

# Un regard averti

sur l'état de santé de la population  
de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Septembre 2019



eqsjs

ENQUÊTE QUÉBÉCOISE  
SUR LA SANTÉ DES JEUNES  
DU SECONDAIRE

## La santé mentale chez les jeunes du secondaire de la Mauricie et du Centre-du-Québec

La santé mentale est une composante essentielle à l'état de santé. Cette santé peut dépendre de certains troubles bien identifiés (qui touchent les jeunes comme les adultes), mais résulte aussi de l'aptitude des individus à bien fonctionner en société et à avoir une vie épanouissante. La détresse psychologique n'est pas en soi un trouble de santé mentale, mais les symptômes de la détresse peuvent perdurer et entraîner des impacts sur le fonctionnement. Les symptômes de détresse semblent particulièrement présents chez les jeunes.

Cette production se veut un survol de la situation, elle aborde la détresse psychologique, l'anxiété, la dépression ou les troubles alimentaires diagnostiqués, le trouble du déficit de l'attention (avec ou sans hyperactivité) diagnostiqué, la prise de médicaments en lien avec la santé mentale et la santé mentale positive au sein des élèves du secondaire. Les valeurs des indicateurs selon le niveau scolaire ne sont présentées que si les proportions diffèrent entre les niveaux ou entre le 1<sup>er</sup> et le 2<sup>e</sup> cycle. Les proportions régionales sont comparées à celles du reste du Québec. La différence ne sera mentionnée que si l'écart est statistiquement significatif. Lorsque les données le permettent, une comparaison avec les résultats du cycle 2010-2011 de l'EQSJS sera présentée.

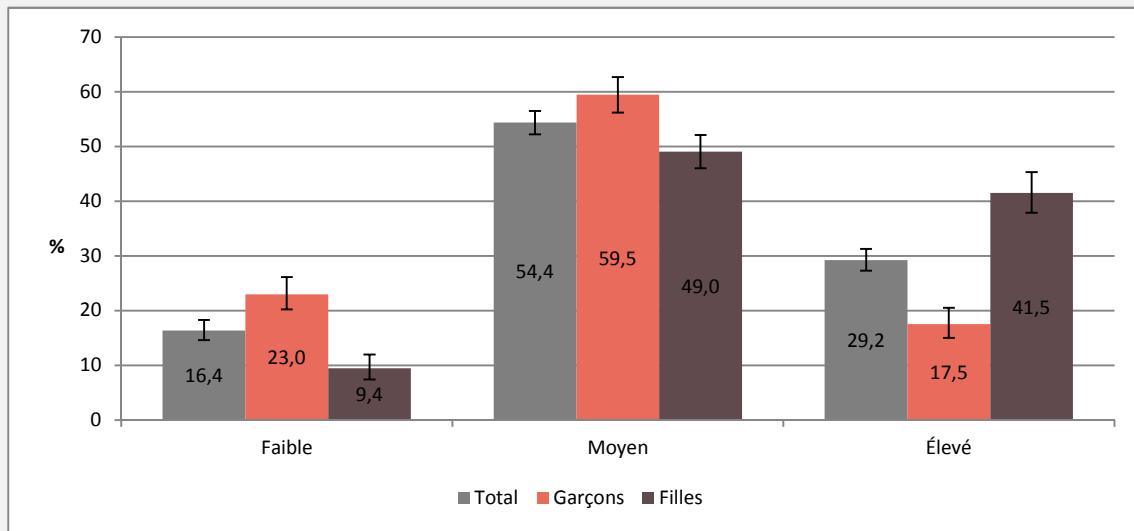
Le lecteur trouvera en annexe la définition de certains indicateurs analysés dans ce document lorsque leur concept est complexe.

L'EQSJS 2016-2017 est une enquête populationnelle menée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) auprès des jeunes du secondaire à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux et en collaboration avec les directions de santé publique régionales.

La Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle de la Mauricie et du Centre-du-Québec a fait l'achat d'un suréchantillon représentatif au niveau des réseaux locaux de services (RLS). Un nombre total de 4 580 élèves de la Mauricie et du Centre-du-Québec ont répondu à l'enquête pour un taux de réponse de 90 %.

Dans le corps du texte, les pourcentages présentés sont parfois accompagnés des signes \* ou \*\*. \* indique un coefficient de variation entre 15 % et 25 %, la proportion doit être interprétée avec prudence. \*\* signifie un coefficient de variation supérieur à 25 %, la valeur de la proportion n'est présentée qu'à titre indicatif.

**Figure 1**  
Niveau à l'indice de détresse psychologique selon le sexe,  
élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

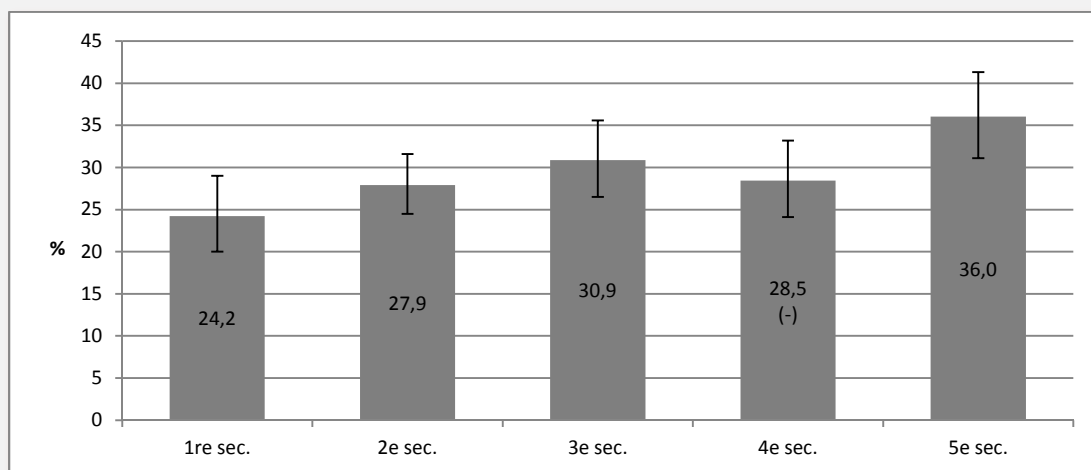
## Détresse psychologique

Environ 29 % des élèves ont un score élevé à l'indice de détresse psychologique, 54 % ont un score moyen et 16 % un score faible (figure 1). Les filles sont deux fois plus nombreuses que les garçons à se classer au niveau élevé à l'indice (42 % c. 18 %). En retour, les garçons se classent en plus grande proportion au niveau moyen (60 % c. 49 %) et au niveau faible (23 % c. 9 %).

L'indice permet d'évaluer la présence des symptômes de détresse psychologique autodéclarés, mais ne permet pas d'établir un diagnostic ni de mesurer la prévalence des personnes ayant des troubles de santé mentale.

La proportion d'élèves au niveau à l'indice de détresse psychologique est particulièrement élevée en 5<sup>e</sup> secondaire (36 %), alors que les élèves du 1<sup>er</sup> cycle sont proportionnellement moins nombreux à s'y classer (figure 2). Les élèves de 4<sup>e</sup> secondaire de la région se retrouvent en proportion moindre au niveau élevé de l'indice que ceux du Québec.

**Figure 2**  
Niveau élevé à l'indice de psychologique selon le niveau scolaire, élèves du secondaire,  
Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



(+)/(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec et au seuil de 0,05.  
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

## Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, la proportion d'élèves se classant au niveau élevé à l'indice est nettement plus importante en 2016-2017 qu'en 2010-2011 (de 19 % à 29 %). Cette hausse se note pour les garçons (de 11 % à 18 %) comme pour les filles (de 27 % à 42 %) et pour tous les niveaux scolaires (données non présentées).

## Anxiété, dépression et troubles alimentaires

Environ 18 % des élèves présentent une anxiété confirmée par un médecin ou un spécialiste de la santé (soit 24 % des filles et 11 % des garçons), 5 % ont un diagnostic de dépression (7 % des filles et 3,7 % des garçons) et 2,5 % sont atteints de troubles alimentaires confirmés (cette valeur s'élève à \*4,1 % chez les filles) (figure 3).

Au global, c'est près d'un élève sur cinq (20 %) qui s'est vu diagnostiquer au moins un de ces trois problèmes (27 % des filles et 13 % des garçons).

## Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, on note entre 2010-2011 et 2016-2017 une hausse notable de la proportion d'élèves souffrant d'une anxiété confirmée par un professionnel de la santé (de 8 % à 18 %) et une augmentation plus modérée de la proportion de ceux ayant une dépression diagnostiquée (de 3,8 % c. 5 %).

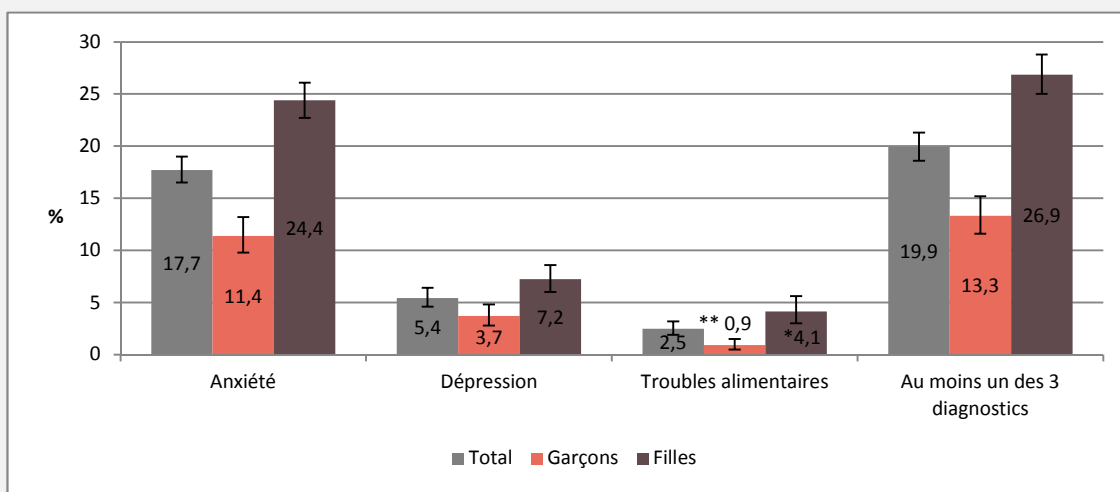
L'augmentation de la dépression dans la région s'observe chez les garçons (la hausse chez les filles n'est pas statistiquement significative) alors qu'elle est essentiellement le fait des filles au Québec. La hausse pour l'anxiété se note tant chez les garçons que les filles. Chez ces dernières on observe aussi une augmentation des troubles alimentaires diagnostiqués (de \*2,5 % à 4,1 %) (données non présentées). Ainsi, la proportion de jeunes présentant au moins un de ces problèmes diagnostiqués a doublé entre 2010-2011 et 2016-2017 pour passer de 10 % à 20 %. Ce constat se note chez les garçons (de 7 % à 13 %) et chez les filles (de 14 % à 27 %). Cette hausse se voit aussi pour tous les niveaux scolaires.

Contrairement à 2010-2011, les élèves de la région ne présentent plus des valeurs inférieures à celles des élèves du Québec pour la dépression ou pour les trois problèmes de santé mentale réunis.

## Trouble du déficit de l'attention

Près d'un élève sur quatre (24 %) présente un TDAH diagnostiqué (30 % des garçons et 19 % des filles) (figure 4). Les élèves du 1<sup>er</sup> cycle et de 3<sup>e</sup> secondaire rapportent en plus grande proportion avoir un TDAH confirmé (environ 27 %) que ceux de 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> secondaire (20 %).

**Figure 3**  
Anxiété, dépression ou troubles alimentaires diagnostiqués selon le sexe, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017

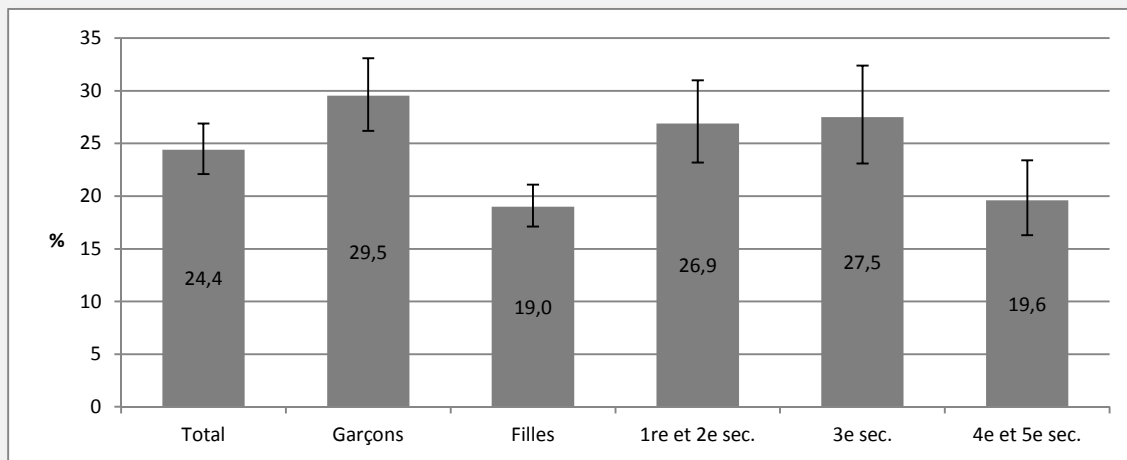


\* : Coefficient de variation > 15 % et <= 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.

\*\* : Coefficient de variation > 25 %. La valeur de la proportion n'est présentée qu'à titre indicatif.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

**Figure 4**  
**Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité selon le sexe ou le niveau scolaire, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017**



Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

### Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

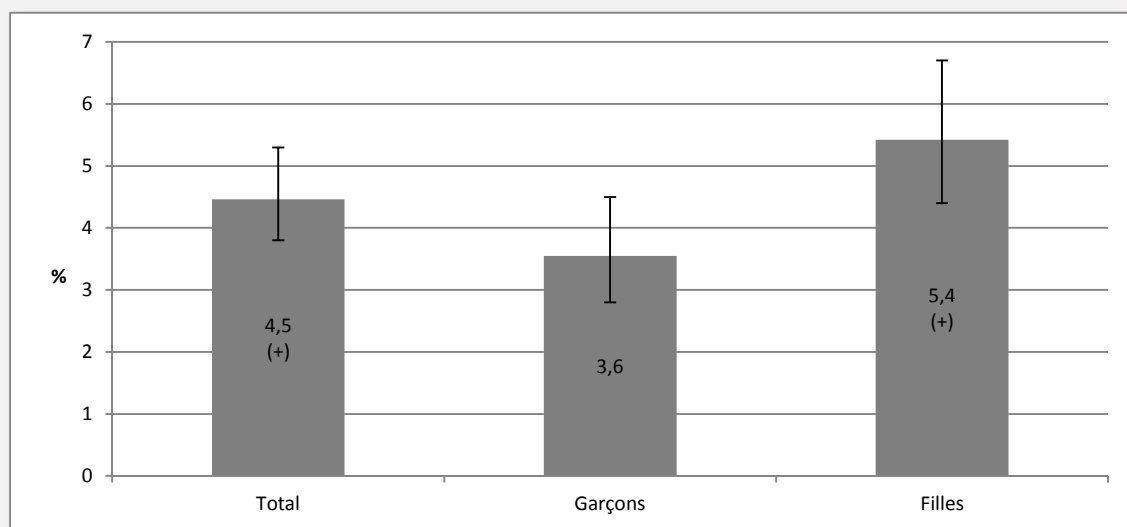
On n'observe plus, comme en 2010-2011, une proportion moindre d'élèves ayant un TDAH dans la région que dans la province. De fait, on constate comme au Québec une hausse sensible du diagnostic de TDAH parmi les élèves entre 2010-2011 et 2016-2017 (pour passer de 10 % à 24 %). Cette augmentation se voit chez les filles (8 % à 19 %), les garçons (12 % à 30 %) et pour tous les niveaux scolaires (données non présentées).

### Prise de médicaments

#### Médicaments prescrits contre la dépression ou l'anxiété

Sur le plan des médicaments, 4,5 % des élèves du secondaire prennent des médicaments prescrits contre la dépression ou l'anxiété (5 % des filles et 3,6 % des garçons). La proportion d'élèves consommant ces médicaments est supérieure à celle du Québec (3,6 %) (figure 5). Cette plus grande proportion comparativement au Québec se constate notamment pour les filles.

**Figure 5**  
**Médicaments prescrits pour soigner la dépression ou l'anxiété selon le sexe, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017**



(+)/(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec au seuil  $\alpha$  de 0,05.  
 Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

## Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, il y a une hausse de la prise de médicaments prescrits contre la dépression ou l'anxiété entre 2010-2011 et 2016-2017 qui est passée de 2,5 % à 4,5 % (données non présentées). Cette augmentation se note pour les deux sexes dans la région, alors qu'elle s'observe que pour les filles au Québec.

De fait, la proportion régionale plus élevée qu'au Québec d'élèves consommant ces types de médicaments ne se notait pas en 2010-2011. La région présentait alors une proportion inférieure à celle du Québec.

### Médicaments prescrits pour se calmer ou se concentrer

Environ 16 % des élèves rapportent prendre des médicaments pour se calmer ou se concentrer. Cette prise de médicaments touche 20 % des garçons et 12 % des filles. Les filles de la région apparaissent plus susceptibles de recourir à ces médicaments que celles du Québec. Les élèves du 1<sup>er</sup> cycle et de 3<sup>e</sup> secondaire sont plus concernés par cette prise de médicaments que ceux de 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> secondaire (figure 6).

## Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, on constate aussi une hausse de la proportion d'élèves prenant des médicaments pour se calmer ou se concentrer entre les deux cycles de l'enquête (6 % à 16 %). Cette augmentation se constate pour les garçons ou les filles comme pour les élèves du 1<sup>er</sup> et du 2<sup>e</sup> cycle (données non présentées).

Du fait de cette hausse, on ne note plus que les élèves de la région sont moins susceptibles de s'être vus prescrits ces types de médicaments que ceux du Québec contrairement à ce que l'on observait en 2010-2011.

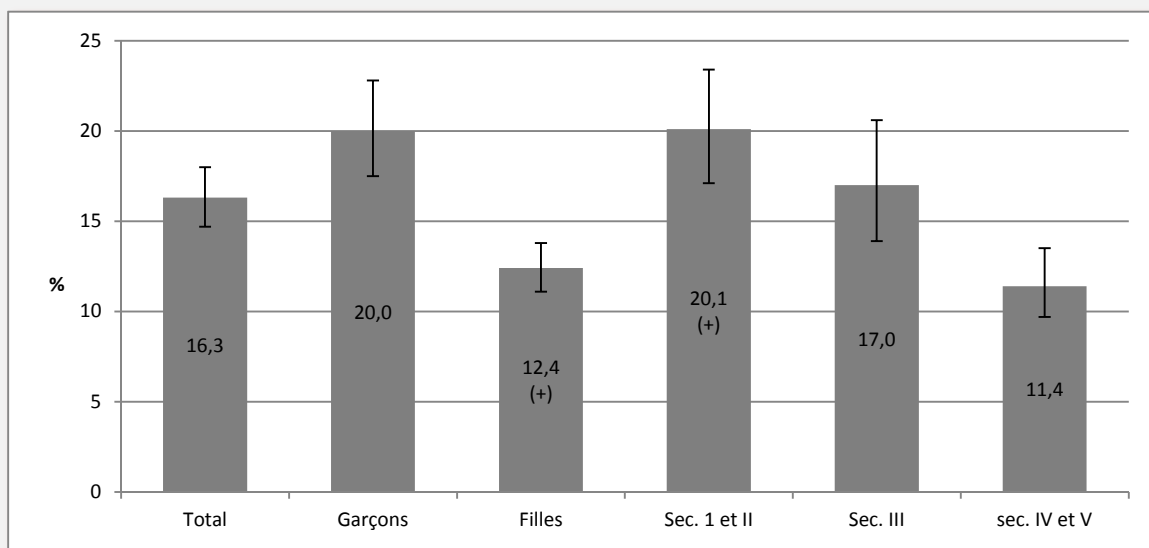
### Santé mentale positive

Environ 48 % des élèves ont une santé mentale florissante, 46 % une santé mentale modérément bonne et 6 % seulement ont une santé mentale languissante (figure 7).

Les filles sont moins susceptibles que les garçons d'avoir une santé mentale florissante (43 % c. 53 %) et en retour, plus enclines à avoir une santé mentale modérément bonne (50 % c. 42 %) ou languissante (8 % c. \*4,9 %).

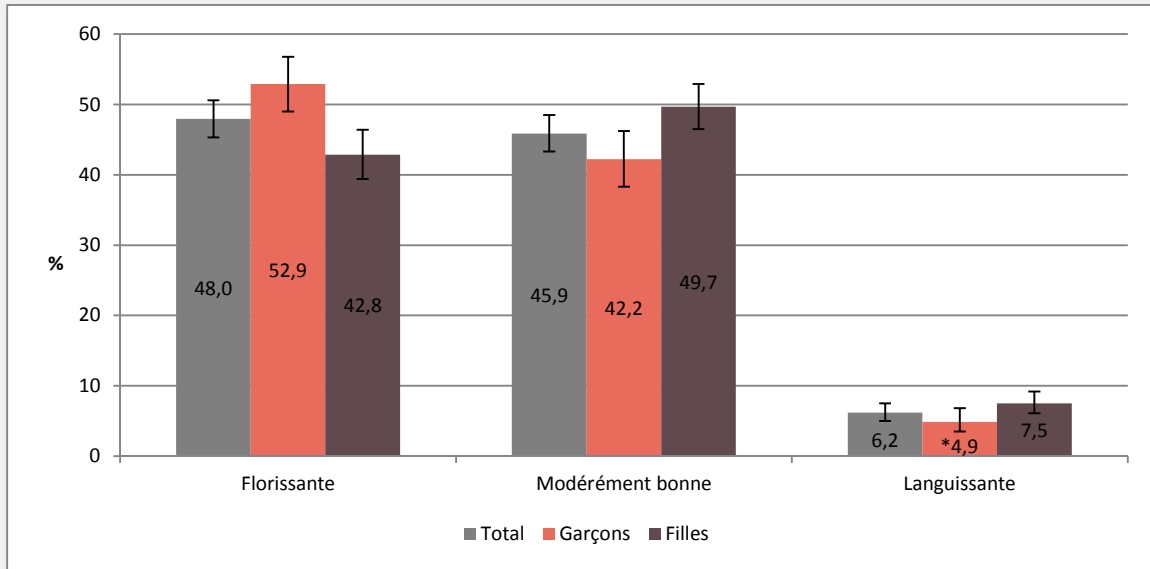
Les élèves du 1<sup>er</sup> cycle sont proportionnellement plus nombreux que ceux du 2<sup>e</sup> cycle à avoir une santé mentale florissante (52 % c. 45 %) (données non présentées).

**Figure 6**  
Médicaments prescrits pour se calmer ou se concentrer selon le sexe ou le niveau scolaire, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



(+)/(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec au seuil  $\alpha$  de 0,05.  
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

**Figure 7**  
**Niveau à l'indice de santé mentale positive selon le sexe,**  
**élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017**



\* : Coefficient de variation > 15 % et <= 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.  
 Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

## FAITS SAILLANTS

- Depuis 2010-2011, une hausse de la proportion des élèves ayant reçu un diagnostic d'anxiété (19 % à 29 %), de dépression (3,8 % à 5 %) ou de troubles alimentaires chez les filles (2,5 % à 4,1 %).
- Les filles sont particulièrement plus concernées par au moins un de ces 3 problèmes que les garçons (27 % c. 13 %).
- Une hausse du TDAH diagnostiqué depuis 2010-2011 (de 10 % à 24 %).
- Une hausse depuis 2010-2011 de la proportion des élèves au niveau élevé à l'indice de détresse psychologique dans la dernière semaine (19 % à 29 %). La valeur des filles est plus élevée que celle des garçons (42 % c. 18 %).
- Une hausse des médicaments prescrits pour soigner l'anxiété ou la dépression ou de ceux prescrits pour se calmer ou se concentrer.
- À peine la moitié des élèves (48 %) ont une santé mentale florissante.

Les personnes intéressées à en connaître davantage sur les aspects méthodologiques de l'enquête, sur le questionnaire et sur la portée et limites des données sont invitées à consulter le rapport national à l'adresse suivante : <https://www.egsjs.stat.gouv.qc.ca/>

Les analyses régionales des différentes thématiques de l'EQSJS sont à l'adresse suivante : <https://ciusssmq.ca/documentation/portrait-de-la-population/enquetes-de-sante/>

## ANNEXE : DÉFINITION DES INDICATEURS

### Détresse psychologique

L'indice de détresse psychologique est basé sur 14 questions mesurant la fréquence des symptômes liés à la dépression, à l'anxiété, à l'irritabilité et aux problèmes cognitifs, au cours de la semaine précédant l'enquête. Les questions sont :

Au cours de la dernière semaine :

- SM\_A\_1a\_1 T'es-tu senti(e) agité(e) ou nerveux(se) intérieurement?
- SM\_A\_1a\_2 T'es-tu senti(e) tendu(e), stressé(e) ou sous pression?
- SM\_A\_1a\_3 As-tu ressenti des peurs ou des craintes?
- SM\_A\_1a\_4 T'es-tu laissé(e) emporter ou t'es-tu fâché(e) contre quelqu'un ou quelque chose?
- SM\_A\_1a\_5 T'es-tu senti(e) facilement contrarié(e) ou irrité(e)?
- SM\_A\_1a\_6 T'es-tu senti(e) négatif(ve) envers les autres?
- SM\_A\_1a\_7 T'es-tu fâché(e) pour des choses sans importance?
- SM\_A\_1a\_8 T'es-tu senti(e) seul(e)?
- SM\_A\_1a\_9 T'es-tu senti(e) ennuyé(e) ou peu intéressé(e) par les choses?
- SM\_A\_1a\_10 As-tu pleuré facilement ou t'es-tu senti(e) sur le point de pleurer?
- SM\_A\_1a\_11 T'es-tu senti(e) découragé(e)?
- SM\_A\_1a\_12 T'es-tu senti(e) désespéré(e) en pensant à l'avenir?
- SM\_A\_1a\_13 As-tu eu des blancs de mémoire?
- SM\_A\_1a\_14 As-tu eu des difficultés à te souvenir des choses?

Les quatre choix de réponse pour ces questions sont : « Jamais », « De temps en temps », « Assez souvent », « Très souvent ». Un score de 0 à 3, respectivement, a été attribué à ces choix de réponse. L'indice de détresse psychologique est défini en faisant la somme des scores obtenus aux 14 questions.

En 2016-2017, nous utilisons les seuils définis selon les quintiles de 2010-2011 afin de permettre les comparaisons. Les catégories de niveau de l'indice de détresse psychologique sont : faible (quintile 1); moyen (quintiles 2, 3 et 4); élevé (quintile 5).

## Santé mentale positive

La santé mentale positive est composée de deux échelles : le bien-être émotionnel et le bien-être fonctionnel. Le bien-être émotionnel fait référence aux émotions positives ainsi qu'à la satisfaction et à l'intérêt à l'égard de la vie. Le bien-être fonctionnel comprend le bien-être social et le bien-être psychologique.

L'échelle du bien-être émotionnel est mesurée à partir de 3 questions :

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence t'es-tu senti(e)...

- SM\_J\_1\_1 Heureux(se)?
- SM\_J\_1\_2 Intéressé(e) par la vie?
- SM\_J\_1\_3 Satisfait(e) à l'égard de ta vie?

L'échelle du bien-être fonctionnel est mesurée par 9 questions :

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence as-tu senti...

- SM\_J\_1\_4 Que tu avais quelque chose d'important à apporter à la société?
- SM\_J\_1\_5 Que tu avais un sentiment d'appartenance à une collectivité (comme un groupe social, ton école, ton quartier, ta ville)?
- SM\_J\_1\_6 Que notre société devient un meilleur endroit pour les gens comme toi?
- SM\_J\_1\_7 Que les gens sont fondamentalement bons?
- SM\_J\_1\_8 Que le fonctionnement de la société a du sens pour toi?
- SM\_J\_1\_9 Que tu étais bon(ne) pour gérer les responsabilités de ton quotidien?
- SM\_J\_1\_10 Que tu avais des relations chaleureuses et fondées sur la confiance avec d'autres jeunes?
- SM\_J\_1\_11 Que tu vivais des expériences qui te poussent à grandir et à devenir une meilleure personne?
- SM\_J\_1\_12 Que tu es capable de te faire ou d'exprimer tes propres idées et opinions?

Les six choix de réponse pour ces 12 questions sont : « Jamais », « Une fois ou deux », « Environ 1 fois par semaine », « Environ 2 ou 3 fois par semaine », « Presque tous les jours », « Tous les jours ».

Sur la base des réponses à ces questions, les élèves ont été classés en trois catégories de santé mentale positive, soit une santé mentale : florissante (réponse « Presque tous les jours » ou « Tous les jours » à au moins une des trois questions sur le bien-être émotionnel et à au moins cinq des neuf questions sur le bien-être fonctionnel) ; languissante (réponse « Une fois ou deux » ou « Jamais » à au moins une des trois questions sur le bien-être émotionnel et à au moins cinq des neuf questions sur le bien-être fonctionnel); et modérément bonne (soit, de façon résiduelle, une santé mentale ni florissante ni languissante).





## Analyse et rédaction

Yves Pepin, agent de planification, de programmation et de recherche  
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle

## Collaboration et coordination professionnelle

Sylvie Bernier, agente de planification, de programmation et de recherche  
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle

## Mise en page

Michelle-Helena Zamorano, agente administrative  
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle

---

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Mauricie-et-  
du-Centre-du-Québec*

**Québec** 

**Centre intégré universitaire  
de santé et de services sociaux de  
la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec**

**Centre administratif Bonaventure**  
550, rue Bonaventure  
Trois-Rivières (Québec) G9A 2B5

[www.ciusssmcq.ca](http://www.ciusssmcq.ca)