

## La santé mentale des enfants et des adolescents

### L'ampleur du problème

Les troubles de santé mentale sont fréquents chez les enfants et les adolescents. Pourtant, même si, au Canada, plus de 1,2 million d'entre eux éprouvent des troubles affectifs, comportementaux et psychosociaux assez graves pour nuire à leur fonctionnement et à leur développement, moins de 20 % reçoivent un traitement approprié<sup>1</sup>.

Les enfants et les adolescents qui sont des immigrants ou des réfugiés récents, des personnes noires, autochtones ou racisées ou qui habitent en région rurale ou éloignée sont moins susceptibles de recevoir des soins appropriés en santé mentale que leurs camarades et risquent davantage de recourir à des services comme l'urgence lorsqu'ils sont en crise<sup>2</sup>.

Même avant la pandémie, les enfants et les adolescents devaient souvent composer avec de longues listes d'attente et un accès insuffisant à des soins de santé mentale de qualité. À cause entre autres, des services et des mesures de soutien fragmentés, des mesures de reddition de compte insuffisantes et de l'accès inéquitable, de nombreux jeunes languissent pendant des années sans voir leur bien-être vraiment s'améliorer. Au Canada, les coûts imposants associés à l'accès à des soins en santé mentale exacerbent les inégalités en matière d'accès, notamment pour les familles qui ne disposent pas de régime d'assurance ou dont la couverture est insuffisante.

Les effets directs et indirects de la pandémie ont beaucoup érodé la santé mentale et le bien-être de nombreux

Canadiens, ce qui a des conséquences particulières et remarquables sur la santé mentale des enfants et des adolescents. Les hôpitaux pour enfants du pays signalent une augmentation – parfois sans précédent – du nombre de jeunes aux prises avec de l'anxiété, une dépression, des pensées suicidaires, un mésusage de substances psychoactives et des troubles de l'alimentation<sup>3</sup>.

Depuis 2020, les fermetures d'écoles, l'isolement social, les mesures de distanciation physique et l'accroissement du stress, de l'anxiété et de l'incertitude ont contribué à une détérioration de la santé mentale et du bien-être de nombreux enfants et adolescents et de leur famille. Les deux tiers des parents interrogés par UNICEF Canada en 2022 ont déclaré que la santé mentale de leur enfant s'était dégradée pendant la pandémie, et 48 % ont indiqué que leur enfant souffrait de nouveaux problèmes de santé mentale depuis le début de la pandémie<sup>4</sup>. Si l'on se fie aux données actuelles et aux recherches sur les catastrophes, les effets de la pandémie sur la santé mentale risquent de persister pendant un certain temps.

Il faut toutefois nuancer les réponses aux conséquences de la pandémie sur la santé mentale pour tenir compte de l'hétérogénéité des expériences. D'après une grande étude transversale réalisée en 2020 auprès d'enfants, d'adolescents et de parents canadiens, de 67 % à 70 % des enfants et des adolescents ont subi l'effritement d'au moins un aspect de leur santé mentale (dépression, anxiété, irritabilité, attention ou obsession et compulsions), mais de 19 % à 31 % (selon leur tranche d'âge) ont ressenti l'amélioration d'au moins un de ces aspects<sup>5</sup>.

## Agir tôt, une mesure qui doit faire partie de la solution

Il est capital de dépister les problèmes et d'intervenir rapidement. Des soins rapides et appropriés peuvent avoir des répercussions permanentes sur la santé et le bien-être, d'autant plus que la majorité des troubles de santé mentale chez les jeunes adultes se déclarent pendant l'enfance et l'adolescence<sup>6</sup>. Des traitements accessibles et fondés sur des données probantes peuvent contribuer à limiter les incapacités à long terme et favoriser la réussite scolaire et professionnelle.

**Le dépistage et le traitement rapides des maladies mentales réduisent également la gravité des symptômes, les hospitalisations et les autres résultats cliniques négatifs pour la santé<sup>7</sup>**

Pour soutenir les enfants, les adolescents et leur famille, les Canadiens ont besoin d'un système entièrement financé par le gouvernement, dont les cibles sont mesurables et qui est à la fois responsable, respectueux des cultures et axé sur l'atteinte des améliorations significatives aux pronostics de santé mentale.

À cet effet, une gamme complète de programmes, de services et de mesures de soutien fondés sur des données probantes et financés par le gouvernement s'impose pour garantir la prestation des soins essentiels en santé mentale à tous les enfants et les adolescents, au moment et à l'endroit où ils en ont besoin. Le renforcement du système de santé mentale du Canada et la correction de lacunes persistantes et discriminatoires en matière d'accès aideront les jeunes à se remettre des effets de la pandémie et contribueront à la santé et au développement des prochaines générations.

## Politiques recommandées

Pour réduire les longues listes d'attente, rattraper les retards de service, restreindre les disparités d'accès en fonction des régions rurales, des populations autochtones, des groupes racisés et de la situation économique et accroître l'accès à des dispensateurs qualifiés en mesure d'offrir un soutien et des services fondés sur des données probantes en santé mentale

pédiatrique dans un continuum des soins, il est recommandé que le gouvernement fédéral adopte trois politiques :

- 1. Consacrer 30 % du financement prévu en vertu du Transfert canadien en matière de santé mentale à l'accès rapide et équitable aux soins de santé mentale pour les enfants et les adolescents de moins de 25 ans. Ce taux tient compte du besoin important, des obstacles uniques à l'accès aux soins en santé mentale pour les enfants et les adolescents, de l'importance de recevoir des soins rapidement dès un jeune âge pour favoriser la santé et le bien-être tout au long de la vie et de leur proportion au sein de leur population.**

Le nouvel engagement fédéral à créer un Transfert canadien en matière de santé mentale permanent constitue l'occasion idéale d'améliorer l'état des soins en santé mentale chez les enfants et les adolescents du pays grâce à un financement ciblé vers les jeunes. Les jeunes de moins de 25 ans ont été particulièrement touchés par la pandémie<sup>8</sup>. En plus du stress et de l'anxiété éprouvés à cause de cette pandémie mondiale, ils ont dû s'adapter aux interruptions de leur apprentissage en présentiel et des activités contribuant à définir leur identité, à la diminution des possibilités de formation et d'emploi et à la dépossession de relations sociales, d'étapes marquantes et de souvenirs. Tous les ordres du gouvernement devraient prioriser un meilleur accès à des soins en santé mentale rapides, appropriés et abordables pour les jeunes du Canada. Un financement ciblé et récurrent contribuerait à répondre à la fois aux besoins à court et à long terme.

- 2. Investir 25 millions de dollars sur cinq ans pour financer la création de directives cliniques sur des soins échelonnés et axés sur le patient afin d'appuyer des soins en santé mentale fondés sur des données probantes chez les enfants et les adolescents.**

Le système de santé mentale pédiatrique actuel est inefficace, fragmenté, coûteux et complexe. Par le financement de la création de directives axées sur le patient, le gouvernement fédéral peut réduire les inégalités en matière d'accès, de prestation des services et de mesures de soutien dans les

# LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES ADOLESCENTS

provinces et les territoires et entre les centres urbains et ruraux, tout en réduisant la complexité et la confusion inutiles. Si ces directives préconisent une approche graduelle des soins, les inefficacités s'en trouveront réduites et les résultats, améliorés grâce à la priorisation des traitements les plus efficaces et exigeant le moins de ressources avant de passer à des services plus intensifs en fonction des besoins de chacun.

### 3. Investir 50 millions de dollars sur cinq ans pour financer des ressources et des programmes de formation multidisciplinaires qui accroîtront les compétences à l'égard des soins en santé mentale dans la population pédiatrique.

Les enfants et les adolescents du Canada se débattent depuis des décennies pour accéder à des services de santé mentale pédiatrique abordables, accessibles et de qualité. À cause de l'augmentation de la demande attribuable à la pandémie, le système déjà en difficulté a atteint un point de rupture. Des investissements doivent être engagés pour contribuer à répondre à la demande, à rattraper les retards, à réduire les temps d'attente et, surtout, à limiter le nombre de jeunes en crise. Le gouvernement fédéral devrait financer la création et le soutien de ressources et de programmes de formation multidisciplinaires pour accroître les compétences de tous ceux qui soutiennent la santé et le bien-être des enfants et des adolescents.

La mise en œuvre de ces recommandations pourrait améliorer considérablement la santé et le bien-être des enfants et des adolescents de tout le pays, et particulièrement ceux qui affrontent actuellement les plus grands obstacles aux soins.

## Renseignements

Pour échanger sur ces recommandations avec des pédiatres canadiens, écrivez à [samanthag@cps.ca](mailto:samanthag@cps.ca).

Société canadienne de pédiatrie  
100 – 2305, boul. St Laurent  
Ottawa (Ontario) K1G 4J8  
<https://cps.ca/fr/>

## Références

1. Commission de la santé mentale du Canada. Enfants et jeunes. <https://commissionsantementale.ca/ce-que-nous-faisons/enfants-et-jeunes/> (consulté le 18 mars 2022).
2. Commission de la santé mentale du Canada. Les populations d'immigrants, de réfugiés et de groupes ethnoculturels ou racialisés (IRER) et les déterminants sociaux de la santé : Examen des données du recensement de 2016, Février 2019. [www.mentalhealthcommission.ca/wp-content/uploads/drupal/2019-03/irer\\_report\\_mar\\_2019\\_fr.pdf](http://www.mentalhealthcommission.ca/wp-content/uploads/drupal/2019-03/irer_report_mar_2019_fr.pdf) (consulté le 18 mars 2022).
3. Les enfants d'abord Canada. Les enfants sont en crise – Les meilleurs défenseurs et experts du Canada s'unissent pour déclarer #codePINK, mai 2021. <https://childrenfirstcanada.org/fr/code-pink/kids-are-in-crisis-canadas-top-advocates-and-experts-unite-to-declare-codepink/> (consulté le 21 mars 2022).
4. UNICEF Canada. Votez pour chaque enfant. Livre de politique 2021. [https://oneyouth.unicef.ca/sites/default/files/2021-08/FR\\_UNICEF\\_Policy-Book\\_2021.pdf](https://oneyouth.unicef.ca/sites/default/files/2021-08/FR_UNICEF_Policy-Book_2021.pdf) (consulté le 16 mars 2022).
5. Cost KT, Crosbie J, Anagnostou E et coll. Mostly worse, occasionally better: Impact of COVID-19 pandemic on the mental health of Canadian children and adolescents. Eur Child Adolesc Psychiatry 2021;1-4. doi : [10.1007/s00787-021-01744-3](https://doi.org/10.1007/s00787-021-01744-3).
6. McGorry PD, Purcell R, Goldstone S, Amminger GP. Age of onset and timing of treatment for mental and substance use disorders: Implications for preventive intervention strategies and models of care. Curr Opin Psychiatry 2011;24(4):301-6.
7. Williams J, Klinepeter K, Palmes G et coll. Diagnosis and treatment of behavioral health disorders in pediatric practice. Pediatrics 2004;114(3):601-6.
8. Santé publique Ontario. Mesures communautaires de santé publique pendant la pandémie de COVID-19 : répercussions négatives sur les enfants, les adolescents et les familles — mise à jour. Examen rapide, le 11 janvier 2021. <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/ncov/he/2021/01/rapid-review-neg-impacts-children-youth-families.pdf?la=fr> (consulté le 17 mars 2022).