



Pandémie de COVID-19 : Aperçu des besoins en matière de santé mentale des jeunes de l'Ontario

La COVID-19 a eu des répercussions sur la santé mentale des jeunes, et ces effets continueront probablement à se faire sentir une fois la pandémie terminée. Les changements de mode de vie (comme l'éloignement physique et l'apprentissage en ligne) ont engendré des pressions sur les jeunes, nuisant ainsi à leur capacité de maintenir un certain bien-être émotionnel et social ou de chercher du soutien en matière de santé mentale. Alors que nous trouverons une « nouvelle normalité » au cours des prochains mois, nous nous attendons à une augmentation de la demande relativement aux services de santé mentale.

La planification stratégique des services est essentielle, surtout dans un système de santé mentale déjà surchargé. C'est pourquoi nous avons demandé aux jeunes d'identifier leurs besoins et leurs préférences en ce qui a trait aux services.

Ce que nous avons demandé aux jeunes

Nous leur avons demandé s'ils avaient observé des changements quant à leur santé mentale depuis l'avènement de la pandémie de COVID-19, afin de déterminer quelles personnes sont les plus touchées. Nous avons utilisé divers médias sociaux et canaux de communication pour inviter les jeunes de 12 à 25 ans à répondre à un sondage afin de nous faire part de leurs réflexions et de leurs expériences au sujet de la pandémie. Nous leur avons aussi demandé leurs préférences en matière de services de santé mentale.

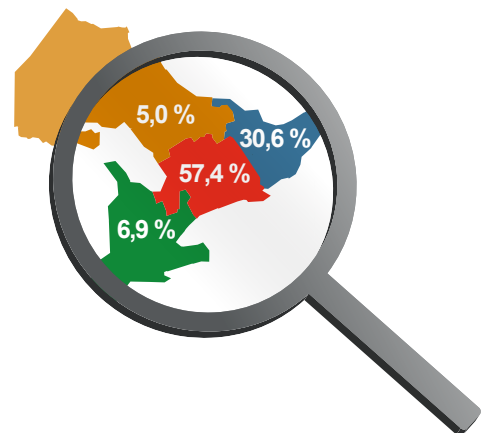
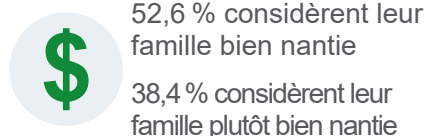
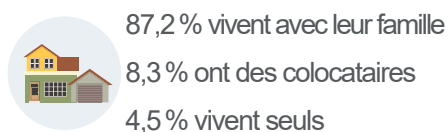
Ce que les jeunes ont dit

Au total, 1 341 jeunes ont répondu au sondage sur une période de deux semaines.

Âge moyen : 18,3 ans

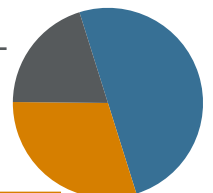


filles : 73,2 %



Près du tiers
avaient un emploi

Près de 20 % ont
perdu leur emploi à
cause de la COVID19



Environ 30 % des jeunes ont affirmé recevoir de l'aide pour un problème de santé mentale au moment du sondage, alors que 30 % ont déclaré ne pas avoir actuellement besoin de services. Presque tous les répondants (92,4 %) étaient d'avis que certains services pourraient être utiles à l'avenir. Les jeunes qui ne recevaient pas d'aide, mais qui se sentaient stressés en raison de la COVID-19, ont préféré trouver de l'information et des services d'auto-assistance en ligne (services moins intensifs). Les jeunes qui recevaient déjà de l'aide préféraient rencontrer un fournisseur de soins, en personne ou en ligne.



Près des deux tiers des jeunes ont dit que leur santé mentale s'était détériorée depuis le début de la pandémie. Ceux qui recevaient déjà de l'aide pour leur santé mentale avant la pandémie étaient beaucoup plus susceptibles de voir leur santé mentale se détériorer pendant la pandémie. Les plus âgés (18 à 25 ans), les femmes, ceux qui vivaient dans une communauté du Nord, qui travaillaient ou dont la famille n'était pas bien nantie couraient un risque accru de détresse.

Ce que cela signifie pour la planification des services

La plupart des jeunes ont affirmé être intéressés par de futurs services de santé mentale. Les organismes et les fournisseurs de services doivent donc être prêts à répondre à des besoins accrus et propres à la situation.

Divers services devraient être offerts selon les besoins individuels : les jeunes qui ont des besoins plus importants devraient obtenir des services plus spécialisés, et ceux qui ont des symptômes plus légers devraient avoir accès à des ressources à court terme ou à des outils d'autogestion. Une évaluation précoce de la santé mentale (y compris des principaux facteurs de risque) et des procédures d'aiguillage claires seront nécessaires pour favoriser l'accès aux services.

Prochaines étapes

La participation des jeunes et des familles à l'élaboration de solutions qui répondent à leurs besoins est essentielle. Les parents et les tuteurs légaux jouent un rôle crucial dans la santé mentale des jeunes et l'accès aux services. Nous voulons donc connaître leurs perceptions de l'incidence de la pandémie sur leur enfant afin que les plans de service tiennent compte de leur avis.

Nous élaborons actuellement un plan de services de santé mentale en réponse à la COVID-19 avec un groupe de jeunes, de parents et de chercheurs. Ce plan sera communiqué aux fournisseurs de soins de santé, aux organismes et aux décideurs afin de suggérer des changements à apporter dans la prestation des soins de santé mentale.

Pour en savoir plus sur ce projet, visitez

smea.ca/projetcovid19.

Équipe de recherche

Chercheurs principaux : Ashley Radomski, Mario Cappelli

Chercheurs associés : Paula Cloutier, William Gardner, Kathleen Pajer, Nicole Sheridan, Purnima Sundar

Financement

Le Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents 