

Déclaration commune de membres et de parties prenantes du secteur de la santé mentale des jeunes

Les jeunes et les travailleurs dévoués qui s'occupent d'eux font face à de nombreuses difficultés, une situation que la pandémie n'a fait qu'exacerber. Un rapport de Statistique Canada montre que parmi tous les groupes d'âge, ce sont les jeunes qui sont les moins susceptibles de déclarer être en bonne santé mentale, et que c'est chez ce groupe d'âge qu'ont été observées les plus fortes baisses en matière d'autoévaluation de la santé mentale depuis la pandémie¹. En effet, seuls 42 % des jeunes ont déclaré être en excellente ou en très bonne santé mentale². Au début de la pandémie de COVID-19, la demande pour les services de l'organisme Jeunesse, J'écoute a plus que doublé. À la fin de 2020, dans l'ensemble de ses services, Jeunesse, J'écoute avait échangé avec 4,6 millions de jeunes, soit une augmentation de 137 % par rapport au volume d'avant la pandémie. Cette hausse de la demande s'est poursuivie en 2021, année durant laquelle Jeunesse, J'écoute a échangé avec des jeunes 4,7 millions de fois à l'échelle nationale³.

La discrimination systémique nuit également à la santé mentale de nombreux jeunes, notamment les jeunes autochtones, les jeunes racisés, les jeunes 2SLGBTQ+, les jeunes vivant avec un handicap, ainsi que les jeunes nouveaux arrivants et immigrants. La discrimination systémique peut entraîner des traumatismes ou des traumatismes intergénérationnels⁴, mais aussi avoir des répercussions sur l'accès aux soins et les résultats de ces soins⁵. Lorsqu'ils tentent d'obtenir du soutien en santé mentale, les jeunes (notamment les jeunes racisés et 2SLGBTQ+) risquent par ailleurs de faire face à des obstacles supplémentaires : ne pas savoir à qui s'adresser, ne pas avoir accès à des soins abordables, sentir un jugement de la part des autres⁶...

De nombreux travailleurs de première ligne sont également aux prises avec leurs propres problèmes de santé mentale et souffrent d'épuisement professionnel. Ces difficultés se font sentir de manière disproportionnée chez ceux qui travaillent auprès des jeunes. Malgré tout, seulement un tiers des personnes qui travaillent dans ce secteur ont accès à des programmes de prévention de l'épuisement professionnel⁷, et seulement un tiers se disent à l'aise de parler de leurs problèmes de santé mentale avec leur gestionnaire⁸. Si le personnel de première ligne responsable des programmes ne reçoit pas de soutien supplémentaire, il lui sera impossible de prendre soin des jeunes de manière optimale.

¹ <https://www.statcan.gc.ca/o1/fr/plus/907-la-sante-mentale-des-jeunes-revient-sous-les-feux-de-la-rampe-alors-que-la-pandemie>

² <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/45-28-0001/2020001/article/00003-fra.htm>

³ <https://kidshelpphone.ca/publications/kids-help-phone-seeks-indigenous-volunteers-to-meet-demand>

⁴ <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante/sante-population/est-determine-sante/determinants-sociaux-iniquites-canadiens-noirs-apercu.html>

⁵ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8056965/>

⁶ https://static1.squarespace.com/static/5f31a311d93d0f2e28aaf04a/t/62cc4207f8adaf29d4a4bc15/1657553415951/07July22_Which+Canadians+Are+Not+Accessing+Support_V3%282%29.pdf

⁷ <https://static1.squarespace.com/static/5f31a311d93d0f2e28aaf04a/t/61e59ce735bb7b247057299d/1642437865230/Long+Form+EN+Final+-+MHRC+PHS+Report.pdf>

⁸ <https://static1.squarespace.com/static/5f9978fdff01872f76f38a09/t/61f176a37277bd124715c7d3/1643214514051/FR+-+Long+Form+Final+-+MHRC+PHS+Report+copy.pdf>

L'investissement dans les services de santé mentale permettra non seulement d'offrir du soutien immédiat aux jeunes et au personnel de première ligne, mais sera aussi bénéfique à long terme. Lorsque les enfants et ados ont accès à des programmes de prévention et d'intervention précoce, les compétences acquises les accompagnent toute leur vie, ce qui les rend moins susceptibles d'avoir besoin d'un soutien intensif en santé mentale plus tard dans leur vie. Une étude internationale publiée dans le *British Medical Journal* en 2022 a révélé que chaque dollar dépensé pour prévenir et traiter les problèmes de santé mentale à l'adolescence entraînait des gains de 23,60 \$ sur le plan de la santé et de l'économie⁹.

Dans sa lettre de mandat, le gouvernement s'est engagé à veiller à ce que les enfants et les ados aient accès à des services de santé mentale pendant qu'ils se remettent des effets de la pandémie, ainsi qu'à investir dans les interventions en matière de santé mentale pour les personnes touchées de manière disproportionnée par la COVID-19 au Canada, notamment les travailleurs de la santé, les travailleurs de première ligne, les aînés, les Autochtones et les personnes noires et racisées¹⁰. En tant que membres et parties prenantes du secteur de la santé mentale des jeunes, nous demandons au gouvernement fédéral d'investir dans la santé mentale des jeunes et des personnes qui travaillent en première ligne auprès d'eux. Nous demandons également au gouvernement de continuer à financer des initiatives en santé mentale liées à la COVID-19. Des cibles précises en matière d'équité devraient notamment être définies afin de veiller à ce que les jeunes ne soient pas laissés pour compte :

- Progresser vers l'objectif que chaque jeune ait accès à des programmes de santé mentale communautaires fondés sur des données probantes, flexibles et adaptés à la réalité culturelle, notamment des programmes de promotion de la santé et de prévention des maladies mentales, d'intervention précoce, de soutien par les pairs, d'acquisition autonome de compétences en santé mentale ainsi que d'apprentissage émotionnel et social. Il doit s'agir d'un accès gratuit, rapide, de grande qualité et équitable.
- Financer des organismes permettant aux personnes qui travaillent en première ligne auprès des jeunes de suivre une formation des premiers soins en santé mentale pour qu'elles puissent offrir un meilleur soutien en la matière aux jeunes qui prennent part à leurs programmes.
- Accorder la priorité au déploiement du Fonds de relance des services communautaires (FPEC) et envisager un financement supplémentaire dans le cadre de ce programme pour favoriser la santé mentale des personnes qui travaillent auprès des jeunes, notamment en leur offrant des salaires et des avantages sociaux décentes, un programme de soutien par les pairs et un accès à des services officiels de santé mentale axés sur les mesures de soutien fondées sur des données probantes.

⁹ <https://gh.bmj.com/content/7/16/e007759>

¹⁰ <https://pm.gc.ca/fr/lettres-de-mandat/2021/12/16/lettre-de-mandat-de-la-ministre-de-la-sante-mentale-et-des-dependances>

- Continuer à appuyer les fournisseurs de soins de santé et de services virtuels qui peuvent aider à combler les lacunes dans le système, par exemple lorsque les listes d'attente sont longues, ou pour les personnes ayant besoin de soutien entre deux rendez-vous ou celles qui habitent dans un endroit au pays où il n'y a pas de services communautaires.

Toutes les recommandations ci-dessus devraient être assorties d'investissements importants afin de remédier aux déterminants sociaux de la santé, notamment de nouveaux investissements substantiels visant à réduire la pauvreté et à veiller à ce que chaque jeune ait accès à un logement abordable, adéquat et sain, ainsi qu'à des possibilités d'emploi et de formation.

Les organismes à but non lucratif, y compris ceux énumérés ci-dessous, seraient heureux d'être consultés et de fournir leurs opinions et leurs recommandations sur la conception et la mise en œuvre de ces investissements. Nous nous réjouissons de continuer à collaborer avec le gouvernement pour favoriser une bonne santé mentale chez les jeunes.

