

POUR PUBLICATION IMMÉDIATE
Le 16 août 2022

De nouvelles données de sondage sur la santé mentale révèlent une amélioration des niveaux d'anxiété et de dépression, entre autres résultats importants

Toronto, Ontario - Les indicateurs relatifs à l'anxiété et à la dépression s'améliorent considérablement, comme le démontrent les résultats du sondage de la Recherche en santé mentale Canada (RSMC) publiés aujourd'hui. Depuis que le Canada a commencé à entrer dans la période de rétablissement post-pandémique, les niveaux élevés actuels d'anxiété auto-évalués ont presque diminué de moitié (de 21 % à 11 %) et les niveaux élevés de dépression auto-évalués ont diminué d'un tiers (de 14 % à 9 %) par rapport aux niveaux observés pendant la pandémie. Les données ont été recueillies dans le cadre du treizième sondage de la RSMC, du 13 au 22 juillet 2022.

" La capacité de la RSMC à saisir et à partager l'état actuel de la santé mentale au Canada grâce à son travail de sondage national a grandement contribué à notre compréhension de la santé mentale pendant la pandémie et au-delà ", déclare Akela Peoples, chef de la direction de la Recherche sur la santé mentale Canada. "Maintenant, dans la période de rétablissement de COVID-19, nous continuerons à consacrer nos efforts à la collecte d'indicateurs de santé mentale, en gardant le doigt sur le pouls de cette question critique."

Malgré le signe positif d'une amélioration de la santé mentale des Canadiens, les principales constatations révèlent également certains sujets de préoccupation, notamment :

- Les personnes qui se disent très anxieuses ou dépressives sont encore beaucoup plus susceptibles de présenter des symptômes d'un trouble de santé mentale grave (54 % comparativement à 42 % lors du dernier sondage).
- Un tiers (33 %) des Canadiens connaissent un certain niveau d'insécurité alimentaire, en particulier les nouvelles mères, les Canadiens sans emploi, les personnes ayant une déficience physique, celles qui évaluent leur anxiété ou leur dépression comme étant élevée ou présentant un trouble mental grave, ou celles qui démontrent une dépendance à l'alcool ou au cannabis sont considérablement plus susceptibles de signaler des niveaux modérés à graves d'insécurité alimentaire.
- Cinq pour cent des Canadiens montrent des signes de dépendance à l'alcool et 9 % ont des comportements nocifs, dont un sur dix qui déclare être incapable d'arrêter de boire une fois qu'il a commencé au moins une fois par mois.

Ces résultats, ainsi que d'autres, sont présentés dans le rapport du sondage, "Comprendre la santé mentale des Canadiens grâce à COVID-19 et au-delà : Sondage 13" publié aujourd'hui par la RSMC et disponible à www.mhrc-rsmc.ca/sondage-national-13.

À PROPOS DU SONDAGE

Le sondage national de la RSMC fait partie d'un effort pluriannuel visant à suivre les défis de santé mentale de COVID-19 et au-delà. L'objectif des sondages un à douze du RSMC était de recueillir la perception des Canadiens quant à 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 déplacer son attention de la santé mentale en relation avec COVID-19, vers une approche plus actuelle et plus large. Ce changement de langage pourrait expliquer une partie de la diminution considérable des indicateurs mentionnés ci-dessus.

Cette étude a été menée par Pollara Strategic Insights auprès d'un échantillon en ligne de 3 023 adultes canadiens et a été réalisée entre le 13 et le 22 juillet 2022. Les résultats d'un échantillon probabiliste de cette taille peuvent être considérés comme précis à $\pm 1,8$ point de pourcentage près, 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 sur la santé mentale Canada est un organisme de bienfaisance national qui se consacre à l'amélioration de la vie des Canadiens atteints de maladie mentale, de leurs familles, et de leurs communautés. 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 académique et la communauté, et en veillant à ce que les personnes ayant une expérience vécue participent à l'ensemble 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