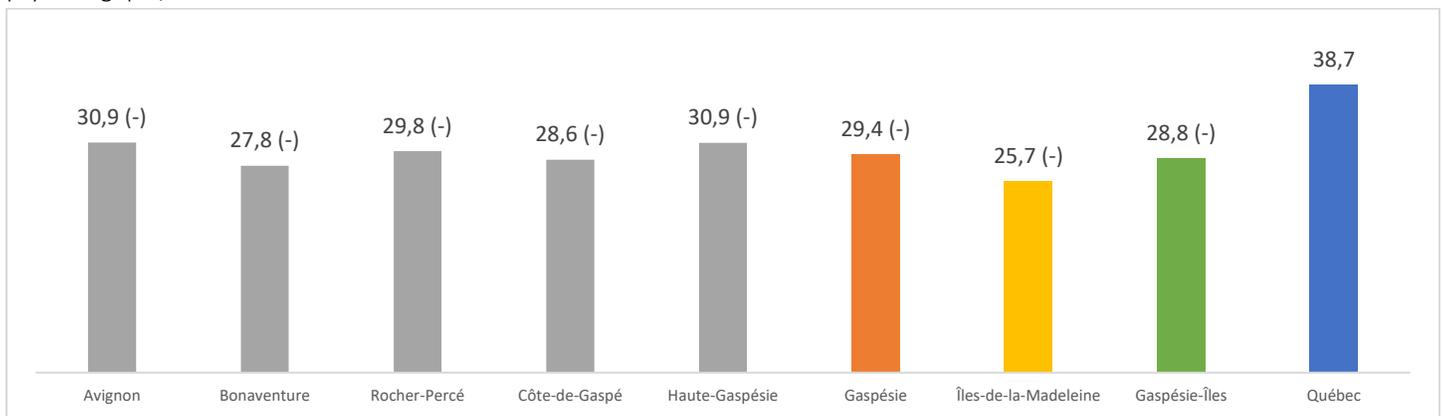


# La détresse psychologique

En 2020-2021, **29 %** de la population de 15 ans et plus en Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine se situe au niveau élevé de l'échelle de détresse psychologique, une proportion plus faible que celle du Québec

« On définit la détresse psychologique comme le résultat d'un ensemble d'émotions négatives ressenties par les individus qui, lorsqu'elles se présentent avec persistance, peuvent donner lieu à des syndromes de dépression et d'anxiété. Un indice de détresse psychologique constitue donc une mesure non spécifique de l'état de santé mentale d'une population, pouvant être utile quand peu de données sur la santé mentale sont disponibles (Camirand et Nanhou, 2008). » (tirée de la Fiche indicateur, Infocentre de santé publique, 2023, page 1).

**Figure 1 :** Proportion (en %) de la population de 15 ans et plus se situant au niveau élevé sur l'échelle de détresse psychologique, 2020-2021



Note : MRC de résidence pour Avignon et Bonaventure et RLS pour les autres territoires locaux.

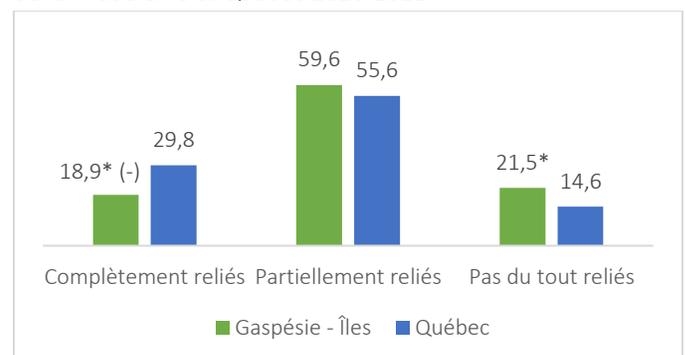
## Comparaison avec le Québec

Selon de l'Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021 (EQSP), environ 29 % des personnes de 15 ans et plus dans la région se situent au niveau élevé de l'échelle de détresse psychologique (figure 1). Il s'agit d'une proportion significativement plus faible qu'au Québec (39 %), un écart qui demeure vrai lorsqu'on élimine l'influence de l'âge (proportions ajustées : 32 % contre 39 %) (données ajustées non illustrées). Ce constat en faveur de la région, qui avait aussi été observé en 2014-2015, s'observe en 2020-2021 peu importe le genre et s'applique également aux personnes âgées de 45 ans et plus (tableau 1). À l'échelle locale, tous les territoires de résidence présentent une proportion plus faible que le reste du Québec.

## Lien entre la pandémie et les sentiments associés à la détresse psychologique

Selon l'EQSP 2020-2021, au Québec, parmi la population se situant au niveau élevé de l'échelle de détresse psychologique, une majorité attribue partiellement ou complètement ces sentiments à la pandémie (56 % partiellement reliés et 30 % complètement reliés) (figure 2). Dans la région de la Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine, 19 %\* de la population se situant au niveau élevé sur l'échelle de détresse psychologique attribue complètement ces sentiments à la pandémie, une proportion plus faible que celle du Québec (30 %). Aussi, 60 % de ces personnes attribuent partiellement ces sentiments à la pandémie et 21 % indiquent que leurs sentiments de détresse ne sont pas du tout reliés (figure 2).

**Figure 2 :** Répartition de la population se situant à un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique selon le lien entre leurs sentiments et la pandémie de COVID-19, Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine et Québec 2020-2021



**Tableau 1 :** Proportion (en %) de la population de 15 ans et plus se situant au niveau élevé sur l'échelle de détresse psychologique, 2020-2021

	Gaspésie -Îles	Québec
<b>Genre</b>		
Hommes <sup>a</sup>	24,8 (-)	34,2
Femmes <sup>a</sup>	32,8 (-)	43,2
<b>Âge</b>		
15-24 ans <sup>a</sup>	52,6	57,6
25-44 ans <sup>a</sup>	41,8	46,4
45-64 ans <sup>a</sup>	24,8 (-)	33,0
65 ans et plus <sup>a</sup>	17,6 (-)	25,7
<b>Revenu des ménages</b>		
Faible revenu	30,1	44,6
Revenu moyen-faible	28,2	38,5
Revenu moyen-élevé	29,3	36,3
Revenu élevé	26,7	34,8
<b>Niveau de scolarité</b>		
Inférieur au DES	26,7	38,0
Diplôme d'études secondaires(DES)	25,8	38,5
Diplôme d'études collégiales	32,1	40,2
Diplôme d'études universitaires	31,0	37,9
<b>Langue parlée à la maison</b>		
Français	29,3	38,5
Anglais	23,4*	40,3
Autre langue		39,2
<b>TOTAL</b>	<b>28,8 (-)</b>	<b>38,7</b>

Aucun test n'a été fait pour comparer la région et le Québec selon le revenu du ménage, le niveau de scolarité et la langue le plus souvent parlée à la maison.

Dans la région, les catégories « Anglais » et « Autre langue » ont été rassemblées en une seule catégorie.

### Évolution entre 2014-2015<sup>1</sup> et 2020-2021

Au Québec, la proportion de personnes se situant au niveau élevé de l'échelle de détresse psychologique a connu une hausse entre 2014-2015 et 2020-2021 en passant de 32 % à 39 % (données non illustrés). Bien que non significative sur le plan statistique, une tendance semblable est observée dans la région (26 % en 2014-2015 et 29 % en 2020-2021) (figure 3). En outre, on observe une hausse significative lorsque nous contrôlons l'effet de l'âge (proportions ajustées : 28 % en 2014-2015 et 32 % en 2020-2021 dans la région) (données ajustées non illustrées).

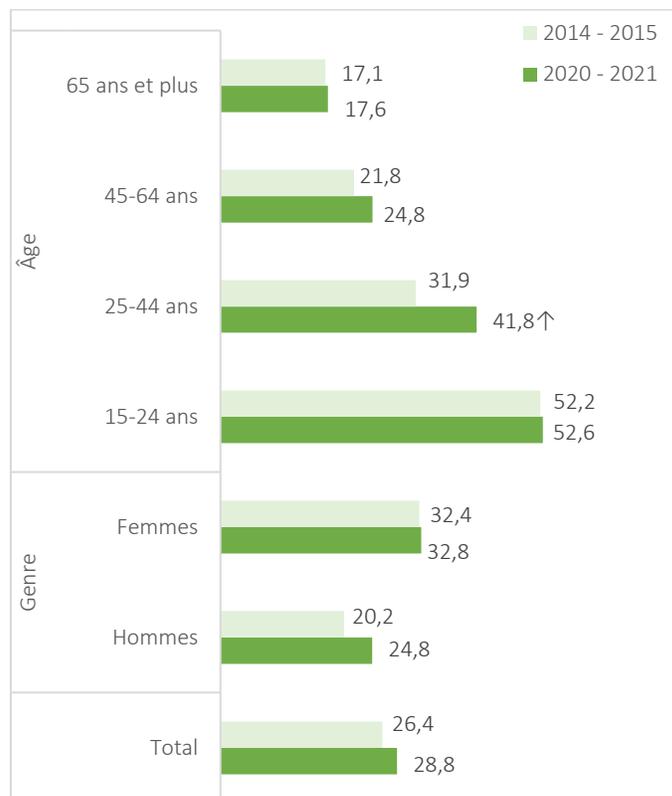
Lorsqu'on analyse la situation en fonction de l'âge, on remarque que chez les 25 à 44 ans, la proportion de personnes se situant au niveau élevé de l'échelle de détresse psychologique a connu une hausse significative : elle est passée de 32 % en 2014-2015 à 42 % en 2020-2021 (figure 3).

### Groupes plus nombreux à se situer à un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique

Dans la région, comme au Québec, les femmes sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à se situer au niveau élevé sur l'échelle de détresse psychologique (tableau 1). De plus, on constate chez les jeunes de 15-24 ans, une proportion plus élevée de personnes présentant un tel niveau de détresse psychologique (53 %) en comparaison aux autres groupes d'âge (tableau 1). Ainsi, la proportion diminue graduellement avec l'avancement en âge.

Finalement, dans la région, les données de l'enquête ne permettent pas de déceler de liens entre d'une part, un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique et d'autre part, le niveau de revenu du ménage et le niveau de scolarité. Au Québec, les personnes habitant dans des ménages à faible revenu sont par contre plus susceptibles de se situer au niveau élevé de l'échelle.

**Figure 3 :** Proportion (en %) de la population de 15 ans et plus se situant au niveau élevé sur l'échelle de détresse psychologique selon le genre et l'âge, Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, 2014-2015<sup>1</sup> et 2020-2021



## Échelle de détresse psychologique

Dans l'EQSP, la détresse psychologique est mesurée à partir de l'échelle de Kessler (Camirand et autres, 2023). Il s'agit d'une échelle permettant d'identifier, dans une population, les personnes qui sont les plus à risque d'être atteintes de certains troubles mentaux tels que la dépression et l'anxiété. Les six questions composant l'échelle sont :

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence vous êtes-vous senti(e) :

- 1)...nerveux (nerveuse)?
- 2)...désespéré(e)?
- 3)...agité(e) ou incapable de tenir en place?
- 4)...si déprimé(e) que plus rien ne pouvait vous faire sourire?
- 5)...à quelle fréquence avez-vous senti que tout était un effort (à ce point fatigué(e) que tout est un effort)?
- 6)...bon(ne) à rien?

Les catégories de réponse pour ces questions sont « Tout le temps », « La plupart du temps », « Parfois », « Rarement » et « Jamais ». Les scores accordés à chacune des catégories de réponse sont les suivants : 0 = « Jamais », 1 = « Rarement », 2 = « Parfois », 3 = « La plupart du temps », 4 = « Tout le temps ». Le score total de l'échelle est obtenu en faisant la somme des valeurs associées aux 6 questions et peut varier de 0 à 24.

<sup>1</sup> Les valeurs présentées pour 2014-2015 ne représentent pas les estimations officielles de l'édition de l'EQSP 2014-2015. L'indicateur étant affecté par le mode de collecte, les tests statistiques sont effectués avec les données du volet multimode seulement. Ceci permet d'analyser l'évolution du phénomène avec 2020-2021.

### Symboles :

<sup>a, b</sup> Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions d'une même colonne au seuil de 0,05 pour la région.

(-) Valeur significativement inférieure à celle du reste du Québec au seuil de 0,05.

↑ Proportion en 2020-2021 significativement supérieure à celle de 2014-2015, au seuil de 0,05.

**Source :** Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population* 2014-2015 et 2020-2021, données extraites de l'Infocentre de santé publique.

**Référence :** CAMIRAND, Hélène et autres (2023). *Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021*, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 328 p. <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-sante-population-2020-2021.pdf>

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Gaspésie

Québec 

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Îles

Québec 

### Rédaction et interprétation :

Lisa-Marie Jalbert, agente de planification,  
programmation, recherche

### Révision :

Ariane Courville, médecin-conseil  
Nathalie Dubé, agente de recherche  
contractuelle

### Révision orthographique :

Julie Dubé, agente administrative

### Production et diffusion :

Direction de santé publique  
Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine  
144, boulevard Gaspé  
Gaspé (Québec) G4X 1A9