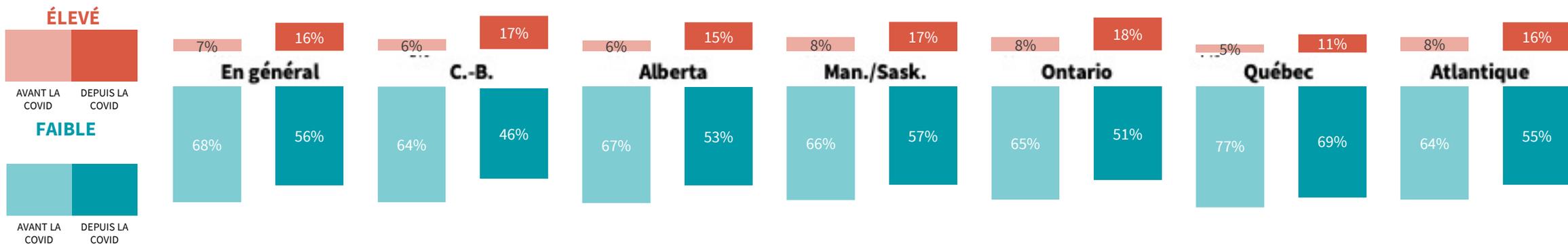
- Les Canadiens les plus susceptibles de qualifier leur niveau d'**anxiété** comme étant élevé (de 8 à 10) depuis le début de la COVID-19:
 - Les femmes : même si les niveaux ont diminué chez les deux sexes (29 % -3 des femmes contre 19 % -3 des hommes)
 - Les jeunes : les niveaux d'anxiété ont diminué principalement chez les 55 ans et plus, tandis que les niveaux chez les 18 à 34 ans restent constants (de 18 à 34 ans : 32 % -1, de 35 à 54 ans : 27 % -2 ; 55 ans et plus : 17 % -5)
 - Les répondants avec des enfants plus âgés (de 9 à 17 ans) à la maison — (31 % +2) par rapport à ceux qui n'ont pas d'enfant (23 % -3)
 - Les résidents de l'Ontario continuent d'avoir le plus haut niveau d'anxiété malgré une diminution depuis le sondage 6 (27 % -6)
 - Les travailleurs de première ligne continuent d'être très anxieux malgré une diminution depuis le sondage 6 (32 % -6)
 - Les répondants qui connaissent le programme Espace Mieux-Être Canada (35 % contre 24 % qui ne le connaissent pas)
 - Les membres de la communauté LGBTQ2S+ (37 %)
 - Les données combinées des sondages 6 et 7 montrent des niveaux élevés d'anxiété auto-évaluée avant COVID-19 à 9%.
- Les Canadiens les plus susceptibles de qualifier leur niveau de **dépression** (de 8 à 10) depuis le début de la COVID-19:
 - Les répondants de 18 à 34 et de 35 à 54 ans (les deux groupes d'âge 19 % contre 9 % pour les 55 ans et plus - les niveaux ont diminué chez les 18 à 34 ans -4, alors qu'ils ont augmenté chez les 35 à 54 ans +2)
 - Les enfants plus âgés (de 9 à 17 ans) à la maison (20 % +4, contre les enfants âgés de 9 ans et moins 15 % -2 ou aucun enfant 15 % -1)
 - Les résidents de l'Ontario (18 %, les niveaux au Québec étant les plus bas, soit 11 %)
 - Les répondants qui connaissent le programme Espace Mieux-Être Canada (26 % contre 15 % qui ne le connaissent pas)
 - Les membres de la communauté LGBTQ2S+ (28 %)
 - Les données combinées des sondages 6 et 7 montrent des niveaux de dépression auto-évaluée élevés avant COVID-19, soit 11%.

Les répondants de l'Ontario continuent de signaler les plus hauts niveaux d'anxiété et de dépression

TROUBLE ANXIEUX



DÉPRESSION



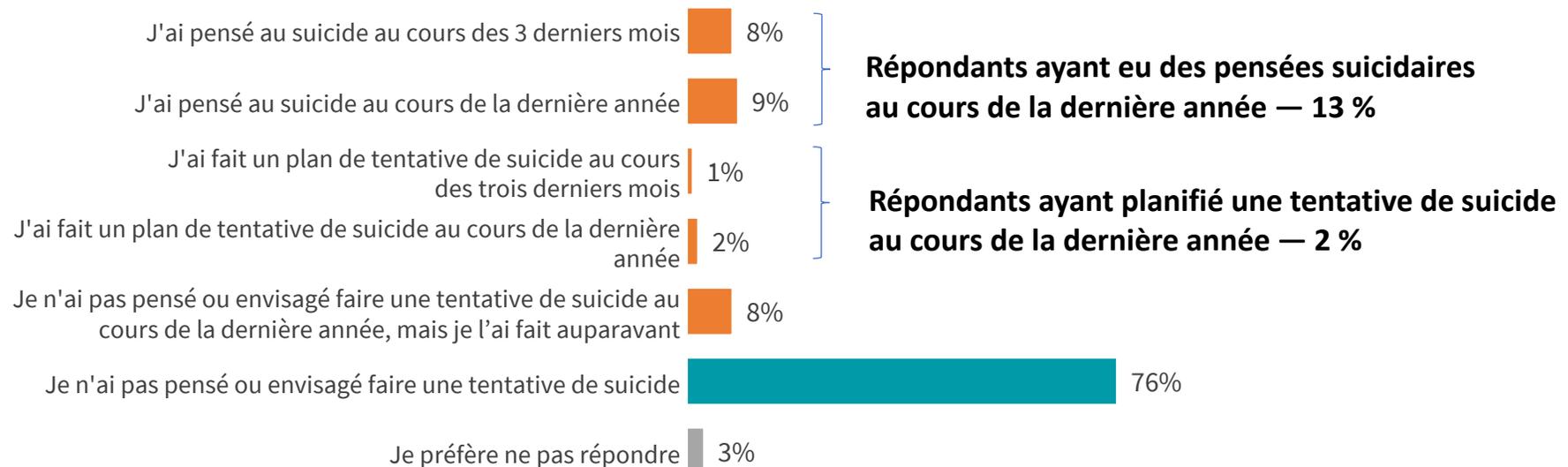
Les 16-17 ans sont plus vulnérables aux troubles de la santé mentale

- Bien que les 16-17 ans soient moins susceptibles d'avoir reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression, ils sont plus nombreux à présenter des signes de ces troubles :
 - Les niveaux d'anxiété élevée avant (18%) et depuis (30%) COVID-19 sont plus élevés que la moyenne nationale (8% et 24%) ;
 - Alors que les niveaux de dépression élevée sont dans la moyenne (7%), puisque COVID-19 est plus élevé que la moyenne nationale à 30% et le groupe d'âge le plus proche (18-34 ans 25%).
 - Plus susceptibles de présenter des symptômes de troubles mentaux graves (GAD-7 30% modéré à grave, PHQ-9 44% modéré/sévère à grave)
 - La moitié (50 %) des personnes interrogées estiment que leur santé mentale a un impact sur leur capacité à fonctionner.
 - Près des trois cinquièmes (58 %) se sont sentis affaiblis et 14 % ont perdu des jours en raison de leur santé mentale, ce qui est plus élevé que pour les 18-34 ans (28 % et 9 % respectivement).
 - 33% ont pensé au suicide au cours de l'année passée (contre 20% pour les 18-34 ans), 18% au cours des trois derniers mois (contre 11% pour les 18-34 ans), 6% ont planifié une tentative de suicide au cours de l'année passée.
- Parallèlement à ces problèmes de santé mentale, les 16-17 ans sont moins résilients (8 % de résilience élevée contre 22 % de moyenne nationale ; 14 % de 18-34 ans), et les problèmes de gestion du stress, de l'anxiété ou de la dépression qui existaient avant COVID-19 restent un facteur.

Plus d'une personne sur dix a pensé au suicide au cours de la dernière année

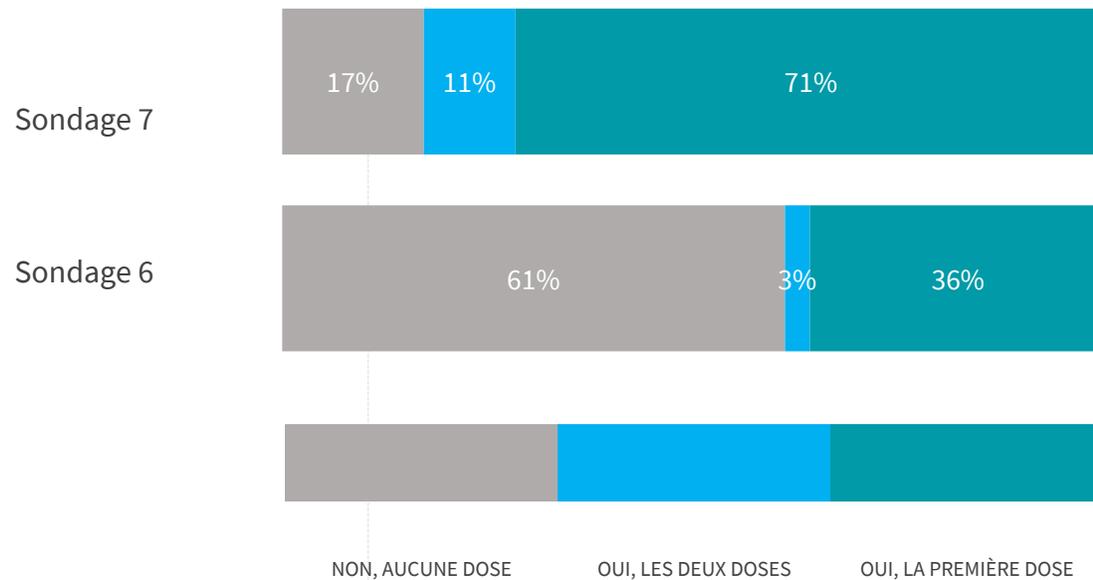
- Les pensées suicidaires ont été plus prédominantes chez les jeunes au cours de la dernière année. 20 % des répondants âgés de 18 à 34 ans y ont pensé, dont 11 % au cours des trois derniers mois, et 3 % ont planifié une tentative, dont 1 % au cours des trois derniers mois.
- Les pensées suicidaires sont également plus nombreuses chez les personnes qui vivent seules (15 %).
- Un cinquième (20 %) des travailleurs de première ligne ont eu des pensées suicidaires au cours de la dernière année (27 %) et 6 % ont planifié une tentative.
- Les personnes qui évaluent leur anxiété et leur dépression comme étant élevées (qualifiées de 9 à 10) depuis le début de la COVID-19 ont davantage de pensées suicidaires. Plus de la moitié (53 %) de ceux qui ont une dépression élevée y ont pensé au cours de la dernière année (36 % au cours des trois derniers mois) et près d'un sur dix (9 %) a planifié une tentative (7 % au cours des trois derniers mois). Parmi ceux qui évaluent leur anxiété comme élevée, 36 % ont pensé au suicide au cours de la dernière année (23 % au cours des trois derniers mois) et 6 % ont planifié une tentative (3 % au cours des trois derniers mois).

PENSÉES SUICIDAIRES



Quatre cinquièmes des Canadiens ont reçu au moins une dose de vaccin

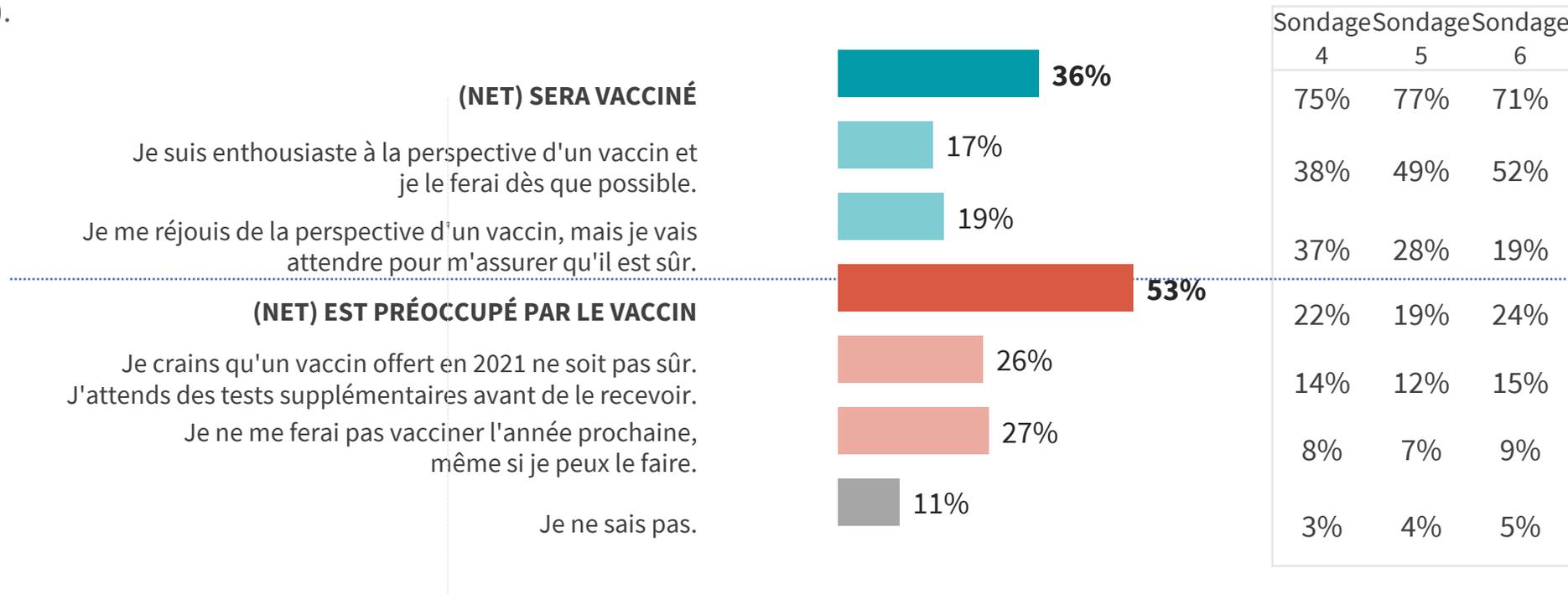
- La grande majorité des Canadiens a reçu un vaccin (83 %) : la plupart des répondants (71 %) ont reçu une dose et 11 % ont reçu les deux.
- L'obtention d'au moins une dose est plus élevée au Québec (88 %) et plus faible en Alberta (78 %).



Les Canadiens ayant reçu au moins la première dose : 83 %

La moitié des Canadiens qui n'a pas reçu un vaccin hésite à le faire

- 17 % des Canadiens n'ont pas encore reçu la première dose d'un vaccin, la moitié d'entre eux (53 %) hésitent à le faire, 26 % disant qu'ils pourraient attendre et 27 % qu'ils ne le feront pas.
- Parmi les répondants qui ne sont pas encore vaccinés, les résidents de l'Alberta indiquent le plus d'hésitation (64 %) ainsi que les répondants âgés 35 à 54 ans (62 %) et les 55 ans et plus (65 %). Alors que les 18 à 34 ans sont les moins susceptibles d'avoir été vaccinés jusqu'à présent (76 %), ils sont les plus susceptibles de dire qu'ils le feront quand ils le pourront (48 %).
- Bien que les taux de dépression soient similaires pour ceux qui sont enthousiastes à l'idée de se faire vacciner (16%) et pour ceux qui se sont déjà fait vacciner (15%), ils sont notablement plus élevés dans toutes les autres catégories (pourrait attendre (23%), attendra (18%) et n'attendra pas du tout (22%).





Lesli Martin, vice-présidente, Pollara
Michael Cooper, vice-président, RSMC
Brittany Saab, engagement des parties prenantes, RSMC

