

Santé mentale des enfants et des jeunes

Envergure du problème

Les problèmes de santé mentale sont courants chez les enfants et les jeunes. Pourtant, alors que les problèmes émotionnels, comportementaux et psychosociaux suffisamment graves pour perturber le fonctionnement et le développement touchent environ 1,2 million d'enfants et de jeunes au Canada, moins de 20 % d'entre eux reçoivent un traitement approprié¹.

Les enfants et les jeunes qui sont des immigrants ou des réfugiés récents, des personnes autochtones, noires et de couleur et/ou des personnes qui vivent dans des communautés rurales ou éloignées sont encore moins susceptibles que leurs pairs de recevoir des soins de santé mentale appropriés et sont plus susceptibles de recourir à des services comme les salles d'urgence en cas de crise².

Même avant la pandémie, les enfants et les jeunes étaient souvent confrontés à de longues listes d'attente et à un accès limité à des soins de santé mentale de qualité. La fragmentation des services et des aides, l'insuffisance des mesures de responsabilisation et l'inégalité d'accès sont des problèmes courants qui ont laissé de nombreux jeunes languir pendant des années sans que leur bien-être ne s'améliore vraiment. Les coûts financiers importants associés à l'accès aux soins de santé mentale au Canada exacerbent encore les inégalités d'accès, en particulier pour les familles qui n'ont aucune couverture d'assurance ou une couverture inadéquate.

Les effets directs et indirects de la pandémie ont considérablement érodé la santé mentale et le bien-être de nombreux Canadiens, avec des impacts spécifiques et uniques sur les enfants et les jeunes. Les hôpitaux pour enfants de tout le pays ont signalé une augmentation des – et, dans certains cas, un nombre sans précédent de – jeunes présentant de l'anxiété, une dépression, des pensées suicidaires, une mauvaise utilisation de substances et des troubles alimentaires³.

Depuis 2020, les fermetures d'écoles, l'isolement social, les mesures de distanciation physique et l'augmentation des niveaux de stress, d'anxiété et d'incertitude ont contribué à la dégradation de la santé mentale et du bien-être de nombreux enfants et jeunes et de leurs familles. Deux tiers des parents interrogés par UNICEF Canada en 2021 ont déclaré que la santé mentale de leur enfant s'était détériorée pendant la pandémie, et 48 % ont déclaré que leur enfant présentait de nouveaux problèmes de santé mentale depuis le début de la pandémie⁴. Si l'on en croit les données actuelles et les recherches sur les catastrophes passées, les effets de la pandémie sur la santé mentale risquent de se faire sentir pendant un certain temps.

Les réponses aux impacts de la pandémie sur la santé mentale doivent être nuancées et refléter l'hétérogénéité des expériences. Selon une vaste étude transversale menée en 2020 auprès d'enfants, de jeunes et de parents canadiens, si 67 à 70 % des enfants et des adolescents ont connu une détérioration dans au moins un domaine de la santé mentale (dépression, anxiété, irritabilité, attention, hyperactivité ou obsession/compulsion), 19 à 31 % (selon le groupe d'âge) ont connu une amélioration dans au moins un domaine⁵.

Agir tôt doit faire partie de la solution

Le dépistage et l'intervention précoces sont essentiels. Des soins appropriés et prodigués en temps opportun peuvent avoir des répercussions sur la santé et le bien-être tout au long de la vie, d'autant plus que la majorité des troubles mentaux signalés chez les jeunes adultes commencent pendant l'enfance et l'adolescence⁶. Des traitements accessibles et fondés sur des éléments probants peuvent contribuer à atténuer les handicaps à long terme et à favoriser la réussite scolaire et professionnelle.

Le dépistage et le traitement précoces des maladies mentales réduisent également la gravité des symptômes, les hospitalisations et d'autres conséquences négatives pour la santé⁷.

Pour soutenir les enfants, les jeunes et leurs familles, les Canadiens ont besoin d'un système entièrement financé, avec des objectifs mesurables, qui soit responsable devant le public, sensible à la culture et axé sur l'obtention d'améliorations significatives des résultats en matière de santé mentale.

À cette fin, il est nécessaire de disposer d'un éventail complet de programmes, de services et de soutiens en matière de santé mentale, financés par des fonds publics et fondés sur des éléments probants, afin de garantir que des soins de santé mentale essentiels soient disponibles pour tous les enfants et les jeunes, quand et où ils en ont besoin. En renforçant le système canadien de soins de santé mentale et en comblant les lacunes persistantes et discriminatoires en matière d'accès, on aidera les jeunes à se remettre des effets de la pandémie et on favorisera la santé et le développement des générations futures.

Recommandations stratégiques

Afin de remédier aux longues listes d'attente et aux arriérés de services en matière de soins de santé mentale pédiatrique, de réduire les disparités d'accès selon les lignes de partage rurales, autochtones, racialisées et économiques et d'accroître l'accès à des prestataires qualifiés capables de fournir un soutien et des services de santé mentale pédiatrique fondés sur des éléments probants dans un continuum de soins, le gouvernement fédéral devrait mettre en œuvre les trois recommandations stratégiques suivantes.

1. Affecter 30 % des paiements de transfert fédéraux à un Transfert canadien en matière de santé mentale pour assurer un accès en temps opportun et équitable aux soins de santé mentale pour les enfants et les jeunes de moins de 25 ans. Cette part reconnaît leur besoin significatif, les obstacles uniques à l'accès aux soins de santé mentale pour les enfants et les adolescents, l'importance de recevoir des soins en temps opportun à un jeune âge pour la santé et le bien-être tout au long de la vie, et leur proportion dans la population.

Le nouvel engagement fédéral d'établir un Transfert canadien en matière de santé mentale permanent est l'occasion d'améliorer l'état des soins de santé mentale des enfants et des jeunes dans tout le pays grâce à un financement ciblé pour les jeunes. Les moins de 25 ans ont été particulièrement touchés par la pandémie⁸. Outre le stress et l'anxiété liés au fait de vivre une pandémie mondiale, ils ont vu leur accès à l'apprentissage en personne et aux activités d'affirmation de l'identité perturbé, leurs possibilités académiques et économiques réduites, et ils ont manqué des liens sociaux, des étapes importantes et des souvenirs. L'amélioration de l'accès à des soins de santé mentale en temps opportun, appropriés et abordables pour les jeunes au Canada doit être une priorité à tous les niveaux de gouvernement. Un financement ciblé et fiable devrait permettre de répondre aux besoins immédiats et à long terme.

2. Engager 25 millions de dollars sur cinq ans pour financer l'élaboration de lignes directrices pour la pratique clinique en matière de soins échelonnés centrés sur le patient afin de soutenir les soins de santé mentale fondés sur des éléments probants pour les enfants et les jeunes.

Le système actuel de soins de santé mentale pédiatrique est inefficace, fragmenté, coûteux et complexe. En finançant l'élaboration de lignes directrices cliniques centrées sur le patient, le gouvernement fédéral peut réduire les inégalités dans l'accès et la prestation des services et des soutiens entre les provinces et les territoires, et entre les centres urbains et ruraux, tout en réduisant la complexité et la confusion inutiles. En veillant à ce que ces lignes directrices reposent sur une approche échelonnée des soins, on réduira les inefficacités et on améliorera les résultats en donnant la priorité aux traitements les plus efficaces et les moins gourmands en ressources avant de passer à des services plus intensifs en fonction des besoins de la personne.

3. Engager 50 millions de dollars sur cinq ans pour financer des ressources éducatives multidisciplinaires et des programmes de formation qui augmentent les compétences en matière de soins de santé mentale pédiatrique.

Depuis des décennies, les enfants et les jeunes du Canada ont du mal à accéder à des services de santé mentale pédiatrique de qualité, abordables et accessibles. L'augmentation de la demande liée à la pandémie a amené un système en difficulté à son point de rupture. Des investissements sont nécessaires si l'on veut répondre à cette demande, éliminer les arriérés et les listes d'attente et, surtout, réduire le nombre de jeunes qui atteignent un point de crise. Le gouvernement fédéral devrait financer la fourniture de ressources éducatives et de programmes de formation multidisciplinaires et soutenir ceux-ci afin d'accroître les habiletés, la confiance et les compétences de tous ceux qui soutiennent la santé et le bien-être des enfants et des jeunes.

La mise en œuvre de ces recommandations pourrait améliorer de manière significative la santé et le bien-être des enfants et des jeunes dans tout le pays – en particulier ceux qui sont actuellement confrontés aux plus grands obstacles aux soins.

Pour de plus amples renseignements

Pour discuter plus avant de l'une ou l'autre de ces recommandations avec des pédiatres du Canada, écrivez à l'adresse : samanthag@cps.ca.

Société canadienne de pédiatrie
Bureau 100, 2305, boulevard 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/?_ga=2.227369563.776922066.1651500121-707998617.1651500121 (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. https://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 (consulté le 16 mars 2022).
5. Cost K.T., J. Crosbie, E. Anagnostou et coll. « Mostly worse, occasionally better: Impact of COVID-19 pandemic on the mental health of Canadian children and adolescents », *Eur Child Adolesc Psychiatry*, p. 671-684, 2021. doi : [10.1007/s00787-021-01744-3](https://doi.org/10.1007/s00787-021-01744-3)
6. McGorry P.D., R. Purcell, S. Goldstone, G.P. Amminger. « 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*, vol. 24, n° 4, 2011, p. 301-306.
7. Williams J., K. Klinepeter, G. Palmes et coll. « Diagnosis and treatment of behavioral health disorders in pediatric practice », *Pediatrics*, vol. 114, no 3, 2004, p. 601-606.
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*, 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).