

CONSULTATION SUR L'ORGANISATION DES SERVICES DE SANTÉ MENTALE : PROPOSITION POUR LES JEUNES MONTRÉLAIS

DIRECTION RÉGIONALE DE SANTÉ PUBLIQUE DU CIUSSS DU CENTRE-SUD DE L'ÎLE DE MONTRÉAL

Juin 2019

Une réalisation de la Direction régionale de santé publique
CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3
Téléphone : 514 528-2400
Site Web <https://santemontreal.qc.ca/professionnels/drsp/publications/>

Coordination

Cat Tuong Nguyen et Nathalie Ratté

Rédaction

Isabelle Denoncourt
Danièle Dorval
Andrée Gilbert
Nancy Haley
Cat Tuong Nguyen
Camille Poirier-Veilleux
Nathalie Ratté
Pierre H. Tremblay

Relecture

Monique Messier

Mise en page et graphisme

Lucie Roy-Mustillo
Anne Théorêt

Ce document est disponible en ligne à la section documentation
du site Web : www.ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca

© Gouvernement du Québec, 2019

ISBN 978-2-550-84890-5 (En ligne)

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2019

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2019

MOT DE LA DIRECTRICE

La santé mentale est l'une des assises sur lesquelles nos jeunes doivent pouvoir compter au cours de leur développement et qui aura un impact tout au long de leur vie, sur le plan individuel et collectif.

Encore aujourd'hui, la santé mentale est trop souvent envisagée sous l'angle des troubles mentaux. Cette conception limitée a pour conséquence, entre autres, de miser principalement sur une approche curative, axée essentiellement sur les déficits individuels. Promouvoir une vision globale de la santé mentale, qui comprend sa dimension positive et va au-delà de l'absence de maladie, est au cœur des préoccupations de la santé publique.

En tant que directrice régionale de santé publique de Montréal, j'ai pour mandat de connaître l'état de santé général de ma population et d'assurer une expertise en prévention et en promotion de la santé. Parce que se sentir bien est aussi important que de ne pas être malade, j'ai le plaisir de vous transmettre cette proposition qui met en relief l'importance d'intervenir en amont pour améliorer la santé mentale de tous les jeunes.

Déployer des interventions efficaces et mettre en place les conditions gagnantes pour y arriver sont l'affaire de tous : écoles, familles, communautés. Les recommandations présentées dans les pages qui suivent traduisent la nécessité de travailler en collaboration et en complémentarité pour soutenir nos jeunes dans leur développement et leur offrir des milieux propices à leur épanouissement.

La directrice régionale de santé publique,

Mylène Drouin, M.D.

MISE EN CONTEXTE

La santé mentale des jeunes montréalais : quelques chiffres

Les défis liés aux problématiques de santé mentale chez les jeunes sont bien réels et les données disponibles indiquent un problème important qui tend à prendre de l'ampleur chez les 12 à 24 ans.

- À Montréal, en 6^e année du primaire, 6 % des élèves ont reçu un diagnostic de troubles anxieux (TOPO 2017) et 6 % ont vécu de la cyberintimidation. Par ailleurs, un jeune sur trois (32 %) estime être moyennement ou peu satisfait de sa vie.
- Chez les jeunes des écoles secondaires de Montréal, la proportion qui présente un indice de détresse psychologique élevé s'est accrue en 5 ans, passant de 23 % à 32 %, tandis que la proportion ayant reçu un diagnostic d'anxiété est passée de 8 % à 14 %, notamment en 5^e secondaire où 17 % ont reçu ce type de diagnostic.
- Au secondaire, moins de la moitié des jeunes (45 %) ont une santé mentale florissante, c'est-à-dire qu'ils s'estiment heureux, satisfaits de leur vie et fonctionnent bien au quotidien. Or la santé mentale est liée à la réussite éducative. Les élèves du secondaire à Montréal sont près de trois fois plus nombreux à avoir un risque élevé de décrochage scolaire lorsqu'ils ont une moins bonne perception de leur santé mentale (25 %) comparativement à ceux qui s'estiment en meilleure santé mentale (10 %) (EQSJS, 2010-2011 et 2016-2017).
- Une autre enquête, l'EQSP 2014-2015, montre également une augmentation de la proportion de jeunes adultes montréalais présentant un indice élevé à l'échelle de détresse psychologique. En effet, cette proportion, qui a été estimée à 25 % en 2008 chez les 18-24 ans, atteint 37 % en 2014-2015.

Les enjeux généraux concernant la santé mentale des jeunes

La Direction régionale de santé publique du CIUSSS-CSMTL est d'avis que :

- La santé mentale est encore trop souvent envisagée sous l'angle des troubles mentaux. Cette conception limitée a pour conséquence, entre autres, de miser principalement sur une approche curative, axée essentiellement sur les déficits individuels.
- Les mesures pour favoriser le bien-être psychologique reposent trop souvent uniquement sur des interventions de développement des compétences individuelles (augmenter sa capacité à gérer son stress, ses habiletés de résolution de problème, etc.), sans inclure en complément des mesures qui ciblent l'environnement (famille, école, milieu de travail, société) et favorisent le mieux-être psychologique (le soutien aux parents, le soutien à l'engagement communautaire, la mobilisation des écoles pour devenir un milieu de vie dont le bien-être psychologique des élèves est prioritaire, de même que la réduction des inégalités, de la violence et de la discrimination).
- Il y a un manque criant de financement en prévention et en promotion de la santé mentale : on intervient davantage lorsque les problèmes sont manifestes, importants et bien installés (tiré de ASCM 2019), plutôt qu'en amont où des interventions efficaces pourraient être réalisées.
- La santé mentale des jeunes est influencée par une multitude de déterminants et repose sur les initiatives de plusieurs ministères, réseaux et acteurs. Les multiples acteurs n'ont pas toujours des rôles et des mandats clairement définis en matière de santé mentale et ne possèdent pas nécessairement de lieux d'échanges pour la concertation et la coordination. Cette situation peut provoquer une confusion dans les interventions offertes et les responsabilités respectives des organisations ainsi que des ruptures de trajectoire pour les jeunes et leur famille.
- Dans plusieurs milieux, la méconnaissance chez les intervenants de l'offre de services en santé mentale nuit à une prise en charge optimale.

QUESTIONS DE LA CONSULTATION

1. Les enjeux spécifiques liés aux services offerts par le réseau de la santé et des services sociaux (en termes d'accessibilité, de continuité et de qualité, et de pertinence des services)

La Direction régionale de santé publique du CIUSSS-CSMTL est d'avis que :

- Actuellement, les jeunes rencontrent des difficultés à obtenir des services adéquats (le bon service), à l'intérieur de délais raisonnables (au bon moment) et dans un lieu qui leur est accessible, accueillant et non stigmatisant (au bon endroit) :
 - La consultation en pédopsychiatrie est un exemple de faible accessibilité. Il est difficile d'obtenir une consultation avec un pédopsychiatre ailleurs que dans un hôpital. Il y a peu de psychiatres ou de médecins avec une formation en santé mentale qui travaillent dans la communauté au sein d'une équipe multidisciplinaire.
 - En ce qui concerne les services de type clinique jeunesse, une plus grande diversité d'expertises dans ces cliniques permettrait de répondre aux souhaits des jeunes de pouvoir consulter (information, conseils ou soins) sur une multitude de sujets autres que la santé sexuelle.
 - Les services offerts aux jeunes ne sont pas toujours adaptés (le bon service) à la réalité des jeunes. Par exemple, lorsqu'il y a comorbidité des problèmes de santé mentale et des problèmes reliés à la consommation problématique de substances, cela ne devrait pas constituer une barrière à l'obtention de services adéquats.
 - Ainsi, possiblement pour toutes ces raisons, même lorsqu'ils existent, un grand nombre de jeunes n'utilisent pas les services d'aide disponibles et préfèrent utiliser le soutien informel.
- La continuité est également problématique, car les services sont fragmentés à différents niveaux :
 - La promotion de la santé mentale est souvent traitée distinctement du reste du continuum de services (prévention et curatif).
 - Lors de la transition à la vie adulte, il y a souvent un délai et même une rupture de services. Les services sont offerts par différentes équipes et différentes organisations, ce qui crée beaucoup de discontinuité et fait en sorte que les jeunes et leur famille peuvent se retrouver sans service à certains moments de leur parcours.
- Sur le plan de la qualité, trois aspects peuvent être soulevés :
 - On remarque que les services offerts aux jeunes n'impliquent pas suffisamment ou assez activement la famille et les proches.
 - Le réseau de la santé n'offre pas assez de soutien aux éducateurs, aux soignants et aux proches aidants des jeunes qui vivent avec des problèmes de santé mentale.
 - Il y a peu d'évaluation des retombées des différentes politiques publiques et autres interventions de promotion de la santé mentale et de prévention des troubles mentaux, ce qui limite notre capacité à déterminer les interventions les plus efficaces.

2. Les enjeux spécifiques liés aux services offerts par les partenaires du réseau de la santé et des services sociaux (du milieu communautaire, partenaires intersectoriels – justice, éducation, emploi, etc.)

La Direction régionale de santé publique du CIUSSS-CSMTL soutient que :

- On observe parfois un manque de concordance entre ce que les acteurs d'un réseau, la famille et les professionnels de la santé mentale considèrent comme « normal/approprié pour le stade de développement ». Ainsi, dans plusieurs milieux, notamment scolaire et communautaire, certaines personnes clés (ex. : enseignants et intervenants de proximité) manquent de connaissances en santé mentale des jeunes. De plus, l'accès à l'information dans ce domaine est insuffisant (sensibilisation, formation continue, outils, soutien, etc.).
- Dans plusieurs milieux, les problèmes de santé mentale sont encore associés à de fausses croyances et à des stéréotypes. Les jeunes qui présentent des problèmes de santé mentale sont souvent stigmatisés. La discrimination qui peut en découler limite les opportunités d'éducation, de travail et d'intégration sociale.
- Dans le milieu scolaire, bien qu'il s'agisse d'un lieu propice à la promotion de la santé mentale et à la prévention des troubles mentaux, peu de conditions favorables sont en place pour une mise en œuvre d'interventions efficaces et pour que l'école agisse réellement comme un facteur de protection de la santé mentale.
 - Par exemple, les enseignants manquent de soutien, les ressources se font rares, la connaissance des services en santé mentale (corridor de services) est limitée. Aussi, plusieurs services en santé mentale pour les jeunes se trouvent à l'extérieur du milieu scolaire, un milieu qui est pourtant naturel et non stigmatisant pour eux.

3. À la lumière des enjeux et des défis soulevés précédemment, voici les recommandations/pistes d'action possibles pour améliorer l'offre de services de santé mentale pour les jeunes

La Direction régionale de santé publique du CIUSSS-CSMTL propose de :

- Promouvoir une vision plus globale de la santé mentale, qui comprend sa dimension positive et va au-delà de l'absence de maladie – notamment en inscrivant des orientations claires (au PASM et au PNSP) et en précisant les rôles et responsabilités des acteurs des différents réseaux en lien avec la promotion et la prévention en santé mentale.
- Augmenter le financement et le déploiement de mesures efficaces de prévention et de promotion de la santé mentale des jeunes telles que :
 - Intervenir pour augmenter la littératie en santé mentale chez les jeunes, les adultes qui les côtoient, les intervenants et la population en générale, afin de contribuer, entre autres, à une diminution de la stigmatisation et de la discrimination.
 - Intensifier les interventions lors des périodes de transition qui peuvent fragiliser les jeunes (entrée à l'école, passage au secondaire, passage au cégep, transition vers la vie adulte).
 - Améliorer l'accessibilité des groupes vulnérables (ex. : les jeunes issues de milieux défavorisés, les nouveaux arrivants, les jeunes en Centre jeunesse) aux interventions de promotion et prévention.
 - Assurer le dépistage et l'intervention précoce auprès des jeunes qui présentent des facteurs de risque au regard de leurs comportements ou de leur intégration, avant que la détresse et les problèmes de santé mentale s'installent. Ex. : le programme *Preventure*.

- Mettre en place des réseaux de services intégrés jeunesse permettant d’allier des services de santé physique, de santé mentale, de santé sexuelle et de services sociaux (emploi, éducation, logement). Ex. : l’initiative « Aire Ouverte ».
 - Soutenir les infrastructures sociales qui favorisent les saines habitudes de vie, l’inclusion sociale, l’élimination de la violence et de la discrimination ainsi que l’égalité des chances du point de vue économique.
 - Maintenir des espaces de concertation jeunesse, réserver une place aux jeunes dans les lieux de prise de décisions et les outiller pour qu’ils puissent jouer pleinement leur rôle.
 - Soutenir les initiatives ayant démontré leur efficacité à impliquer et à outiller les parents et les familles. Ex. : le programme *Preventure*.
- Promouvoir la santé mentale positive en contexte scolaire :
- Favoriser le déploiement à grande échelle d’interventions visant le développement socioémotionnel des jeunes. Ex. : Passeport : s’équiper pour la vie, Hardis, KIVa.
 - Privilégier la mise en place d’interventions qui, en plus d’avoir une composante individuelle (gestion du stress, résolution de problème, recherche d’aide, etc.), comportent des interventions qui visent à créer des environnements favorables (offre d’aliments sains, accès à des activités physiques et de loisirs adaptées aux jeunes, programme de soutien par les pairs, accompagnement lors des transitions scolaires, etc.).
 - Introduire les notions de promotion et de prévention en santé mentale dans le curriculum de formation des nouveaux enseignants et offrir de la formation continue aux professionnels de l’éducation déjà en place.
 - Soutenir, dès la fin du primaire, le développement d’une culture de l’engagement chez les jeunes qui valorise toutes leurs sphères d’activité, qu’elles soient politiques, culturelles, sportives, scientifiques ou sociales.
- Acquérir des connaissances en promotion et prévention de la santé mentale, notamment :
- Mieux comprendre les causes de la tendance à la hausse des problèmes de santé mentale chez les jeunes observée ces dernières années.
 - Mesurer les impacts des programmes et des politiques publiques en matière de santé mentale.

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal**

Québec

