

INSTANTANÉ DES DONNÉES PROBANTES

MAI 2015



Santé mentale et consommation de substances intoxicantes chez les jeunes adultes

La période entre 18 et 29 ans constitue un point de transition central. Elle peut représenter une occasion de s'exprimer davantage, mais le manque soudain de soutien parental et une plus grande autonomie peuvent intensifier les risques en santé mentale.

Pour les jeunes adultes ayant déjà des problèmes de santé mentale, les défis que pose la navigation au sein des services de santé mentale pour adultes ajoutent encore des difficultés qui peuvent compromettre ou empirer leur santé mentale et leur consommation de substances intoxicantes. C'est

d'autant plus inquiétant qu'à long terme, une mauvaise santé mentale peut s'empirer et conduire à des conditions plus graves.

Les conclusions de l'Indicateur de CAMH 2013 mettent l'accent sur la détérioration de la santé mentale et l'augmentation de la consommation de substances intoxicantes chez les jeunes adultes.

Le portrait de la santé mentale chez les jeunes adultes

La maladie mentale et les comportements à risque (y compris la consommation de substances intoxicantes) se manifestent habituellement pour la première fois entre 18 et 24 ans. Mais, du fait de la nature même de cette période de transition, les jeunes adultes peuvent être exposés à des risques encore plus grands quant aux défis à relever en matière de santé mentale. Par exemple :

- Les jeunes adultes sont censés quitter leur famille et les autres sources de soutien et assumer des rôles et des responsabilités d'adulte, par exemple se trouver un emploi, prendre des responsabilités financières, créer de nouvelles relations et jouer le rôle de parent ;
- L'autonomie est souvent vue comme une condition préalable au succès, mais l'interdépendance avec les pairs et la famille est d'une valeur inestimable pour de nombreux jeunes adultes, particulièrement ceux provenant de certains groupes culturels ;
- De nouveaux rôles et des contextes non familiaux peuvent entrer en conflit avec les besoins de la

Au sujet de l'Indicateur de CAMH

L'Indicateur de CAMH est le plus ancien sondage permanent sur la santé mentale et la toxicomanie mené auprès des adultes canadiens. La version 2013 de ce sondage annuel repose sur les données recueillies auprès de 3 021 adultes ontariens et rend compte des habitudes de consommation de substances intoxicantes ainsi que de la santé mentale et du bien-être. Les indicateurs de santé mentale comprennent la détresse psychologique, l'auto-évaluation de la santé mentale et l'utilisation d'antidépresseurs et d'anxiolytiques sur ordonnance. Les indicateurs de consommation de substances intoxicantes comprennent la consommation d'alcool, de tabac, de cannabis, de cocaïne et d'analgésiques opioïdes sur ordonnance.



personne et les aptitudes à la vie quotidienne qu'elle a précédemment apprises ;

- Dans une économie fondée sur les connaissances, l'âge de 18 ans peut ne plus correspondre à l'entrée dans le milieu du travail, mais plutôt à l'arrivée dans un établissement d'enseignement postsecondaire, loin des appuis des institutions, de la famille et des pairs ;
- Ceux qui fréquentent des établissements postsecondaires peuvent être soumis à des stress liés au fait de vivre loin de chez eux, de devoir gérer leurs finances sans aide et d'évoluer dans un contexte marqué par la compétition ;
- L'accès aux services de santé mentale comporte ses défis propres, dont le manque d'intégration entre les services pour les enfants et les adolescents et ceux pour les adultes, la stigmatisation, les préoccupations liées à la protection des renseignements personnels, l'absence de compréhension des symptômes de santé mentale, le manque de connaissances des services offerts et la non-perception d'un besoin d'aide.

Résultats de l'Indicateur de CAMH

- Les jeunes de 18 à 24 ans présentaient :
- les taux les plus élevés pour ce qui est d'une mauvaise santé mentale ;
- des taux de détresse psychologique deux fois plus élevés que ceux des personnes de 65 ans et plus ;
- la plus forte consommation d'analgésiques opioïdes sur ordonnance à des fins non médicales (sept fois plus que les personnes de 50 ans et plus) ;
- les taux les plus élevés pour ce qui est des pensées suicidaires (plus de deux fois supérieurs à ceux des personnes de 50 ans et plus) ;
- les taux les plus élevés pour ce qui est de la consommation à risque élevé, de la dépendance à l'alcool et des problèmes de consommation de cannabis.

Sommaire

Les résultats de l'Indicateur de CAMH révèlent une tendance de consommation de substances intoxicantes et de mauvaise santé mentale chez les jeunes adultes. Ces constatations peuvent servir à orienter des recherches plus approfondies, la planification et la planification des politiques en matière de santé mentale pour ce groupe d'âge.

Références

1. Mandarin, K. (2014). Transitional-Age Youths: Barriers to Accessing Adult Mental Health Services and the Changing Definition of Adolescence. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 24(4), 462-474.
2. Schulenberg, J. E., Sameroff, A. J., & Cicchetti, D. (2004). The transition to adulthood as a critical juncture in the course of psychopathology and mental health. *Development and psychopathology*, 16(04), 799-806.

3. Ontario Undergraduate Student Association. (2012). Student health: Bringing healthy change to Ontario's universities.
4. Davidson, S. (2011). We've got growing up to do.
5. Vloet, M.A., Davidson, S., & Cappelli, M. (2011). "We suffer from being lost": formulating policies to reclaim youth in mental health transitions.
6. Ialomiteanu, A.R., Hamilton, H.A., Adlaf, E.M., & Mann, R.E. (2014). CAMH Monitor eReport.
7. Mental Health Commission of Canada (MHCC). (2013). Making the case for investing in mental health in Canada.

Auteure : Mehakmeet Bhatia