

# L'IMPACT DE COVID-19 SUR LA SANTÉ MENTALE DE LA COMMUNAUTÉ LGBTQ2S+ DU CANADA : DOSSIER DE RECHERCHE

Les répondants qui s'identifient comme étant que LGBTQ2S+ ont connu les niveaux d'anxiété auto-évalués plus élevés, tant avant l'apparition de COVID-19 que tout au long de la pandémie.



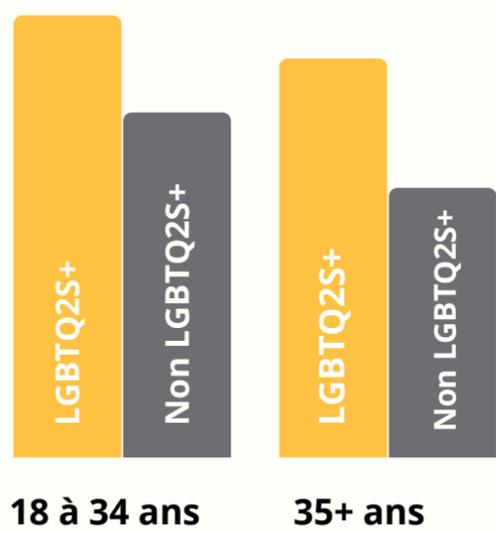
Les niveaux d'anxiété et de dépression élevés après COVID-19 montrent une augmentation significative (à un taux disproportionné) par rapport à la moyenne nationale.

## Les jeunes membres de la communauté LGBTQ2S+ sont particulièrement touchés.

Niveaux d'anxiété auto-évaluée dans différents groupes d'âge depuis COVID-19

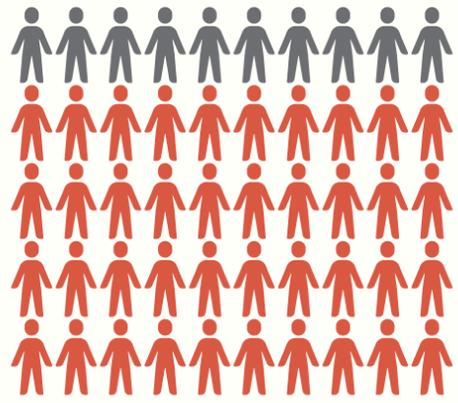


Niveaux de dépression auto-évaluée dans différents groupes d'âge depuis COVID-19



20 %

des jeunes Canadiens de 18 à 34 ans s'identifiant à la communauté LGBTQ2S+ ont pensé au suicide au cours des trois derniers mois



Les jeunes Canadiens s'identifiant à la communauté LGBTQ2S+ sont moins confiants dans leur capacité à se remettre des problèmes de santé mentale causés par la pandémie.

61%

d'entre eux ont trouvé que l'isolement social avait un impact "plutôt négatif" ou "très négatif" sur leur santé mentale

38%

des jeunes Canadiens s'identifiant comme LGBTQ2S+ estiment que leur gestion du stress depuis COVID-19 est "très mauvaise"

# DOSSIER DE RECHERCHE

## RÉSUMÉ DES RAPPORTS D'ANXIÉTÉ ET DE DÉPRESSION DANS LA COMMUNAUTÉ LGBTQ2S+ AVANT ET APRÈS COVID-19

### CONTEXTE

La RSMC a mené un projet de sondage national sur la santé mentale des Canadiens tout au long de la pandémie de COVID-19. Nous sommes fiers de nous associer à Santé Canada pour recueillir, analyser et présenter ces données afin qu'elles soient librement accessibles aux intervenants de notre communauté. L'information contenue dans ce rapport provient des données recueillies lors des sondages 6 et 7 de notre série nationale de 12 sondages en cours.

### ÉCHANTILLON

Comme le montre le tableau A1, l'échantillon total pour les sondages 6 et 7 était de 4 005 et 4 010 répondants individuels respectivement. Parmi eux, 26 % étaient âgés de 18 à 34 ans et 71 % avaient plus de 34 ans. Les réponses des participants âgés de moins de 18 ans n'ont pas été incluses dans ce dossier. Sur l'ensemble de notre échantillon, 7% se sont identifiés comme LGBTQ2S+, dont 25% (sur les 7% de l'échantillon) étaient âgés de 18 à 34 ans.

TABLEAU A1: TAILLE DE L'ÉCHANTILLON ET DATE DE LA COLLECTE DES DONNÉES

	Échantillon national	Marge d'erreur	Date de la collecte
Sondage 6	4,005	±1.5%	20 au 28 avril 2021
Sondage 7	4,010	±1.5%	7 ay 13 juin 2021

### SOMMAIRE EXÉCUTIF

COVID-19 et les restrictions qui y sont associées continuent d'avoir un effet négatif sur la santé mentale des Canadiens. Grâce à une analyse plus approfondie des données recueillies tout au long de notre série de sondages nationaux, il devient de plus en plus évident que les Canadiens ayant certains marqueurs démographiques, y compris l'orientation sexuelle et l'identité de genre, sont affectés de manière disproportionnée. Ce dossier de recherche **analyse les impacts négatifs de COVID-19 sur les niveaux d'anxiété et de dépression auto-évalués chez les Canadiens qui s'identifient comme appartenant à la communauté LGBTQ2S+**. Notre analyse a révélé que les répondants qui s'identifient comme LGBTQ2S+ ont connu des niveaux d'anxiété et de dépression plus élevés avant le début de COVID-19 et tout au long de la pandémie, les niveaux d'anxiété et de dépression élevés après COVID-19 ayant augmenté de manière significative et disproportionnée par rapport à la moyenne nationale. Notre analyse est ensuite ventilée par âge, gestion du stress et niveaux de résilience.

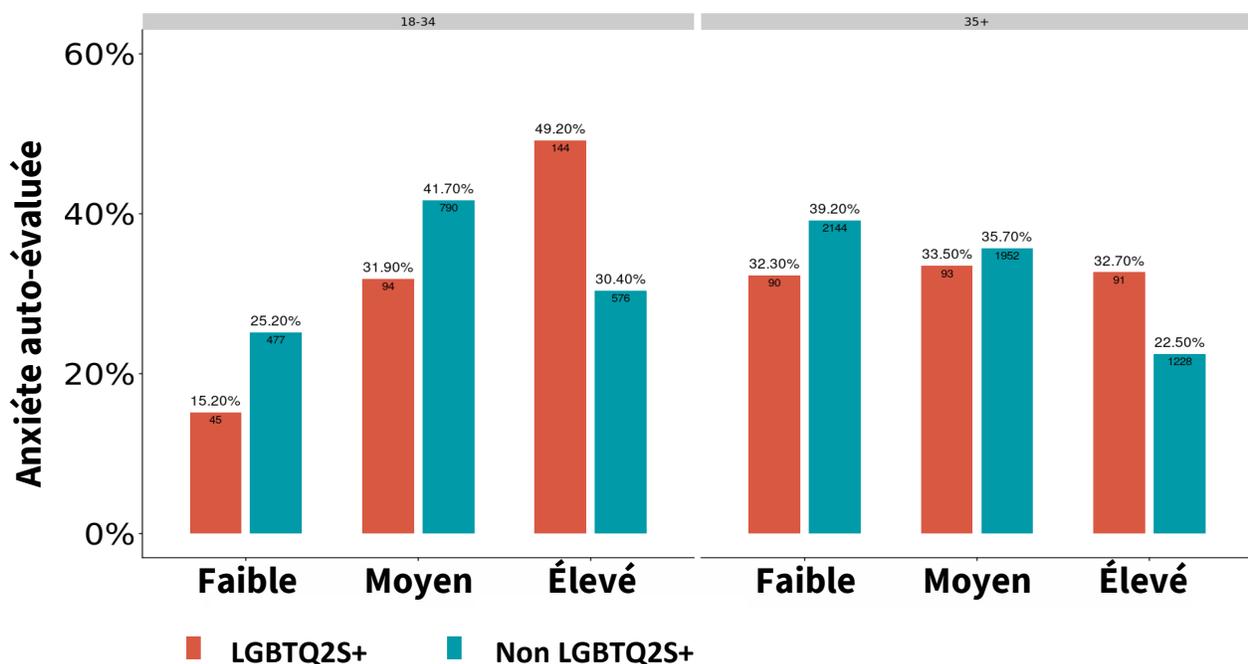
# DOSSIER DE RECHERCHE

## RÉSULTATS

### L'ANXIÉTÉ ET LA DÉPRESSION

**Les Canadiens qui s'identifient à la communauté LGBTQ2S+ présentent des niveaux élevés d'anxiété et de dépression, et les jeunes membres de cette communauté sont particulièrement affectés.** Comme le montrent les figures ci-dessous, les personnes âgées de 18 à 34 ans signalent des niveaux d'anxiété (figure A1) et de dépression (figure A2) beaucoup plus élevés tout au long de la pandémie de COVID-19 que les Canadiens plus jeunes qui ne s'identifient pas comme LGBTQ2S+ (les Canadiens plus jeunes sont représentés à gauche du graphique, tandis que ceux âgés de 35 ans et plus sont représentés à droite).

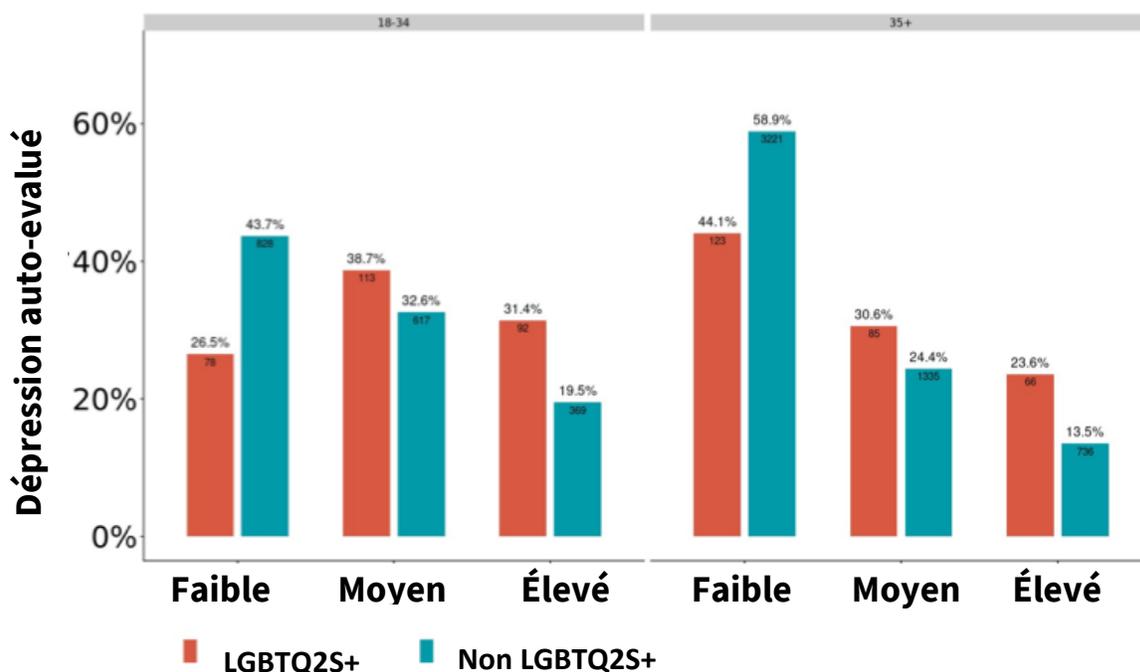
FIGURE A1. ANXIÉTÉ AUTO-ÉVALUÉE DEPUIS L'APPARITION DU COVID-19, PAR GROUPE D'ÂGE



A1: Niveaux d'anxiété auto-évalués des individus LGBTQ2S+ et non-LGBTQ2S+ depuis le début de la pandémie de COVID-19, séparés par groupe d'âge. Données recueillies lors des sondages de la RSMC 6 (avril 2021) et 7 (juin 2021). Le nombre total de réponses incluses dans cette figure est de 1 049 dans la catégorie des 18-34 ans, et de 2 815 dans la catégorie des 35 ans et plus.

## DOSSIER DE RECHERCHE

FIGURE A2. DÉPRESSION AUTO-ÉVALUÉE DEPUIS L'APPARITION DU COVID-19, PAR GROUPE D'ÂGE



A2: Niveaux de dépression auto-évalués des personnes LGBTQ2S+ et non-LGBTQ2+ depuis le début de la pandémie de COVID-19, séparés par groupe d'âge. Données recueillies lors des sondages de la RSMC 6 (avril 2021) et 7 (juin 2021). Le nombre total de réponses incluses dans cette figure est de 1 035 dans la catégorie des 18-34 ans, et de 2 822 dans la catégorie des 35 ans et plus.

Près de la moitié (49 %) des jeunes Canadiens (âgés de 18 à 34 ans) qui s'identifient comme LGBTQ2S+ déclarent avoir éprouvé des niveaux élevés d'anxiété auto-évaluée depuis le début de la pandémie ; ce chiffre est considérablement plus élevé que celui des Canadiens du même groupe d'âge qui ne s'identifient pas comme LGBTQ2S+ (30 %). Alors que les niveaux de dépression auto-évalués chez les Canadiens qui ne s'identifient pas comme LGBTQ2S+ ont augmenté légèrement plus que ceux qui s'identifient comme tels (8 % à 20 % contre 15 % à 31 %), les pourcentages de personnes de la communauté LGBTQ2S+ qui auto-évaluent leur niveau de dépression comme élevé sont considérablement plus élevés avant et après COVID-19.

### IMPACTS SUR LA SANTÉ MENTALE

#### Facteurs ayant un impact négatif sur la santé mentale

En examinant l'impact négatif des différents facteurs associés à COVID-19 sur la santé mentale, nous avons constaté que l'isolement social avait l'effet le plus néfaste sur les personnes identifiées LGBTQ2S+. **Nos données montrent que 61 % des membres de la communauté LGBTQ2S+ au Canada considèrent que l'isolement social, tel que défini par les gouvernements**

## DOSSIER DE RECHERCHE

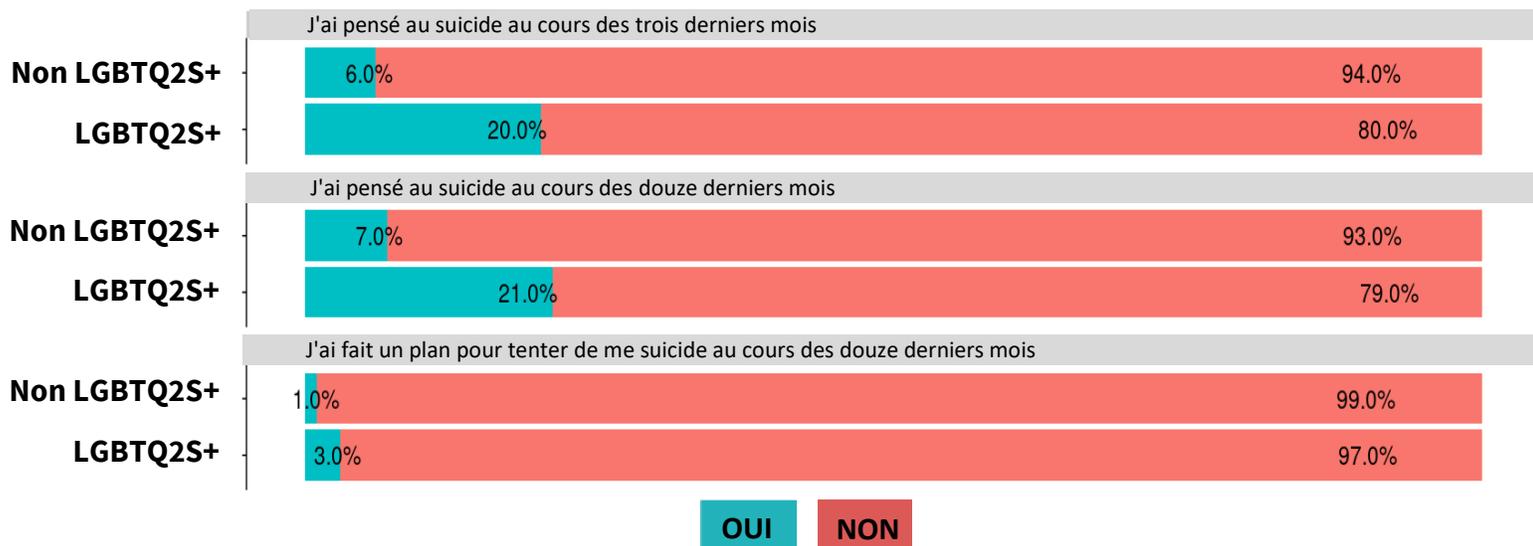
provinciaux comme une mesure de santé publique COVID-19, a un impact " plutôt négatif " ou " très négatif " sur leur santé mentale, contre 48 % des répondants non identifiés

**LGBTQ2S+**. Un facteur secondaire de santé mentale négative est "la possibilité qu'un membre de la famille attrape le COVID-19", à 57%, suivi par "la possibilité que vous attrapiez le COVID-19", à 39%.

### Idéation de suicide

Dans le cadre de nos analyses sur les Canadiens de 18 à 34 ans, nous avons constaté que les données sur les idées suicidaires sont préoccupantes ; notre analyse de ces données chez les Canadiens s'identifiant à la communauté LGBTQ2S+ l'est particulièrement. Une comparaison des répondants du même groupe d'âge (18-34 ans) a montré que 20 % des jeunes Canadiens s'identifiant à la communauté LGBTQ2S+ ont pensé au suicide au cours des trois derniers mois, contre 6 % des Canadiens non identifiés du même groupe d'âge.

FIGURE B1: IDÉATION DE SUICIDE DANS L'ÉCHANTILLON NATIONAL, LGBTQ2S+ VS NON LGBTQ2S+



B1: Réponses concernant les idées de suicide chez les 18-34 ans dans les sondages 6 (avril 2021) et 7 (juin 2021) de l'initiative nationale de sondage COVID-19 de la RSMC, comparant les résultats des répondants LGBTQ2S+ et non LGBTQ2S+.

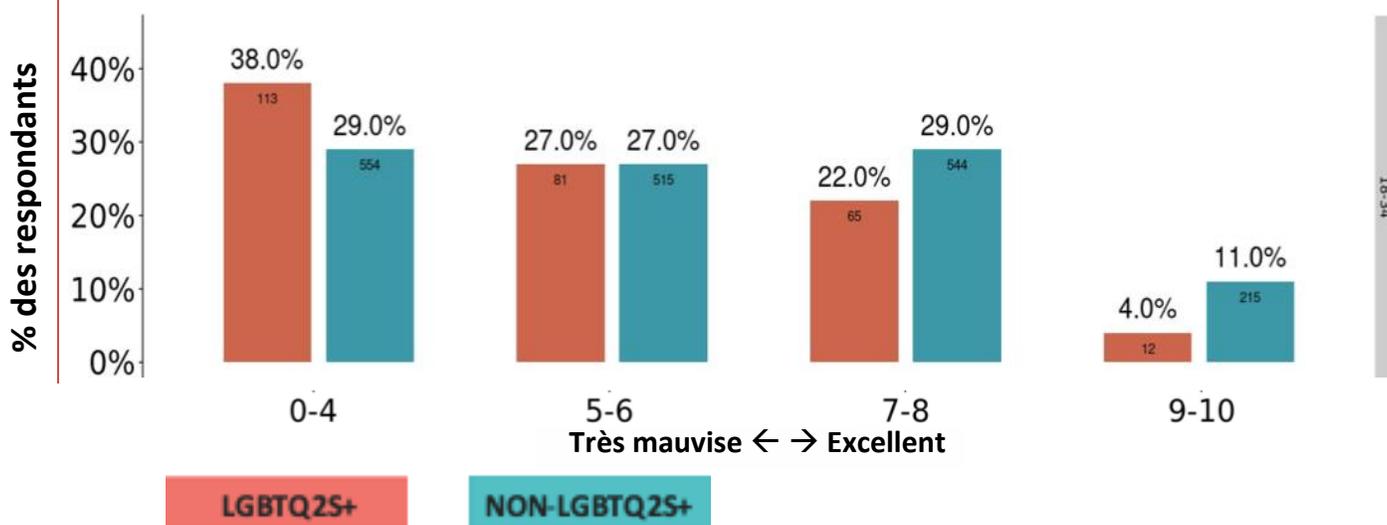
Comme le montre la figure B1, un résultat similaire - en termes d'impact disproportionné - est observé pour les personnes qui ont pensé au suicide au cours de l'année écoulée et celles qui ont planifié une tentative au cours des trois derniers mois.

## DOSSIER DE RECHERCHE

### Gestion du stress et résilience

Nos données ont montré que les jeunes Canadiens (âgés de 18 à 34 ans) ont moins confiance dans leur capacité à gérer le stress ainsi que dans leur capacité à rebondir après des problèmes de santé mentale : 31 % des jeunes Canadiens ont confiance dans leur capacité à gérer le stress et 55 % ont confiance dans leur capacité à rebondir après des problèmes de santé mentale, comme le montre notre rapport Sondage 7. Il s'agit d'un élément important à prendre en considération lorsqu'on examine les jeunes Canadiens qui s'identifient comme LGBTQ2S+, car les facteurs ayant un impact négatif sur la santé mentale peuvent être aggravés. Comme le montre la figure C1, 38 % des jeunes Canadiens qui s'identifient comme LGBTQ2S+ estiment que leur capacité à gérer le stress depuis COVID-19 est " très faible ", contre 29 % des répondants du même groupe d'âge qui ne s'identifient pas comme LGBTQ2S+.

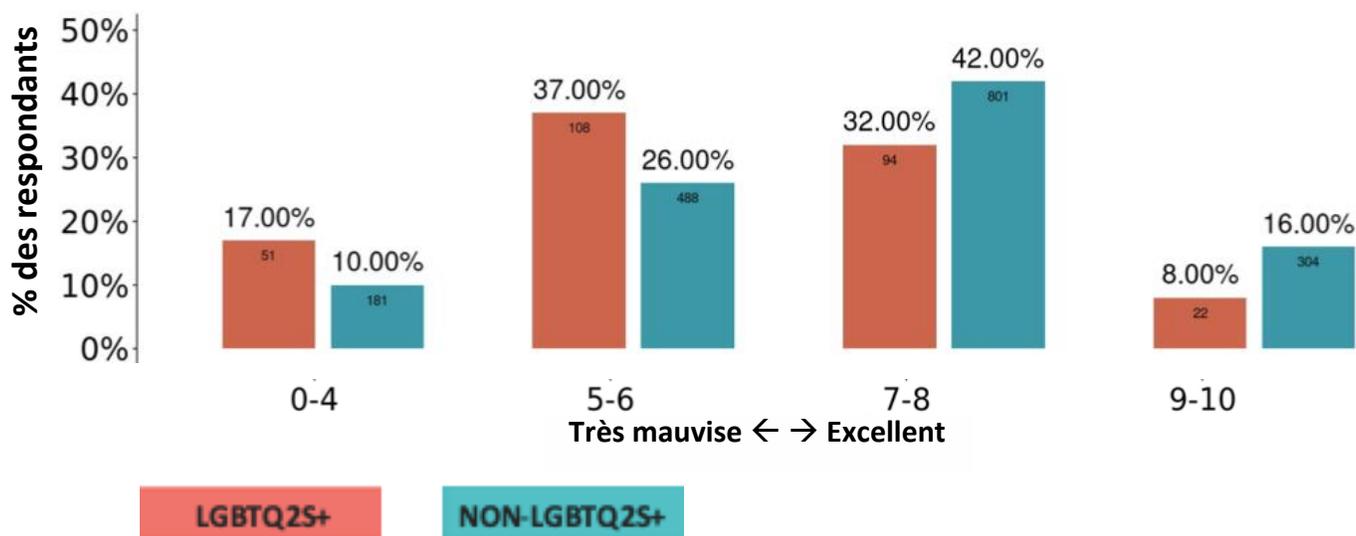
FIGURE C1: CAPACITÉ AUTODÉCLARÉE À GÉRER LE STRESS DEPUIS LA COVID-19, LGBTQ2S+ VS. NON-LGBTQ2S+



C1: Capacité autodéclarée à gérer le stress depuis COVID-19 chez les 18-34 ans, en comparant les répondants LGBTQ2S+ et non LGBTQ2S+. Données recueillies lors des sondages 6 (avril 2021) et 7 (juin 2021) de l'initiative nationale de sondage COVID-19 de la RSMC. Le nombre total de réponses incluses dans ce chiffre est de 271 LGBTQ2S+ et 1 828 non-LGBTQ2S+.

En examinant la résilience à travers les niveaux de confiance auto-évalués dans la capacité à gérer et à rebondir face aux défis causés par COVID-19 (Figure C2), nous avons constaté une différence similaire entre les 18-34 ans qui s'identifient comme LGBTQ2S+ et ceux qui ne le font pas, avec respectivement 17% et 10% qui ne se sentent pas confiants dans cette capacité.

FIGURE C2: CAPACITÉ AUTODÉCLARÉE À GÉRER ET À REBONDIR FACE AUX DIFFICULTÉS CAUSÉES PAR LA COVID-19, LGBTQ2S+ VS NON LGBTQ2S+.



C2: Capacité autodéclarée à gérer et à rebondir face aux défis causés par COVID-19 chez les 18-34 ans, en comparant les répondants LGBTQ2S+ et non LGBTQ2S+. Données recueillies lors des sondages 6 (avril 2021) et 7 (juin 2021) de l'initiative nationale de sondage COVID-19 de la RSMC. Le nombre total de réponses incluses dans ce chiffre est de 273 LGBTQ2S+ et 1 821 non-LGBTQ2S+.

Comme le montre la figure C2 ci-dessus, les Canadiens qui s'identifient comme LGBTQ2S+ sont significativement moins confiants dans leur capacité à se remettre de problèmes de santé mentale survenus à cause de la COVID-19.

## CONCLUSION

L'analyse des données fournies par les répondants LGBTQ2S+ des sondages 6 et 7, comparées à celles des répondants non LGBTQ2S+, montre qu'il existe une disparité dans l'impact de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale de cette population. La pandémie et les restrictions qui y sont associées semblent avoir un effet disproportionné sur les niveaux d'anxiété et de dépression auto-évalués ainsi que sur la présence et la fréquence des idées de suicide. L'un des principaux facteurs de cette situation est le mandat d'isolement social, suivi de près par la crainte qu'un proche attrape le COVID-19, puis par la crainte que les répondants eux-mêmes attrapent le virus. Les niveaux d'auto-perception de la gestion du stress et de la résilience indiquent que les Canadiens LGBTQ2S+ sont moins confiants dans leur capacité à faire face aux problèmes de santé mentale lorsqu'ils se présentent, et ne sont pas non plus

## DOSSIER DE RECHERCHE

capables de rebondir après ces problèmes. Les résultats de cette analyse sont un indicateur important des aides à la santé mentale adaptées et à long terme qui seront nécessaires pendant la période de rétablissement de COVID-19 et au-delà.

Merci à Pollara Strategic Insights pour son partenariat continu dans notre projet de sondage national évaluant l'impact de COVID-19 sur la santé mentale des Canadiens. Les rapports complets de nos résultats sont disponibles sur le site [www.mhrc-rsmc.ca](http://www.mhrc-rsmc.ca).<sup>1</sup>

*Analyse des données: Gustavo Betini – Université de Waterloo, candidat au doctorat  
Préparé par : Brittany Saab - RSMC, Coordinatrice nationale de l'engagement des parties prenantes  
Conseiller : Michael Cooper - RSMC, Vice-président*

**Pour plus d'informations sur le projet de sondage national de la RSMC, L'impact de COVID-19 sur la santé mentale des canadiens, contactez Brittany Saab à [bsaab@mhrc.ca](mailto:bsaab@mhrc.ca).**

---

<sup>1</sup> The data used in this analysis was taken from our 6<sup>th</sup> and 7<sup>th</sup> national polls (April & June 2021). This research brief will be updated as we continue to capture new information through future polls.