

Santé mentale : les conséquences de la COVID-19 sur les populations vulnérables

La population canadienne ressent les effets de la COVID-19*.

38%

affirment que leur santé mentale s'est détériorée en raison de la COVID-19

46%

ressentent de l'anxiété et de l'inquiétude

14%

trouvent difficile de s'adapter à la situation

6%

ont des pensées suicidaires

2%

ont tenté de se mutiler en réaction à la COVID-19

Les façons saines et moins saines de composer avec la situation

56%



communiquent virtuellement avec leurs proches

43%



maintiennent de saines habitudes de vie

19%



consomment davantage d'alcool

Nous sommes tous affectés, mais nous ne sommes pas tous égaux face à la pandémie.

6%

de la population générale

18%

des personnes déjà aux prises avec un problème de santé mentale

15%

des personnes ayant un handicap

14%

des personnes à faibles revenus

16%

des personnes autochtones

ont eu des **pensées suicidaires** depuis le début de la COVID-19.

La COVID-19 a empiré la situation des personnes déjà vulnérables.

Les personnes déjà aux prises avec un problème de santé mentale

2x plus susceptibles...

- d'affirmer que leur **santé mentale s'est détériorée** en raison de la COVID-19 (59 % contre 38 %)

3x plus susceptibles...

- d'avoir de la **difficulté à s'adapter** (28 % contre 11 %)

4x plus susceptibles...

- d'avoir des **pensées suicidaires** (18 % contre 4 %)
- d'avoir tenté de **se mutiler** (4 % contre 1 %)

46% affirment se sentir **déprimées** (contre 17 %)

De plus, très peu de personnes déjà aux prises avec des problèmes de santé mentale ont accès à des soins et services en personne (2 %), de façon virtuelle (14 %) ou au moyen de ressources en ligne (5 %).

Les personnes ayant un handicap

Plus susceptibles...

- d'affirmer que leur **santé mentale s'est détériorée** (47 % contre 37 %)
- de vivre du **stress** (47 % contre 36 %)
- de se sentir **déprimées** (36 % contre 22 %)
- d'avoir tenté de **se mutiler** (3 % contre 2 %)

2x plus susceptibles...

- d'avoir de la **difficulté à s'adapter** (24 % contre 13 %)

3x plus susceptibles...

- d'avoir des **pensées suicidaires** (15 % contre 5 %)

Les personnes à faibles revenus

Plus susceptibles...

- d'avoir de la **difficulté à s'adapter** (26 % contre 15 %)
- de se sentir **déprimées** (31 % contre 23 %)
- de se sentir **seules et isolées** (46 % contre 31 %)
- d'**augmenter leur consommation d'alcool** (25 % contre 19 %)

2x plus susceptibles...

- d'avoir tenté de **se mutiler** (4 % contre 2 %)

3x plus susceptibles...

- d'avoir des **pensées suicidaires** (16 % contre 6 %)

Les personnes autochtones

Plus susceptibles...

- d'avoir de la **difficulté à s'adapter** (26 % contre 15 %)
- de se sentir **déprimées** (31 % contre 23 %)
- de se sentir **seules et isolées** (46 % contre 31 %)
- d'**augmenter leur consommation d'alcool** (25 % contre 19 %)

2x plus susceptibles...

- d'avoir tenté de **se mutiler** (4 % contre 2 %)

3x plus susceptibles...

- d'avoir des **pensées suicidaires** (16 % contre 6 %)

Les personnes de couleur

Plus susceptibles...

- d'avoir de la **difficulté à s'adapter** (22 % contre 14 %)

2x plus susceptibles...

- de craindre de subir de la **violence physique ou psychologique** au sein du foyer (18 % contre 7 %)

Les personnes LGBTQ+

Plus susceptibles...

- d'affirmer que leur **santé mentale s'est détériorée** (45 % contre 38 %)

3x plus susceptibles...

- d'avoir tenté de **se mutiler** (7 % contre 2 %)
- d'avoir augmenté leur **consommation de cannabis** (18 % contre 6 %)

C'est plus difficile pour les femmes

44%

des femmes ont vu leur santé mentale se détériorer

contre

32%

des hommes ont vu leur santé mentale se détériorer

Les parents et leurs enfants (<18) souffrent de la crise.

Les parents qui ont des enfants (<18) à la maison sont plus susceptibles...

- de ressentir de l'**anxiété et de l'inquiétude** (53 % contre 44 %)
- d'affirmer que leur **santé mentale s'est détériorée** (45 % contre 36 %)
- d'avoir des **pensées suicidaires** (9 % contre 6 %)
- d'avoir **augmenté leur consommation d'alcool** (29 % contre 17 %)

45%

s'inquiètent de leur situation financière

31%

craignent pour leur emploi

24%

affirment que la santé mentale de leurs enfants s'est détériorée

21%

se préoccupent de ne plus pouvoir nourrir leur famille

Tous les ingrédients sont réunis pour faire monter le stress des parents et leurs enfants.

Passer plus de temps ensemble : entre réconfort et souffrance

23%

vivent plus de conflits avec leurs enfants

17%

crient plus souvent

17%

punissent leurs enfants plus souvent

12%

craignent de subir de la violence physique ou psychologique au sein du foyer

11%

utilisent plus de mots durs ou blessants

66%

passent plus de temps de qualité avec leurs enfants

50%

ressentent davantage une proximité émotionnelle

45%

montrent davantage leur amour et leur affection

38%

affirment que leurs enfants font preuve d'une grande résilience

*Le sondage a été mené par Maru / Matchbox auprès d'un échantillon représentatif de 3 000 personnes qui résident au Canada et qui sont âgées de 18 ans et plus. Le sondage a été réalisé entre le 14 et le 29 mai, alors que plusieurs provinces et territoires commencent à se déconfiner et à assouplir d'autres mesures. Les catégories ne sont pas limitées à elles-mêmes. Les personnes qui se situent dans plus d'une catégorie sont susceptibles de voir leur niveau de vulnérabilité s'amplifier.