

La crise pandémique de COVID-19 a mis à rude épreuve la santé mentale de la population de la Capitale-Nationale. Elle a suscité des inquiétudes nourries tant chez les personnes atteintes, chez les personnes exposées que chez celles présentant des symptômes similaires. Par conséquent, il est essentiel d'asseoir des actions de prévention efficaces et de mettre en œuvre des actions pour promouvoir la santé mentale, particulièrement pour les groupes plus vulnérables. Dans cette optique, l'[Enquête sur les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19](#)<sup>1</sup> et l'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP 2020-2021) ont permis d'observer certains indicateurs de la santé psychologique de la population à différents moments de la pandémie et de recueillir des renseignements sur leurs habitudes de vie, leur état de santé physique ainsi que sur certains déterminants de leur santé.

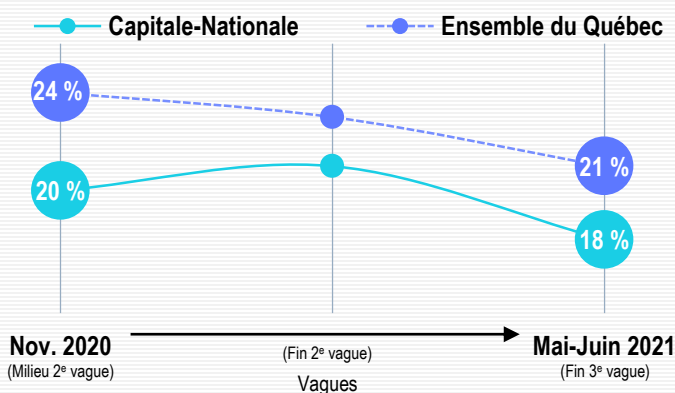
Cette infographie expose les principaux résultats pour la Capitale-Nationale selon certains indicateurs et en comparaison avec les résultats du reste du Québec.

## Prévalence de troubles anxieux ou d'épisodes dépressifs majeurs

À la fin de la 3<sup>e</sup> vague (mai-juin 2021), un adulte sur cinq présentait des symptômes compatibles avec un trouble d'[anxiété généralisée](#) (TAG) ou de [dépression majeure](#).

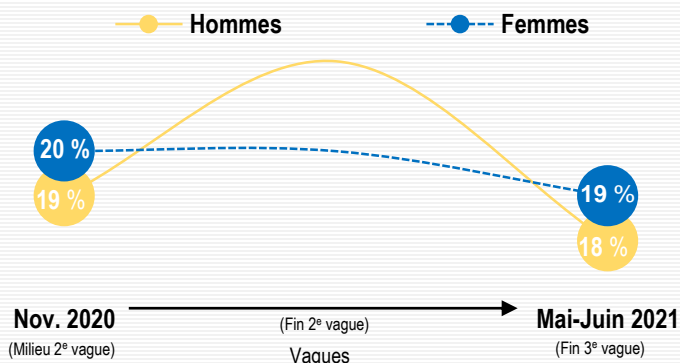


## Évolution des symptômes anxieux ou dépressifs



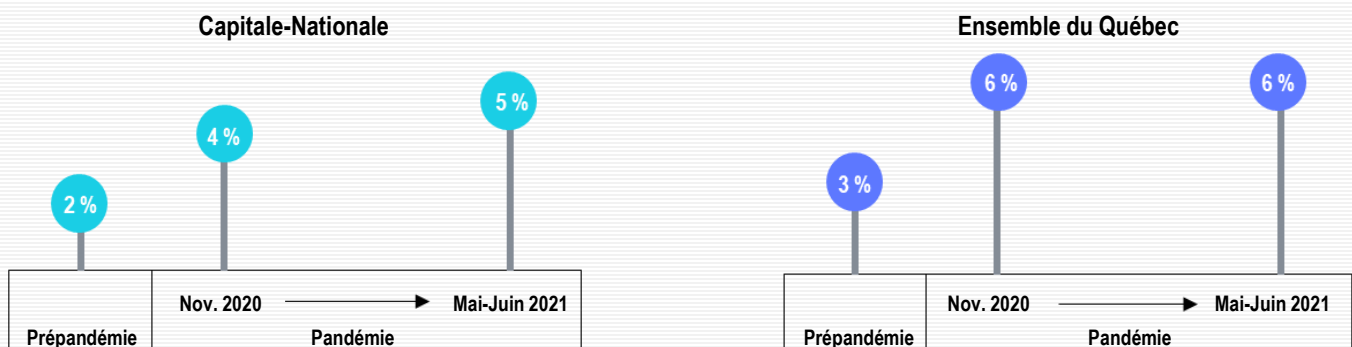
- En milieu de 2<sup>e</sup> vague et en fin de 3<sup>e</sup> vague, la prévalence de symptômes compatibles avec un TAG ou un risque de dépression majeure était moins élevée parmi les répondants de la région que dans l'ensemble de la province.
- Les proportions d'adultes de la Capitale-Nationale qui souffrent de symptômes compatibles avec un TAG ou un trouble dépressif probable n'ont pas évolué entre les vagues de la pandémie.

## Évolution des symptômes anxieux ou dépressifs selon le sexe



- Les proportions d'hommes et de femmes de la Capitale-Nationale, ayant ressenti des symptômes compatibles avec un TAG ou une dépression majeure, sont demeurées stables entre le milieu de la 2<sup>e</sup> vague et la fin de la 3<sup>e</sup> vague.
- La tendance à la hausse des symptômes anxieux ou dépressifs constatée entre le milieu et la fin de la 2<sup>e</sup> vague chez les hommes ne s'est pas confirmée à la fin de la 3<sup>e</sup> vague.

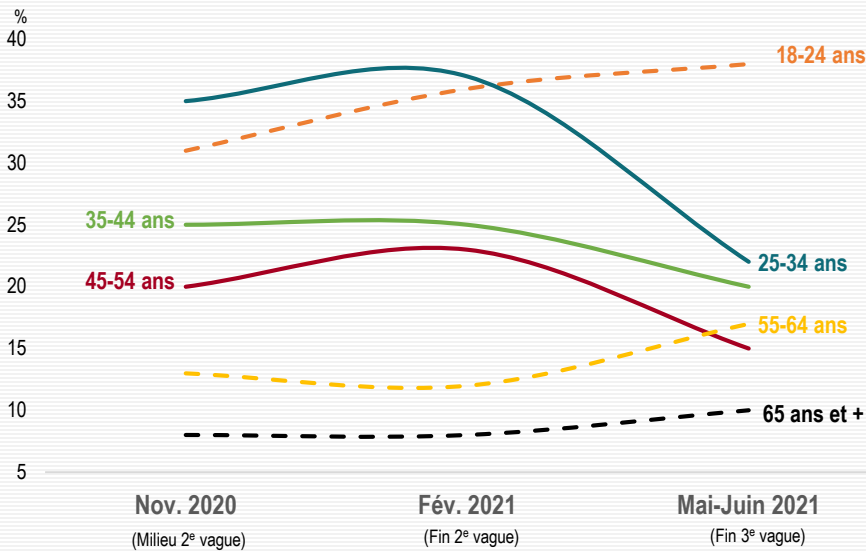
## Adultes ayant songé sérieusement au suicide au cours des 12 derniers mois



- À la fin de la 3<sup>e</sup> vague, environ un adulte sur vingt, parmi les répondants de la Capitale-Nationale, a sérieusement songé au suicide au cours des douze derniers mois, une situation qui n'a pas évolué depuis le milieu de la 2<sup>e</sup> vague et qui est comparable à celle de l'ensemble du Québec.
- Même s'il est difficile de comparer les données pré-pandémiques à celles d'enquêtes, les valeurs observées durant la pandémie sont plus élevées que celles pré-pandémiques, et ce, tant dans la région de la Capitale-Nationale que pour l'ensemble du Québec.

<sup>1</sup> **Limite des données** : Le type d'échantillonnage non probabiliste sur lequel est basé ce sondage ne permet pas de généraliser les conclusions à l'ensemble de la population. De plus, la présence potentielle de biais de sélection et de participation fait en sorte qu'il est difficile de comparer les résultats du sondage aux données pré-pandémiques ou à celles obtenues par d'autres sources.

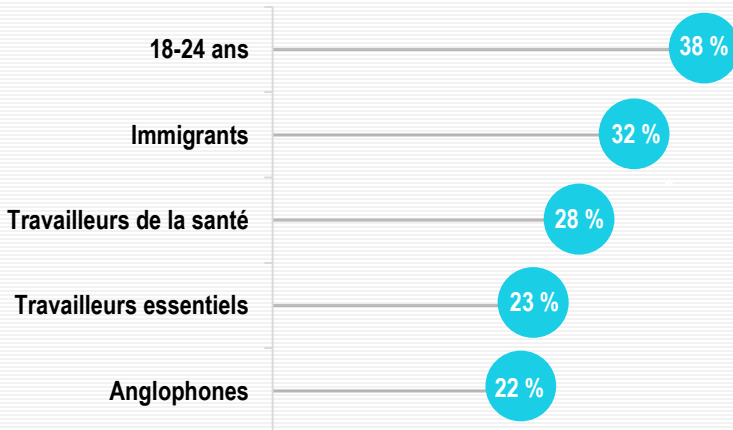
## Évolution des symptômes anxieux ou dépressifs selon l'âge



- Dans la région, environ deux jeunes adultes de 18-24 ans sur cinq ont affiché des symptômes compatibles avec un TAG ou un épisode dépressif majeur à la fin de la 3<sup>e</sup> vague.
- La pandémie a affecté la santé psychologique des 18-24 ans. Depuis le milieu de la 2<sup>e</sup> vague, les prévalences de symptômes compatibles avec un TAG ou un trouble dépressif suivent une tendance à la hausse chez ce groupe d'âge.
- La santé psychologique des 55-64 ans semble s'être détériorée entre la fin de la 2<sup>e</sup> vague et la fin de la 3<sup>e</sup> vague. Des données seront nécessaires pour surveiller cette situation.

## Groupes et sous-groupes les plus affectés

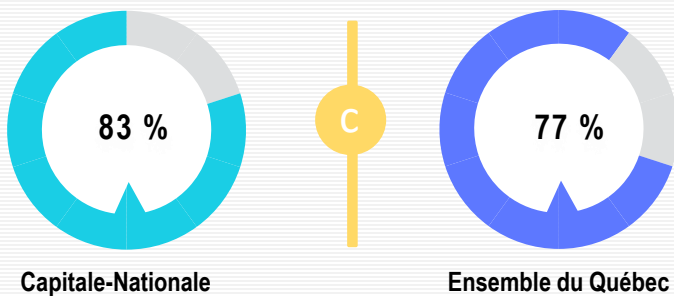
### Capitale-Nationale



- À la fin de la 3<sup>e</sup> vague, certains groupes de la population de la Capitale-Nationale se distinguaient défavorablement des autres adultes pour ce qui est de la santé psychologique en temps de pandémie.
- Ainsi, les jeunes adultes, les immigrants, les travailleurs de la santé, les travailleurs essentiels et les Anglophones étaient, en proportion, plus nombreux à présenter des symptômes compatibles avec un TAG ou un trouble dépressif probable.

## Facteurs associés à l'anxiété ou à la dépression probable

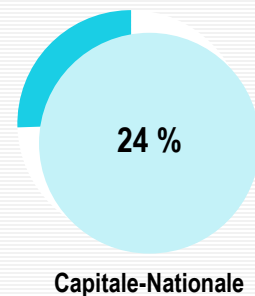
### Faible niveau de soutien social



- Le bien-être émotionnel des habitants de la Capitale-Nationale a été particulièrement affecté. Depuis le début de la pandémie, 83 % estiment que leur satisfaction à l'égard de leur vie sociale a diminué, une proportion supérieure à celle du reste du Québec (77 %).

➤ **Le manque de soutien social est un important facteur de risque de dépression.**

### Pertes financières significatives



- La pandémie de COVID-19 a eu des répercussions sur la situation financière de près du quart de la population de la Capitale-Nationale de 15 ans et plus (24 %).

### À propos des enquêtes

La 3<sup>e</sup> édition de l'EQSP (2020-2021), dont la collecte s'est déroulée de novembre 2020 à avril 2021, comporte un [volet COVID-19](#) qui permet de déterminer les répercussions de la pandémie sur la vie des Québécois. Au total, 7 275 personnes, dont 435 personnes de la Capitale-Nationale, ont répondu au volet COVID-19.

Les données de l'[Enquête sur les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19](#), réalisée par une équipe interdisciplinaire de l'Université de Sherbrooke, proviennent d'un sondage par panel Web de la firme Léger. Au total, pour la 4<sup>e</sup> phase du volet québécois, près de 11 322 personnes ont participé à ce sondage, dont 1 000 de la Capitale-Nationale. Les différences entre les populations étudiées, le mode de collecte, la méthode d'échantillonnage, la taille de l'échantillon, etc., rendent difficiles toute comparaison des résultats de ce sondage avec les données pré-pandémiques ou d'autres sources.

- **Rédaction, analyse et traitement des données** : Moussa Diop • **Collaboration** : Mélanie St-Onge, Isabelle Mauger, Caroline Simard
- **Infographie** : Marie-Josée Paquet • **Production** : Service surveillance/vigie de l'équipe PESA de la Direction de santé publique. Février 2022.

D'autres publications de surveillance sont disponibles [ici](#).

