

SANTÉ MENTALE, SANTÉ PHYSIQUE ET COVID LONG

JACK JEDWAB

PRÉSIDENT ET PDG

ASSOCIATION D'ÉTUDES CANADIENNES

MAI 2022

SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE

Chaque année depuis 1951, l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) organise la Semaine de la santé mentale au cours de la première semaine complète de mai, ce qui fait de 2022 la 71^e année. Pour marquer la semaine, l'Association publie une analyse qui examine l'intersection entre la santé mentale et la santé physique et se penche spécifiquement sur certains symptômes de la maladie de Covid long qui ont un effet collatéral négatif sur les personnes qui déclarent avoir une mauvaise santé mentale et une dépression récurrente.

Les résultats proviennent d'une enquête menée via un panel web par Léger pour l'Association d'études canadiennes et l'Université du Manitoba au milieu du mois de mars 2022 auprès de 2939 Canadiens et 3734 Américains âgés de 18 ans ou plus. Une marge d'erreur ne peut pas être attribuée car les sondages sur Internet ne sont pas considérés comme aléatoires.

IL Y A UNE FORTE INTERSECTION ENTRE SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE

Depuis le début de la crise COVID-19, comment décririez-vous votre santé mentale?	PHYS: Depuis le début de la crise COVID-19, comment décririez-vous votre santé physique?				
	Excellente	Très bonne	Bonne	Mauvaise	Très mauvaise
Excellente	76.7%	19.0%	5.1%	1.5%	3.2%
Très bonne	15.7%	59.0%	16.9%	6.1%	6.5%
Bonne	5.4%	18.0%	63.5%	35.1%	18.1%
Mauvaise	1.8%	3.0%	10.4%	43.6%	20.6%
Très mauvaise	0.2%	0.4%	2.0%	11.1%	48.0%
Je ne sais pas	0.2%	0.5%	1.6%	2.2%	2.8%
Je préfère ne pas répondre		0.2%	0.5%	0.3%	0.8%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

MAIS UNE EXCELLENTE SANTÉ PHYSIQUE ENCOURAGE UNE FORTE SANTÉ MENTALE LÉGÈREMENT PLUS QU'UNE EXCELLENTE SANTÉ MENTALE N'ENCOURAGE UNE FORTE SANTÉ PHYSIQUE

Depuis le début de la crise COVID-19, comment décriez-vous votre santé physique?	Depuis le début de la crise COVID-19, comment décriez-vous votre santé mentale?				
	Excellente	Très bonne	Bonne	Mauvaise	Très mauvaise
Excellente	55.1%	7.3%	1.6%	1.8%	0.6%
Très bonne	28.5%	57.1%	11.0%	6.2%	2.2%
Bonne	14.6%	31.3%	74.5%	41.2%	23.5%
Mauvaise	1.1%	2.8%	10.3%	43.1%	33.2%
Très mauvaise	0.6%	0.8%	1.4%	5.3%	37.3%
Je ne sais pas	0.1%	0.3%	1.0%	2.1%	2.8%
Je préfère ne pas répondre	0.1%	0.4%	0.2%	0.3%	0.3%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

CELLES ET CEUX QUI SOUFFRENT DE FATIGUE COMME SYMPTÔME DE COVID-LONG RAPPORTENT DES TAUX PLUS ÉLEVÉS DE SANTÉ MENTALE NÉGATIVE

Depuis le début de la crise COVID-19, comment décririez-vous votre santé mentale?	Fatigue: Avez-vous souffert, ou souffrez-vous de COVID-long (effets long-termes de la COVID-19), tel que les symptômes suivants?	
	Oui	Non
Excellente	17.9%	16.4%
Très bonne	24.2%	28.2%
Bonne	37.5%	40.4%
Mauvaise	14.1%	10.0%
Très mauvaise	4.1%	2.5%
Je ne sais pas	1.6%	1.6%
Je préfère ne pas répondre	0.5%	0.9%
	100.0%	100.0%

CELLES ET CEUX QUI SOUFFRENT DE COVID-LONG RESSENTENT UN EFFET COLLATÉRAL SUR LEUR SANTÉ MENTALE, TEL QU'INDIQUÉ EN AUTO-ÉVALUATION

Depuis le début de la crise COVID-19, comment décririez-vous votre santé mentale?	Ne pas réussir à se concentrer ou réfléchir ('brouillard mental'): Avez-vous souffert, ou souffrez-vous de COVID-long (effets long-termes de la COVID-19), tel que les symptômes suivants?	
	Oui	Non
Excellente	17.5%	17.1%
Très bonne	22.5%	27.6%
Bonne	35.9%	40.1%
Mauvaise	18.0%	9.6%
Très mauvaise	4.5%	2.8%
Je ne sais pas	1.3%	1.8%
Je préfère ne pas répondre	0.3%	0.9%
	100.0%	100.0%

PRÈS DE LA MOITIÉ DES CANADIEN.NES RAPPORTANT UNE TRÈS MAUVAISE SANTÉ MENTALE, RAPPORTENT DES SENTIMENTS DE DÉPRESSION, BLUES OU DÉSPESOIR PRESQUE TOUS LES JOURS

Sentiment de dépression, blues, désespoir - Pendant les deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous été dérangé par les problèmes suivants?	Depuis le début de la crise COVID-19, comment décririez-vous votre santé mentale?				
	Excellente	Très bonne	Bonne	Mauvaise	Très mauvaise
Pas du tout	67.2%	69.4%	53.4%	23.9%	11.3%
Plusieurs jours	11.2%	18.4%	28.5%	33.4%	24.3%
Plus de la moitié des jours	9.3%	7.1%	10.1%	20.2%	13.0%
Presque tous les jours	9.4%	3.9%	6.7%	20.9%	48.6%
Je préfère ne pas répondre	2.9%	1.3%	1.3%	1.6%	2.8%
Total	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

LE SYMPTÔME 'FATIGUE' DU COVID-LONG A UN EFFET COLLATÉRAL SUR CEUX QUI SOUFFRENT DE DÉPRESSION

Sentiment de dépression, blues, désespoir - Pendant les deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous été dérangé par les problèmes suivants?	Fatigue: Avez-vous souffert, ou souffrez-vous de COVID-long (effets long-terms de la COVID-19), tel que les symptômes suivants?	
	Oui	Non
Pas du tout	32.8%	57.6%
Plusieurs jours	31.2%	24.1%
Plus de la moitié des jours	18.6%	7.9%
Presque tous les jours	14.2%	7.7%
Je préfère ne pas répondre	3.2%	2.8%
Total	100.0%	100.0%

DE MÊME, CEUX QUI SOUFFRENT DES SYMPTÔMES DE COVID-LONG AFFECTANT LA CONCENTRATION RAPPORTENT UN EFFET COLLATÉRAL IMPORTANT SUR LA SANTÉ MENTALE

Sentiment de dépression, blues, désespoir - Pendant les deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous été dérangé par les problèmes suivants?	Ne pas réussir à se concentrer ou réfléchir ('brouillard mental'): Avez-vous souffert, ou souffrez-vous de COVID-long (effets long-termes de la COVID-19), tel que les symptômes suivants?	
	Oui	Non
Pas du tout	28.2%	51.1%
Plusieurs jours	32.4%	26.0%
Plus de la moitié des jours	20.0%	11.0%
Presque tous les jours	15.5%	9.3%
Je préfère ne pas répondre	3.9%	2.5%
Total	100.0%	100.0%