

## **POUR PUBLICATION IMMÉDIATE**

**Le 22 novembre 2022**

### **Les résultats du sondage 14 sont publiés aujourd'hui : Bien que les effets de la COVID-19 sur la santé mentale s'améliorent, de nouveaux défis présentent des facteurs négatifs pour la santé mentale des Canadiens.**

TORONTO, ON - Recherche en santé mentale Canada (RSMC) a publié aujourd'hui les données de son quatorzième sondage, et les résultats sont éloquentes. Les symptômes d'anxiété et de dépression déclarés s'améliorent lentement, mais de nouveaux défis, comme l'inflation et l'insécurité alimentaire, ont un impact négatif sur la santé mentale des Canadiens. Ces données ont été recueillies auprès des Canadiens entre le 21 octobre et le 1er novembre 2022.

"Bien que rien de ce que nous avons vu jusqu'à présent n'ait eu un impact aussi fort sur la santé mentale des Canadiens que le COVID-19, la hausse du coût de la vie entraîne des pressions croissantes sur la santé mentale", a déclaré Akela Peoples, présidente-directrice générale de la RSMC. "Avec les fêtes de fin d'année qui approchent, ces sentiments pourraient s'intensifier, ce qui est préoccupant et devrait continuer à être surveillé de près."

Voici d'autres résultats du sondage 14 :

- Un quart des Canadiens sont épuisés (plus chez les étudiants et les travailleurs, moins chez les retraités), bien que le niveau d'espoir reste élevé.
- La santé mentale des Canadiens s'améliore lentement et régulièrement, l'anxiété et la dépression auto-évaluées s'améliorant lentement au fur et à mesure que nous sortons de la pandémie.
- Pour la première fois, les provinces de l'Atlantique affichent les niveaux d'anxiété les plus élevés de toutes les provinces (15 %) ; toutefois, il convient de noter que notre sondage a été réalisé au moment du récent ouragan. Le Québec continue d'afficher les niveaux les plus bas d'anxiété auto-évaluée (7 %) et de dépression (4 %).
- Sur un peu plus de 15 % des Canadiens qui ont eu besoin d'un soutien en matière de santé mentale au cours de l'année écoulée (qu'ils y aient eu accès ou non), plus de la moitié d'entre eux ont indiqué que ces besoins n'étaient pas ou peu satisfaits.

Ces résultats, ainsi que d'autres, figurent dans le résumé et le rapport complet de l'enquête, intitulé " Comprendre la santé mentale des Canadiens : à travers COVID-19 et au-delà : Sondage 14 ", disponible à l'adresse suivante : [www.mhrc-rsmc.ca](http://www.mhrc-rsmc.ca).

-30-

## **A PROPOS DU SONDRAGE**

Le sondage national de la RSMC s'inscrit dans le cadre d'un effort pluriannuel visant à suivre les défis en matière de santé mentale. L'objectif des sondages 1 à 12 de la RSMC était de recueillir la perception qu'ont les Canadiens de leur niveau d'anxiété et

de dépression, et d'identifier et d'évaluer les facteurs qui influencent la santé mentale tout au long de la pandémie.

Alors que nous entrons dans la période de rétablissement de la pandémie, la RSMC a commencé à s'éloigner de la santé mentale telle qu'elle est décrite dans le COVID-19 pour adopter une approche plus actuelle et plus large. Cette étude a été réalisée par Pollara Strategic Insights auprès d'un échantillon en ligne de 3 500 adultes canadiens, entre le 21 octobre et le 1er novembre 2022. Les résultats d'un échantillon probabiliste de cette taille peuvent être considérés comme précis à  $\pm 1,8$  point de pourcentage, 19 fois sur 20. Les résultats ont été pondérés en fonction de l'âge, du sexe et de la région afin d'être représentatifs de la population canadienne.

### **À PROPOS DE LA RECHERCHE SUR LA SANTÉ MENTALE CANADA**

Recherche en santé mentale Canada est un organisme de bienfaisance national qui se consacre à l'amélioration de la vie d'un Canadien sur cinq atteint d'une maladie mentale, ainsi que de sa famille, de ses soignants et de sa collectivité. Nous faisons progresser les connaissances en santé mentale fondées sur des données probantes qui permettent de résoudre des problèmes et qui sont applicables dans le monde réel. Nous nous engageons à faire de la recherche différemment, en mettant l'accent sur la collaboration entre le milieu universitaire et la communauté, et en veillant à ce que les personnes ayant une expérience vécue soient impliquées tout au long du processus de recherche.

### **Les demandes de renseignements des médias peuvent être adressées à :**

Jolinne Kearns

Directrice des communications

902-802-7321

[jkearns@mhrc.ca](mailto:jkearns@mhrc.ca)