

## UNE RECENSION ET UNE ANALYSE DE L'EFFICACITÉ DES INTERVENTIONS DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE DES ÉCOLES DE LANAUDIÈRE SUD

**Deka Abdourahman Ali**

M.Sc. Santé publique

Rédactrice scientifique et pédagogique pour MC2 ma Communauté Connectée

**Daniel Paquette**

M.D., MBA, M.Sc., FRCPC, Professeur adjoint, Université de Sherbrooke;

Médecin spécialiste en santé publique et médecine préventive, CIUSSS de l'Estrie - CHUS

### 1 MISE EN CONTEXTE

Selon l'Organisation mondiale de la santé, la **dépression** constituera la deuxième cause de maladie et d'incapacité après les maladies cardiovasculaires d'ici 2020 <sup>1</sup>.

#### ÉNONCÉ DU PROBLÈME

La santé mentale des jeunes: une **préoccupation mondiale importante**.

≈ 20% des enfants et des adolescents ont des troubles ou problèmes mentaux <sup>2</sup>

#### LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES AU CANADA

► Un enfant sur cinq (soit 1,2 million) est touché par un trouble mental <sup>3</sup>

► Taux de suicide chez les jeunes: 31<sup>e</sup> rang sur 41 pays les plus riches du monde <sup>4</sup>

#### LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES AU QUÉBEC ET À LANAUDIÈRE

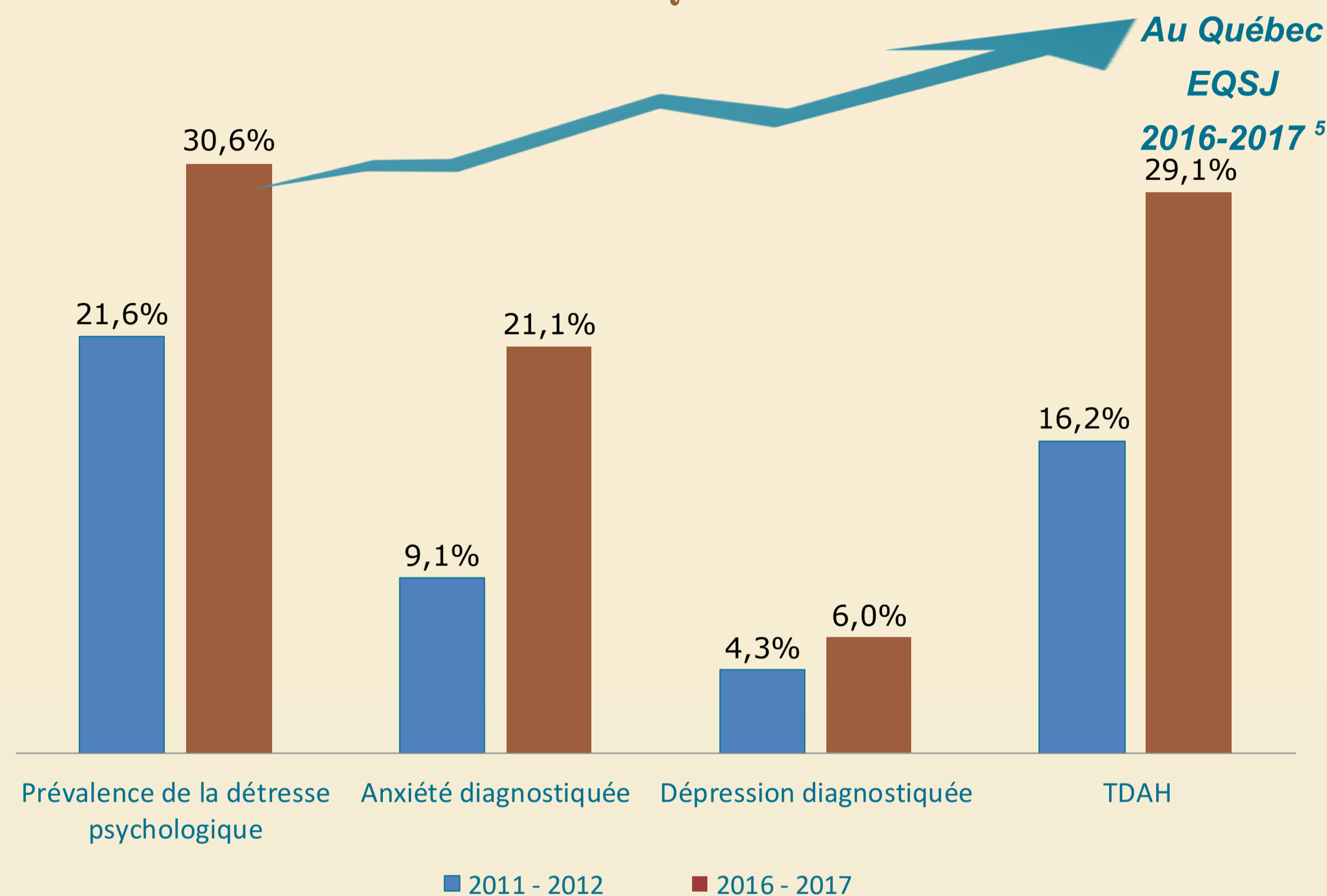


Fig.1 : Évolution de la prévalence des troubles mentaux chez les jeunes du secondaire dans la région de Lanaudière <sup>5</sup>

### COMMENT REMÉDIER À L'ENJEU DE SANTÉ MENTALE CHEZ LES JEUNES ?

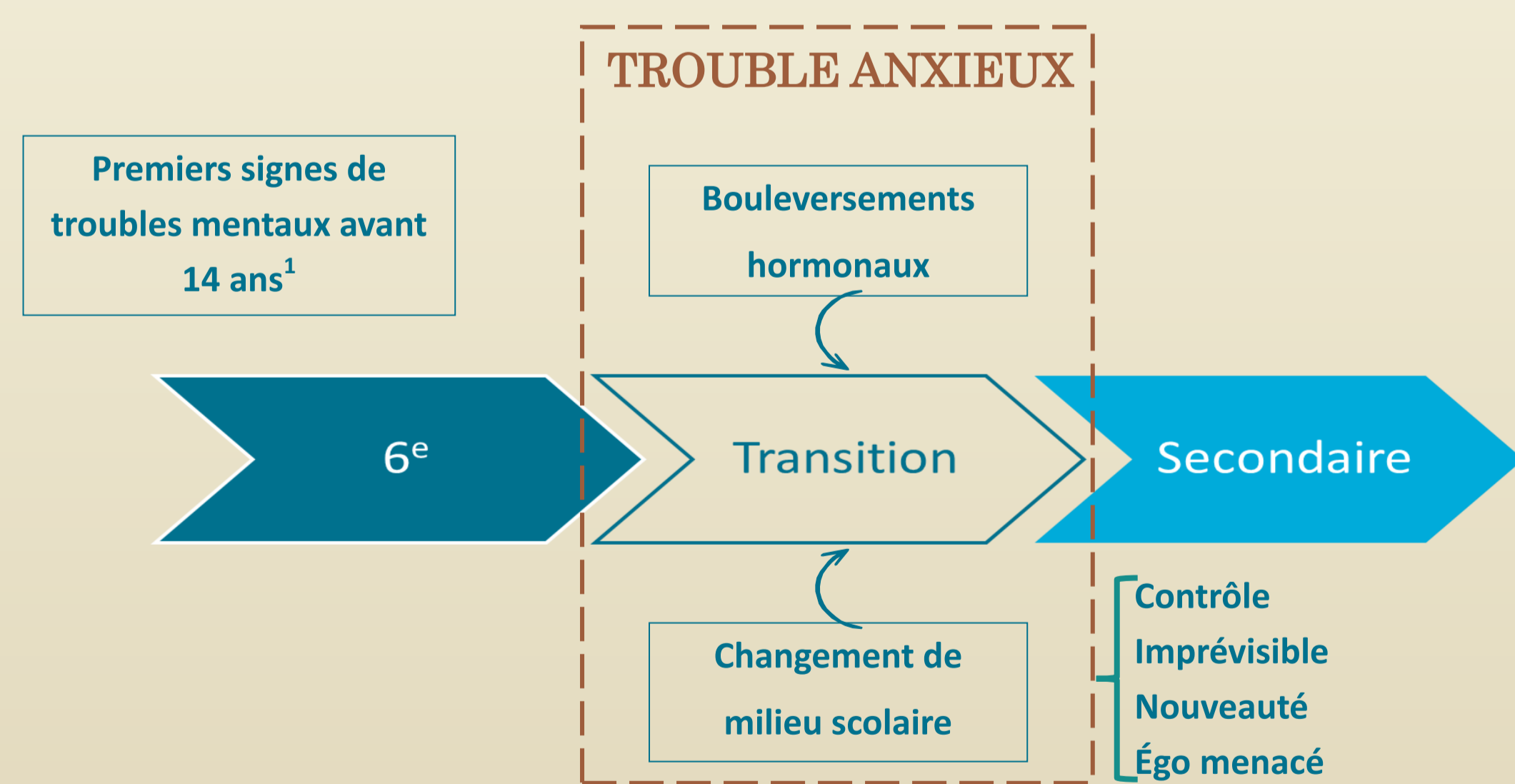
La promotion de la santé mentale (PSM) :

une stratégie essentielle pour améliorer la santé mentale des jeunes <sup>1,3</sup>



### QUAND PROMOUVOIR LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES ?

La transition du primaire vers le secondaire



### O B J E C T I F S

1

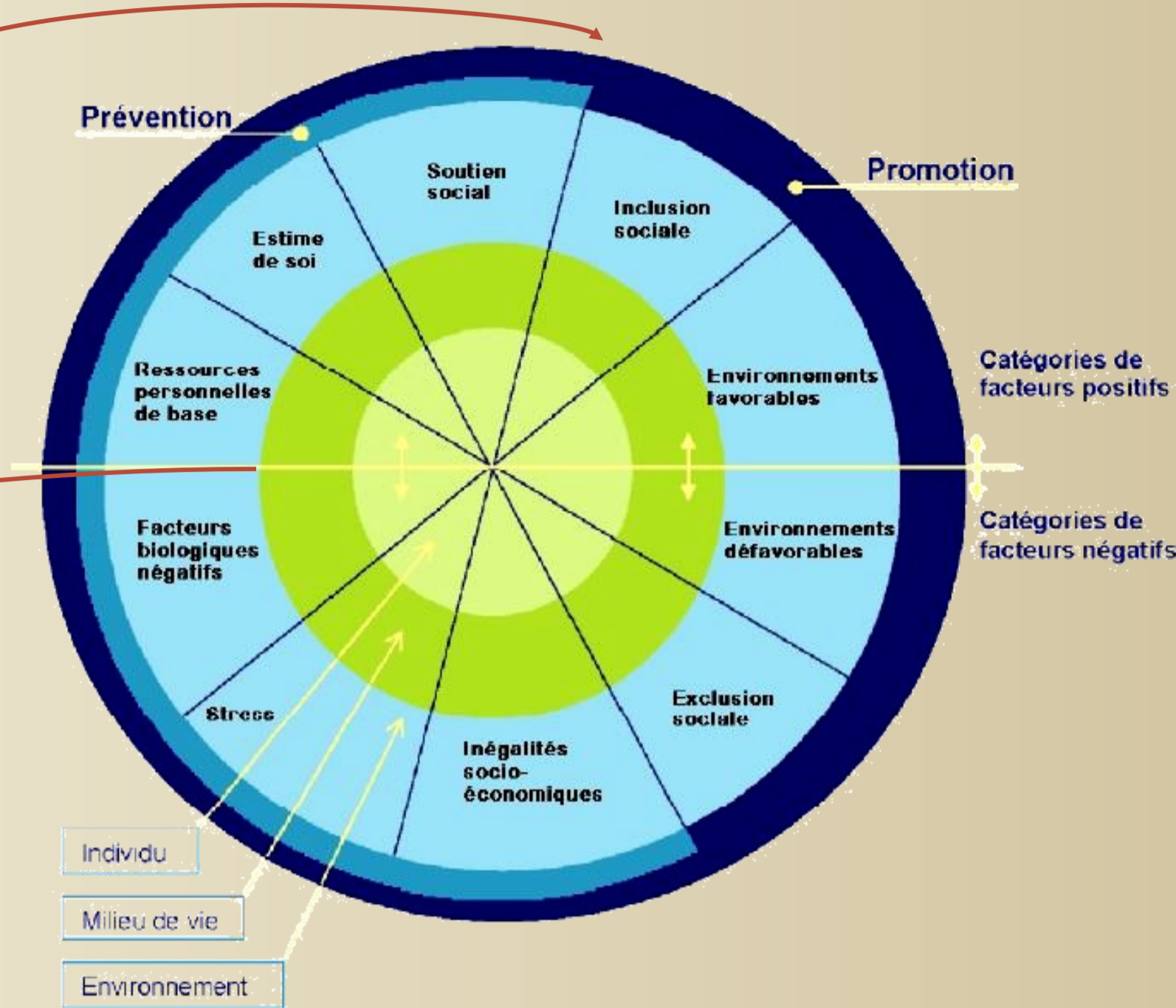
Identifier les interventions de PSM existantes dans les écoles de la commission scolaire des Affluents pour faciliter la transition du primaire vers le secondaire.

2

Analyser les interventions recensées en fonction des critères d'efficacité d'une intervention de promotion-prévention en contexte scolaire et des facteurs de promotion de la santé mentale et de prévention des troubles visés par l'intervention.

### 2 METHODOLOGIE

- 1 — Recension des écrits
- 2 — Identification d'un cadre de référence en santé mentale <sup>8</sup>
- 3 — Analyse des interventions en fonction des critères d'efficacité des interventions de promotion et de prévention en contexte scolaire <sup>9</sup>
- 4 — Élaboration d'une fiche descriptive et d'une grille d'entrevue



### 3 RESULTATS

INTERVENTIONS	PLANIFIÉES	CONCERTÉES	INTENSITÉ-CONTINUITÉ	CONTENU APPROPRIÉ	GLOBALES	ENGAGE ACTIVEMENT LE JEUNE	FACTEURS DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE ET DE PRÉVENTION DES TROUBLES VISÉS PAR L'INTERVENTION	LÉGENDE DES PICTOGRAMMES	
								IMPLANTER	BONIFIER
ATELIER SUR LA SAINE GESTION DU STRESS	Oui	Oui	Oui (3 ateliers)	Oui	École - Jeune Famille	Oui	Estime de soi Soutien social Gestion des émotions et du stress	●	●
PARRAINS/MARRAINES	Oui	Oui	Oui	Oui	École - Jeune Famille	Oui	Estime de soi Soutien social Inclusion sociale	●	●
RITUEL DES 3 BOUGIES	Oui	Non (École seulement)	Non (Activité ponctuelle)	Oui	École - Jeune	Oui	Estime de soi	●	●
ATELIER DE PLEINE CONSCIENCE	Oui	Oui	Oui (4 à 10 ateliers)	Oui	Jeune - École Famille	Oui	Estime de soi Soutien social Gestion des émotions et du stress	●	●
JE M'EN VAIS AU SECONDAIRE	Oui	Non (école seulement)	Non	Oui	Jeune - École	Oui	Estime de soi Soutien social Inclusion sociale	●	●
CAMPFIANCE	Oui	Oui	Oui	Oui	Jeune - École Famille Communauté	Oui	Estime de soi Soutien social Gestion des émotions et du stress	●	●
SAÉ : QUI DIT VRAI?	Oui	Oui	Oui	Oui	Jeune - École	Oui	Estime de soi Soutien social Inclusion sociale	●	●
DÉ-STRESS ET PROGRESSE	Oui	Oui	Oui	Oui	Jeune - École Famille	Oui	Estime de soi Soutien social Inclusion sociale	●	●

### 4 IMPACTS - LEÇONS APPRIS

1

La santé mentale des jeunes en déclin

4

La transition du primaire vers le secondaire: une période clé pour la PSM auprès des jeunes

2

Une bonne santé mentale s'établit à l'enfance

5

Existence dans les écoles d'intervention de PSM efficaces mais mise en place que dans les écoles volontaires: risque d'accentuation des inégalités sociales de santé

3

La promotion de la santé mentale (PSM) : une stratégie efficace pour réduire les troubles mentaux

6

Collaboration entre le réseau de la santé et le réseau l'éducation nécessaire pour l'élaboration d'une offre de service en santé mentale

### R É F É R E N C E S

1. Organisation mondiale de la santé. Plan d'action global pour la santé mentale. 2013.
2. Organisation mondiale de la santé. 10 fait sur la santé mentale. 2014.
3. Commission de la santé mentale du Canada. La nécessité d'investir dans la Santé mentale au Canada: une personne sur cinq est aux prises avec une maladie mentale chaque année au Canada. 2011
4. Chris Brazier. Construire l'avenir. Les enfants et les objectifs de développement durable dans les pays riches. UNICEF. 2017.
5. Institut de la statistique du Québec. Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. 2018
6. La transition au secondaire et l'incidence de mesures de soutien sur la motivation, l'adaptation psychosociale et les apprentissages des élèves. Rapport de recherche 2012.
7. Centre d'étude sur le stress humain. Vos enfants se font-ils du CINÉ avec la rentrée? 2008.
8. Institut national de santé publique: avis scientifique sur les interventions efficaces en promotion de la santé mentale et en prévention des troubles mentaux. 2008.
9. Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie. Conditions d'efficacité des interventions de promotion et de prévention en contexte scolaire. 2011
10. Guide pour soutenir une transition scolaire de qualité vers le secondaire (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport) 2012.