

La Direction de santé publique de Laval est heureuse de vous faire parvenir ce feuillet visant à faciliter l'accès aux données de surveillance de l'état de santé de la population lavalloise.

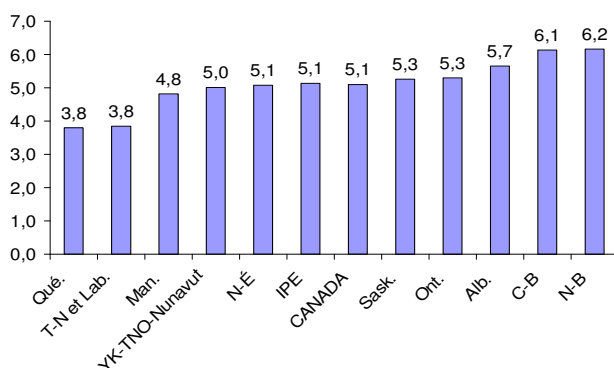
La santé mentale chez les adultes, un survol

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la santé mentale est définie comme « un état de bien-être dans lequel la personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et fructueux et contribuer à la vie de sa communauté ». Plusieurs facteurs peuvent l'influencer. On ne retrouve cependant que très peu de données lavalloises sur la santé mentale. Il nous a ainsi parfois fallu utiliser des données d'enquêtes québécoises et canadiennes de même que d'études universitaires afin de présenter des estimés lavallois.

Perception de la santé mentale

L'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) est une source importante de données lavalloises. En 2005, la majorité (96 %) des Lavallois adultes considéraient leur santé mentale excellente, très bonne ou bonne. De même, 3,7 % de la population lavalloise jugeait sa santé mentale passable ou mauvaise. Ces données représentaient 10 500 personnes. La proportion observée au Québec était semblable. C'était au Québec et à Terre-Neuve/Labrador que l'on retrouvait les plus faibles proportions de gens jugeant leur santé mentale comme étant passable ou mauvaise. La moyenne canadienne était de 5,1 (Graphique 1).

Graphique 1 : Proportion des personnes âgées de 18 ans et plus jugeant leur santé mentale comme étant passable ou mauvaise selon la province habitée, Canada, 2005



Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2005.

Détresse psychologique ¹

La détresse psychologique est une dimension importante de la santé mentale. Elle « est le résultat d'un ensemble d'émotions négatives ressenties par les individus qui,

¹ Hélène Camirand et Virginie Nanhou, *La détresse psychologique chez les Québécois en 2005*, Septembre 2008.

lorsqu'elles se présentent avec persistance, peuvent donner lieu à des syndromes de dépression et d'anxiété ». Statistique Canada utilise depuis quelque temps l'indice de détresse psychologique de Kessler. Cet outil, relativement court, valide et fiable permet de dépister adéquatement les troubles de l'humeur et la dépression. L'indice regroupe dix questions portant sur la fréquence, au cours du dernier mois, de certains symptômes (*nervosité, épuisement, tristesse, etc.*). Vous trouverez davantage de détails dans le Sélections-Santé Laval du mois prochain, qui sera entièrement consacré à la détresse psychologique.

En 2005, au Québec, 22,7 % de la population âgée de 15 ans ou plus présentaient une détresse psychologique élevée. Cette proportion est statistiquement plus élevée que dans les quatre autres provinces canadiennes ayant choisi ce module optionnel de l'ESCC. Les proportions observées à l'Île-du-Prince-Édouard, en Saskatchewan, en Alberta et en Colombie-Britannique, varient entre 12,3 % et 14,9 %. En 2005, à Laval, cette même proportion s'établissait à 21,5 %. Cette situation entre en contradiction avec la situation observée au graphique 1.

Santé mentale au travail ²

Les troubles de santé mentale seraient la première cause d'absence de longue durée. Les compagnies d'assurances canadiennes estiment en effet que 30 % à 50 % des incapacités au travail sont payées pour des problèmes de santé mentale. L'OMS indique pour sa part que 35 % à 40 % des absences au travail, dans les pays industrialisés, sont dus aux problèmes de santé mentale.

Troubles mentaux ³

Au cours de leur vie, environ une personne sur cinq présentera un problème de santé mentale. Chaque année, 11 % de la population adulte présentera un trouble anxieux ou un trouble affectif (*incluant la dépression majeure*) ou un trouble lié à l'usage de drogue ou d'alcool. En 2008, cela pourrait représenter au moins 32 700 Lavallois adultes. Fait à noter, près de 50 % des personnes qui présentent un trouble mental ne consultent pas.

Entre 1 % et 3 % de la population adulte présenterait un trouble grave. Au Québec, « les troubles mentaux sont qualifiés de graves lorsqu'ils sont associés à un niveau d'incapacité qui interfère de façon significative dans les

² Michel Vézina, *Le fardeau des problèmes de santé liés aux transformations des milieux de travail et les interventions organisationnelles pour les prévenir*, Journées annuelles de santé publique, Novembre 2007

³ Rapport du Comité d'expert sur l'organisation des soins en santé mentale – services aux adultes, 2004.

relations interpersonnelles, les compétences sociales de base et la capacité fonctionnelle dans la production d'un travail»⁴. En 2008, cela pourrait représenter entre 3 000 et 8 900 Lavallois. Le Conseil médical québécois estime cette proportion à 2,3 %. En utilisant cette estimation, on pourrait retrouver 6 800 Lavallois présentant des troubles graves. La majorité des personnes souffrant de troubles mentaux graves entrent en contact avec les services et reçoivent des soins. Le dépistage précoce est très important dans le cas des troubles mentaux graves. En effet, le pronostic est meilleur si le traitement est offert au début de l'affection.

Criminalité et santé mentale⁵

La plupart des personnes touchées par un trouble mental ne commettent pas de crime. Par contre, la prévalence de la maladie mentale est plus élevée en milieu carcéral que dans l'ensemble de la population générale, particulièrement pour la schizophrénie (1 à 8 % contre <1 %), la dépression majeure (10-12 % contre 4-7 %) et les troubles anxieux (16 % contre 4 %).

Statut socioéconomique et santé mentale⁶

Bien qu'encore mal compris, un faible statut socio-économique est fortement lié aux troubles mentaux. On ne sait pas clairement si c'est le faible statut économique qui induit les troubles mentaux ou l'inverse. En effet, les personnes défavorisées ont environ 2,5 fois plus de risque que les personnes favorisées de souffrir de troubles mentaux. À Laval, on dénombrait 34 300 personnes vivant sous le seuil de faible revenu en 2005.

Le seuil de faible revenu varie selon plusieurs facteurs, dont le nombre de personnes et la structure du ménage et selon l'endroit où l'on habite.⁷ Par exemple, en 2005, au Québec, le seuil de faible revenu pour une personne seule était de 12 810 \$ alors qu'il était de 17 934 \$ pour une famille monoparentale ayant la charge d'un enfant de moins de 16 ans.

Personnes âgées et santé mentale⁸

Les personnes âgées sont touchées par plusieurs troubles mentaux que l'on retrouve dans la population en général. Cependant, la nature, la prévalence et la trajectoire des troubles mentaux peuvent être différentes. Il existe des interventions efficaces pour la plupart des troubles mentaux touchant les personnes âgées. On dénombrait 56 100 personnes âgées de 65 ans et plus à Laval en 2008. Ce nombre pourrait se situer à 93 800 en 2026.

Réintégration au travail

Le travail aide au développement du sens de la responsabilité, du jugement et de la perception ainsi qu'à l'amélioration de l'estime de soi. Il contribue également au développement d'habiletés sociales et relationnelles. Chez les gens ayant des troubles mentaux graves, la réintégration au travail se situe sous les 20 %. Ce taux peut varier selon les programmes offerts. Les principaux obstacles à la réintégration sont les préjugés, la conjoncture socio-économique et la pression et le stress relié au milieu du travail. À Laval, on retrouve un peu plus de 300 places visant la réintégration des personnes présentant un trouble mental.

⁴ Ministère de la santé et des services sociaux, *Plan d'action en santé mentale 2005-2010 – La force des liens*, 2005.

⁵ ICIS, *Santé mentale, délinquance et activité criminelle*, 2008

⁶ U.S. Public Health Service, *Mental health: A report of the Surgeon General*, 1999

⁷ ISQ, *Bulletin Flash: Taux de faible revenu*, édition 2007, Octobre 2007

⁸ U.S. Public Health Service, *Mental health: A report of the Surgeon General*, 1999

En conclusion :

- ✓ Pas moins de 96% des Lavallois adultes considèrent leur santé mentale excellente, bonne ou très bonne.
- ✓ La proportion de gens ayant une détresse psychologique élevée est supérieure au Québec que dans d'autres provinces canadiennes.
- ✓ Environ une personne sur cinq présentera un problème de santé mentale au cours de sa vie.
- ✓ Près de 33 000 Lavallois pourraient souffrir annuellement, d'un trouble anxieux ou un trouble affectif (*incluant la dépression majeure*) ou un trouble lié à l'usage de drogue ou d'alcool. Entre 3 000 et 8 900 Lavallois pourraient présenter un trouble grave de santé mentale.
- ✓ Certains groupes ou sous-groupes de la population sont plus à risque que les autres de présenter un problème de santé mentale.

