

Résultats du sondage sur la prévention des blessures, la consommation de substances et la santé mentale

Santé publique Sudbury & Districts
2020



Public Health
Santé publique
SUDBURY & DISTRICTS

Résultats du sondage sur la prévention des blessures, la consommation de substances et la santé mentale

Santé publique Sudbury et districts a mené un sondage communautaire bilingue en ligne pour comprendre la façon dont la COVID-19 affecte et influence la santé mentale, la consommation de substances et la prévention des blessures. Le sondage a été mené et annoncé sur les médias sociaux pendant onze jours, soit du 2 au 13 juillet 2020. Les résultats de ce sondage sont utilisés par la santé publique pour guider la planification et la coordination des services.

Échantillon (profil du répondant)

- 564 personnes ont répondu au sondage
- 84% des répondants habitent le Grand Sudbury*
- 16 % ont signalé habiter dans les districts**
- 7% ont répondu au sondage en ligne en français
- 83% des répondants étaient des femmes
- 70% des répondants étaient âgés de 25 à 54 ans
- 34 % ont signalé avoir des enfants âgés de 4 à 15 ans vivant sous leur toit
- 68 % ont signalé avoir un emploi quand ils ont répondu au sondage
- 12 % ont signalé vivre seul
- 5 % se sont identifiés comme un membre de la communauté 2SLGBTQ+
- 6 % ont signalé vivre dans la pauvreté et (ou) en situation d'insécurité alimentaire
- 18 % ont signalé être atteints d'une maladie chronique (longue durée) (p. ex., asthme, diabète, cancer, arthrite)
- 3 % ont signalé vivre avec une incapacité physique, un trouble du développement ou une déficience sensorielle
- 26 % ont signalé vivre avec un trouble de santé mentale (p. ex., anxiété, dépression)

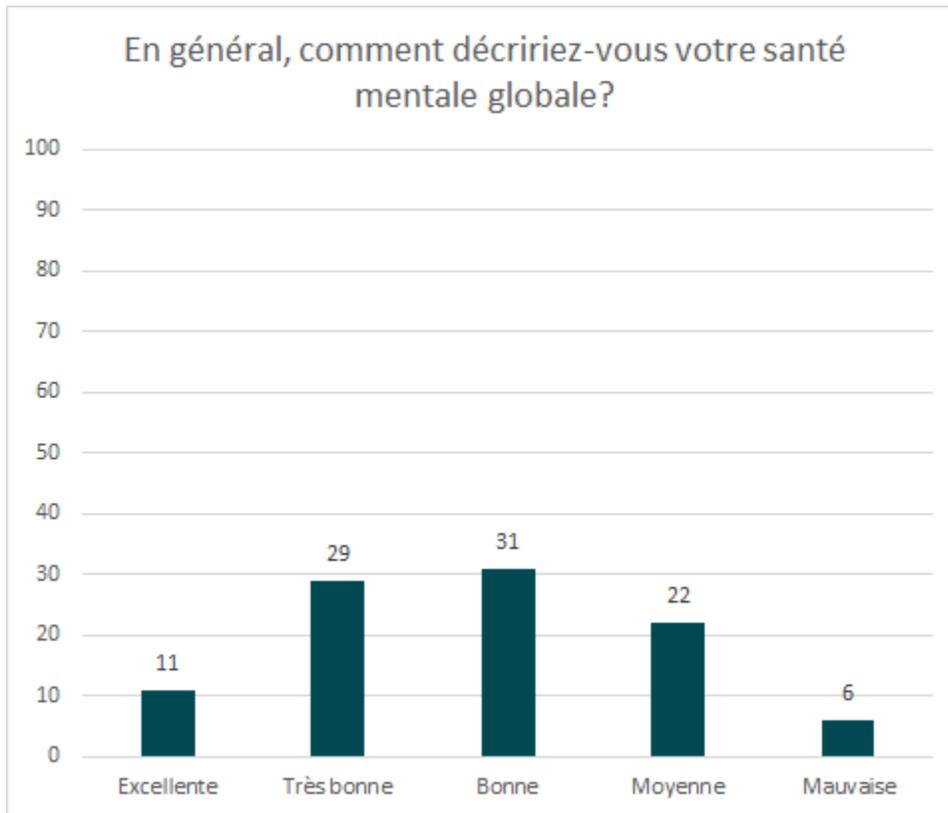
*Grand Sudbury inclut Capreol, Coniston, Falconbridge, Garson, Skead, Wahnapiatae, Walden, Lively, Azilda, Chelmsford, Valley East, Onaping Falls et Copper Cliff

**Les districts comprennent la région d'Espanola, de Chapleau, de Sudbury Est et l'Île Manitoulin

La santé mentale en général

Principales constatations:

- 71 % des répondants ont signalé avoir une santé mentale excellente, très bonne ou bonne

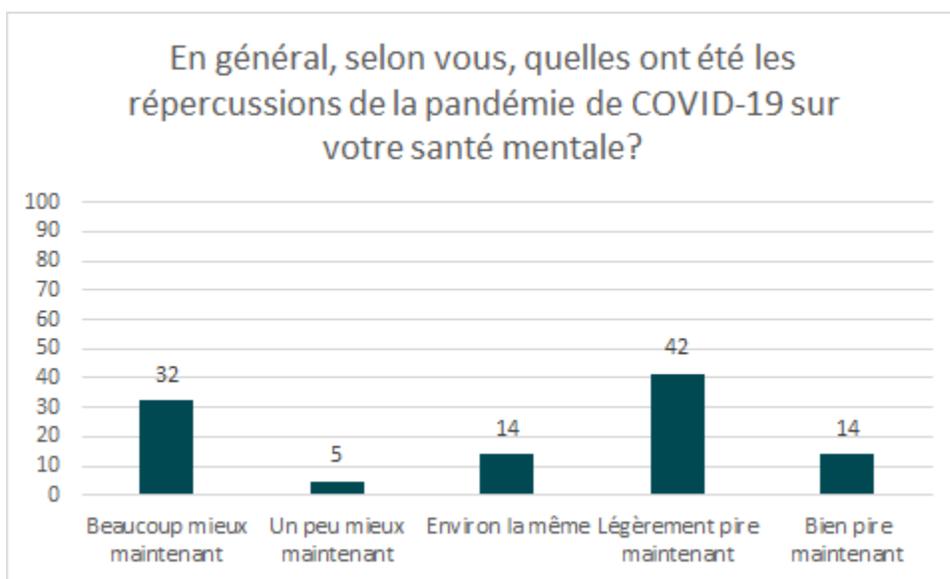


Santé mentale en générale	%
Excellente	11
Très bonne	29
Bonne	31
Moyenne	22
Mauvaise	6

L'impact de la COVID-19 sur la santé mentale

Principales constatations:

- 56 % des répondants ont signalé que leur santé mentale était « légèrement pire » ou « bien pire » à cause de la pandémie.
- 37 % de l'échantillon ont signalé que leur santé mentale était « beaucoup mieux » ou « un peu mieux » à cause de la pandémie.

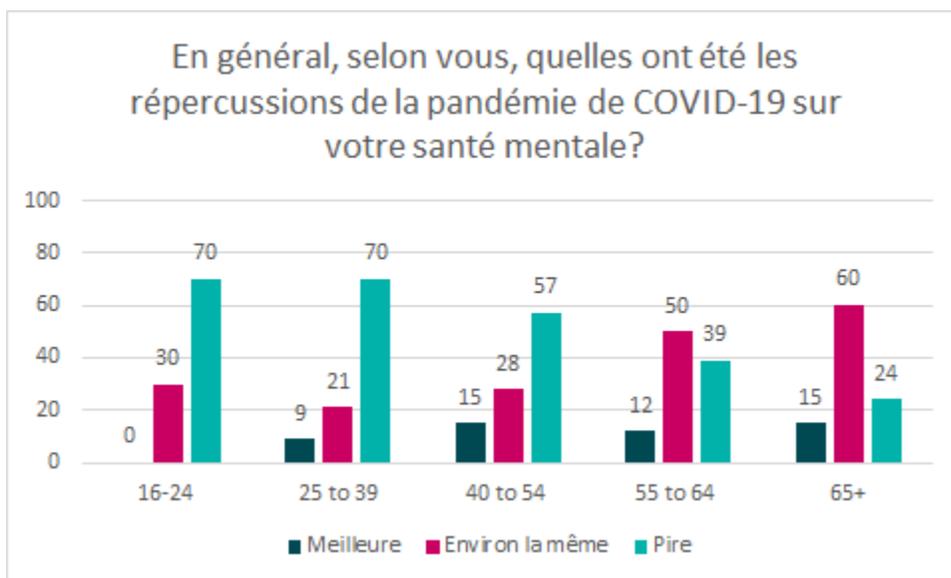


Impact de la COVID-19 sur la santé mentale	%
Beaucoup mieux maintenant	32
Un peu mieux maintenant	5
Environ la même	14
Légèrement pire maintenant	42
Bien pire maintenant	14

Impact de la COVID-19 sur la santé mentale par âge

Principales constatations:

- Aucun répondant âgé de 16 à 24 ans n’a signalé une meilleure santé mentale à cause de la pandémie.
- 70 % des répondants âgés de 16 à 39 ans ont signalé une santé mentale pire à cause de la pandémie.



Groupe d'âge	Impact de la COVID-19 sur la santé mentale	%
De 16 à 24 ans	Meilleure	0
	Environ la même	30
	Pire	70
De 25 à 39 ans	Meilleure	9
	Environ la même	21
	Pire	70

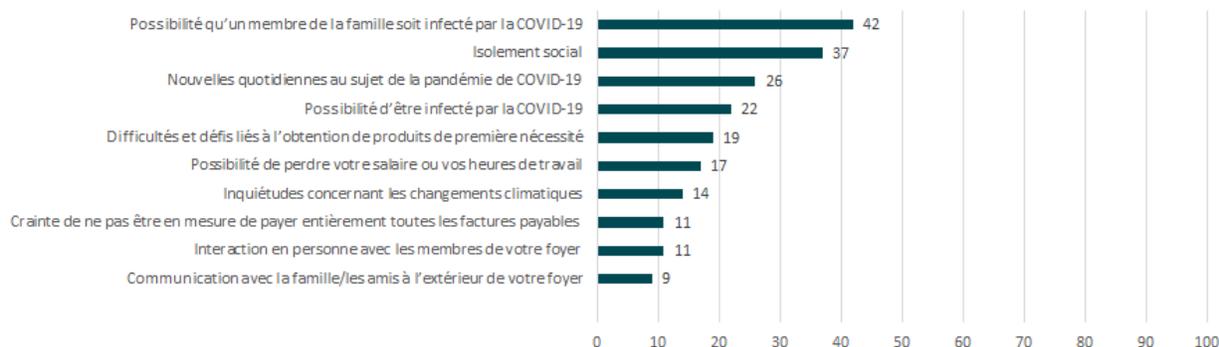
Groupe d'âge	Impact de la COVID-19 sur la santé mentale	%
De 40 à 54 ans	Meilleure	15
	Environ la même	28
	Pire	57
De 55 à 64 ans	Meilleure	12
	Environ la même	50
	Pire	39
65 ans et plus	Meilleure	15
	Environ la même	60
	Pire	24

Facteurs qui ont un impact majeur sur la santé mentale durant la pandémie de COVID-19

Principales constatations:

- Les trois principaux facteurs cernés comme ayant un impact majeur sur la santé mentale pendant la pandémie sont la possibilité qu'un membre de la famille contracte la COVID-19 (42 %), l'isolement social (37 %) et les nouvelles quotidiennes concernant la COVID-19 (26 %).
- Le facteur ayant le moins d'impact majeur sur la santé mentale pendant la pandémie était la communication avec la famille et (ou) les amis en dehors du foyer (9 %).

Durant l'actuelle pandémie de COVID-19, veuillez évaluer chacun des éléments suivants en fonction des répercussions qu'ils ont eues sur votre santé mentale: Pourcentage qui ont indiqué un impact majeur

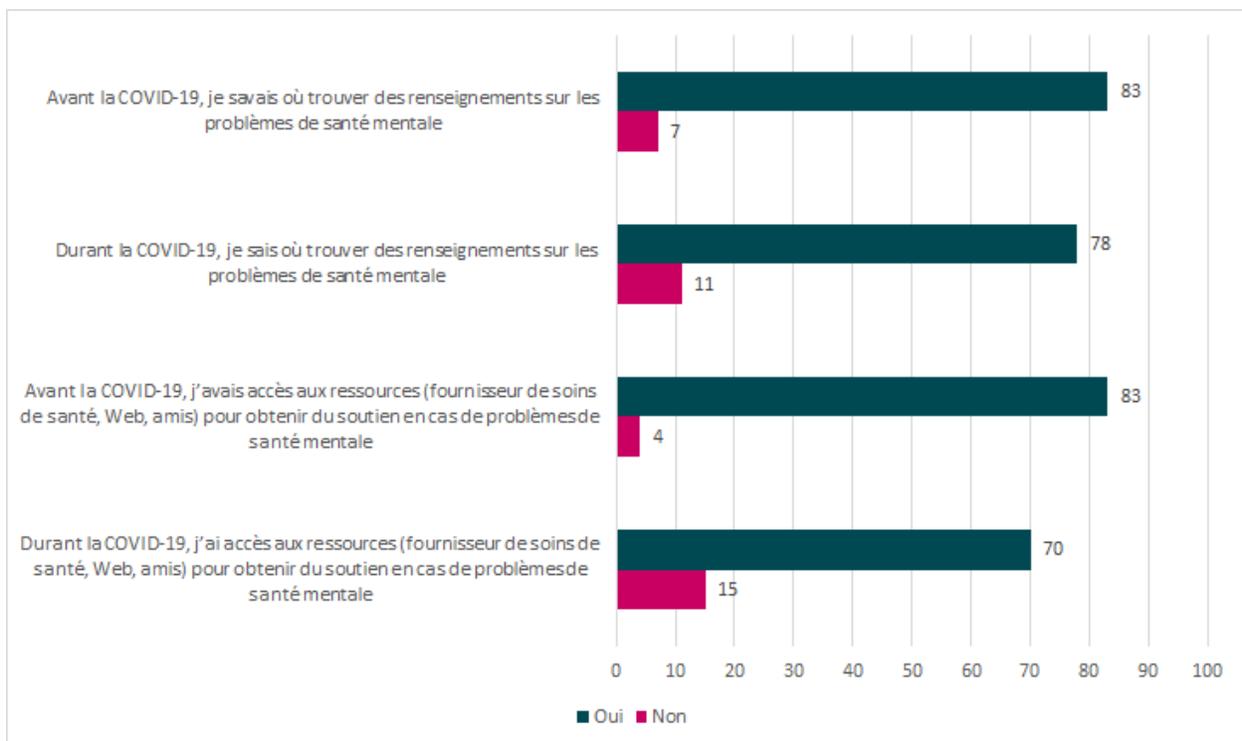


Facteurs qui ont un impact majeur sur la santé mentale durant la pandémie	%
Possibilité qu'un membre de la famille soit infecté par la COVID-19	42
Isolement social	37
Nouvelles quotidiennes au sujet de la pandémie de COVID-19	26
Possibilité d'être infecté par la COVID-19	22
Difficultés et défis liés à l'obtention de produits de première nécessité	19
Possibilité de perdre votre salaire ou vos heures de travail	17
Inquiétudes concernant les changements climatiques	14
Crainte de ne pas être en mesure de payer entièrement toutes les factures payables	11
Interaction en personne avec les membres de votre foyer	11
Communication avec la famille/les amis à l'extérieur de votre foyer	9

Accès aux soutiens en santé mentale

Principales constatations:

- Avant la pandémie de COVID-19, 83 % des répondants savaient où trouver des renseignements sur les problèmes de santé mentale et 83 % ont signalé avoir accès à des ressources de soutien pour les problèmes de santé mentale.
- Pendant la pandémie de COVID-19, 78 % des répondants savaient où trouver des renseignements sur les problèmes de santé mentale et 70 % ont signalé avoir accès à des ressources de soutien pour les problèmes de santé mentale.



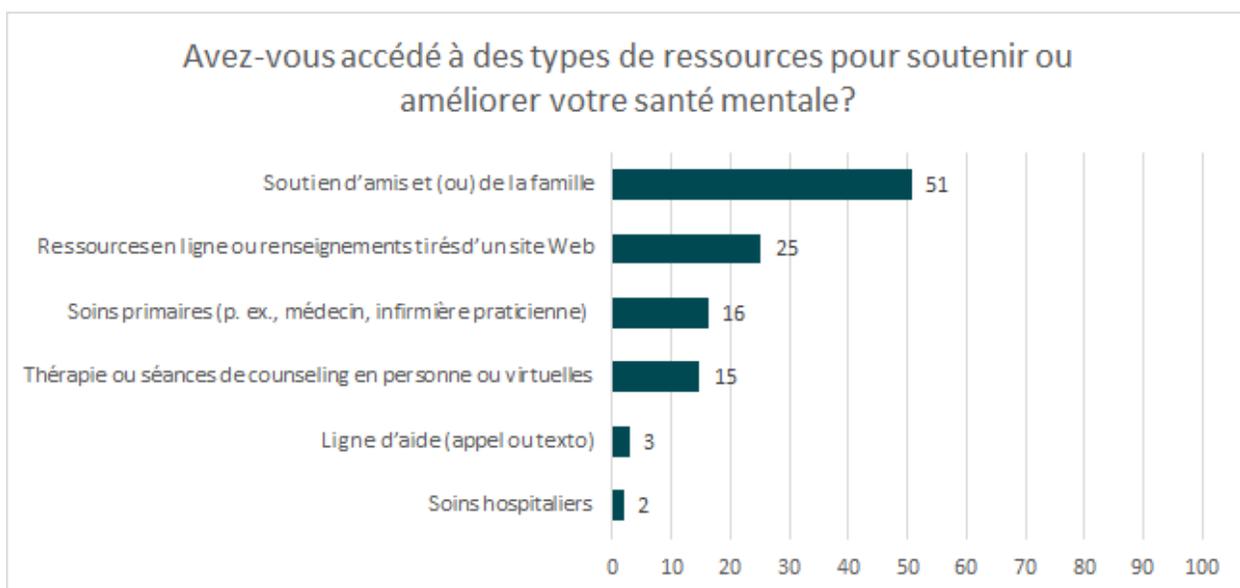
Accès aux soutiens en santé mentale	% Oui	% Non
Avant la COVID-19, je savais où trouver des renseignements sur les problèmes de santé mentale	83	7
Durant la COVID-19, je sais où trouver des renseignements sur les problèmes de santé mentale	78	11

Accès aux soutiens en santé mentale	% Oui	% Non
Avant la COVID-19, j'avais accès aux ressources (fournisseur de soins de santé, Web, amis) pour obtenir du soutien en cas de problèmes de santé mentale	83	4
Durant la COVID-19, j'ai accès aux ressources (fournisseur de soins de santé, Web, amis) pour obtenir du soutien en cas de problèmes de santé mentale	70	15

Types de ressources utilisées pour soutenir ou améliorer la santé mentale

Principales constatations:

- Le type de ressource principale auquel les répondants ont eu accès pour soutenir ou améliorer la santé mentale est le soutien d'amis et (ou) de la famille (51 %), suivi des ressources en ligne ou des renseignements tirés d'un site Web (24 %).
- Les types de ressources les moins citées par les répondants pour soutenir ou améliorer la santé mentale sont les appels ou les textos à une ligne d'aide (3 %) et à des soins hospitaliers (2 %).

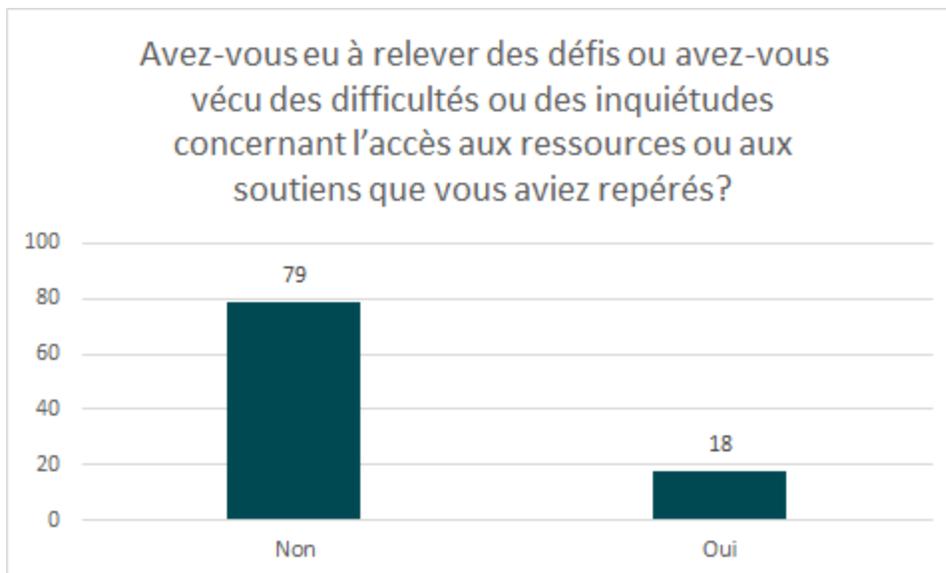


Ressources consultées pour soutenir ou améliorer la santé mentale	%
Soutien d'amis et (ou) de la famille	51
Ressources en ligne ou renseignements tirés d'un site Web	25
Soins primaires (p. ex., médecin, infirmière praticienne)	16
Thérapie ou séances de counseling en personne ou virtuelles	15
Ligne d'aide (appel ou texto)	3
Soins hospitaliers	2

Défis, difficultés ou préoccupations concernant l'accès aux ressources ou aux soutiens

Principales constatations:

- 18 % des répondants ont signalé avoir eu des défis, des difficultés ou des préoccupations concernant l'accès aux ressources ou aux soutiens.

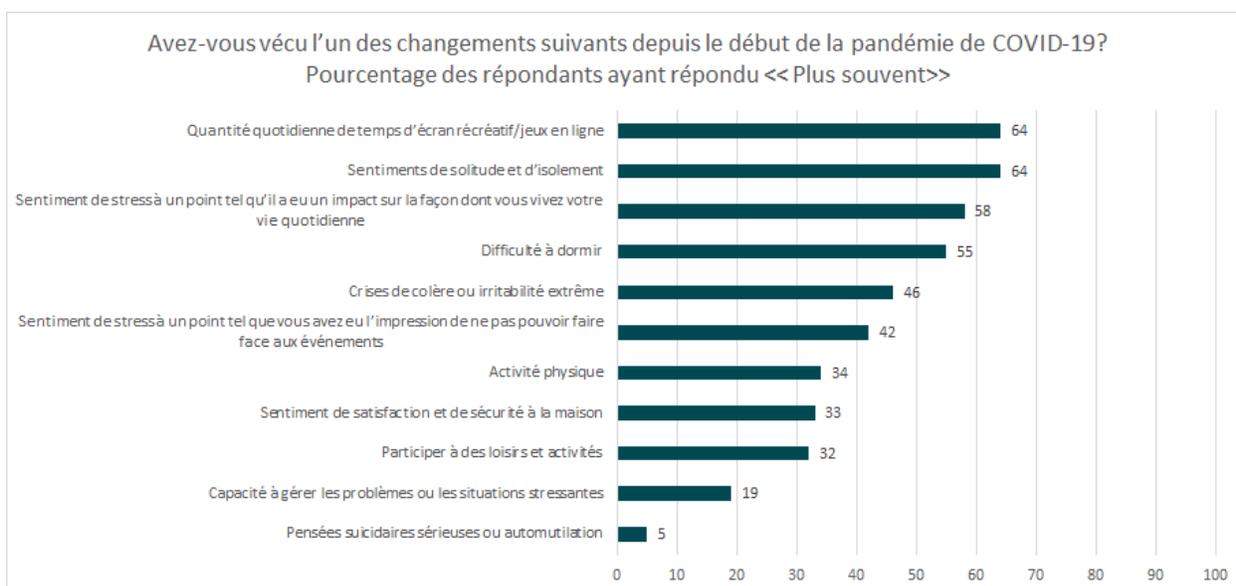


Défis, difficultés ou préoccupations concernant l'accès aux ressources ou aux soutiens	%
Non	79
Oui	18

Changements intervenus depuis le début de la pandémie de COVID-19

Principales constatations:

- 64 % des répondants ont signalé une augmentation du temps passé chaque jour devant un écran et (ou) des jeux en ligne et 64 % ont également fait état d'un sentiment accru de solitude ou d'isolement depuis le début de la pandémie.
- 34 % des répondants ont signalé une augmentation de l'activité physique et 32 % ont également fait état d'une participation accrue à des passe-temps et à des activités depuis le début de la pandémie.



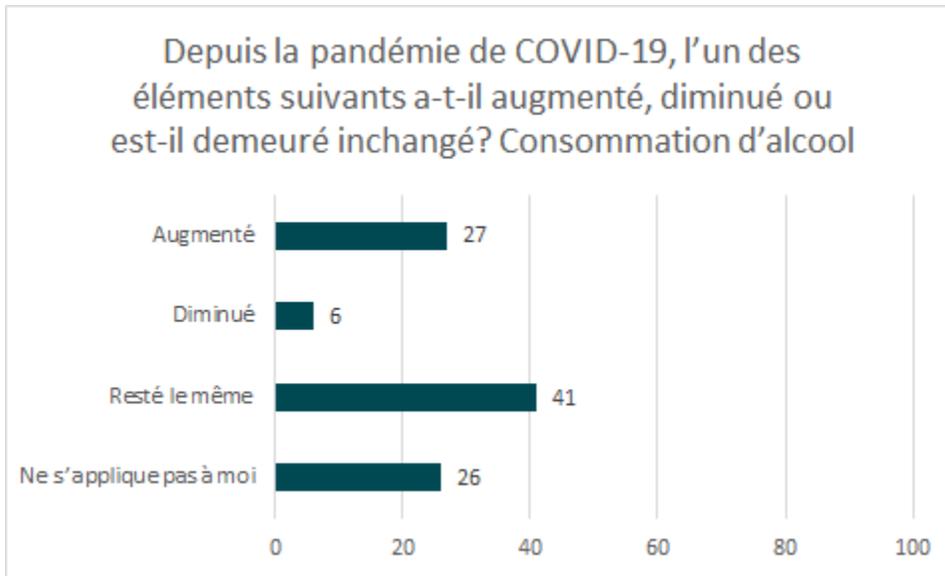
Changements intervenus depuis le début de la pandémie de COVID-19 : plus souvent	%
Quantité quotidienne de temps d'écran récréatif/jeux en ligne	64
Sentiments de solitude et d'isolement	64
Sentiment de stress à un point tel qu'il a eu un impact sur la façon dont vous vivez votre vie quotidienne	58
Difficulté à dormir	55
Crises de colère ou irritabilité extrême	46
Sentiment de stress à un point tel que vous avez eu l'impression de ne pas pouvoir faire face aux événements	42
Activité physique	34
Sentiment de satisfaction et de sécurité à la maison	33
Participer à des loisirs et activités	32
Capacité à gérer les problèmes ou les situations stressantes	19
Pensées suicidaires sérieuses ou automutilation	5

Consommation de substances et dépendances depuis la pandémie de COVID-19 - L'alcool

Principales constatations:

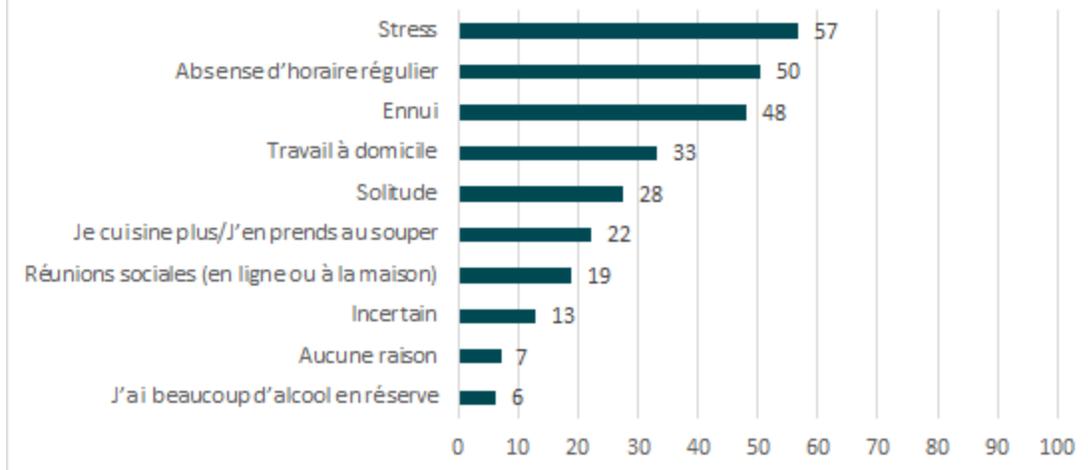
- 27% of respondents identified that their alcohol consumption increased since the pandemic; conversely, 6% identified that their alcohol consumption decreased since the pandemic.

- The primary reasons for increased alcohol consumption since the pandemic were reported by participants to include stress (57%), lack of regular schedule (50%) and boredom (48%).



Consommation d'alcool depuis la pandémie	%
Augmenté	27
Diminué	6
Resté le même	41
Ne s'applique pas à moi	26

Pourquoi votre consommation d'alcool a-t-elle augmenté?

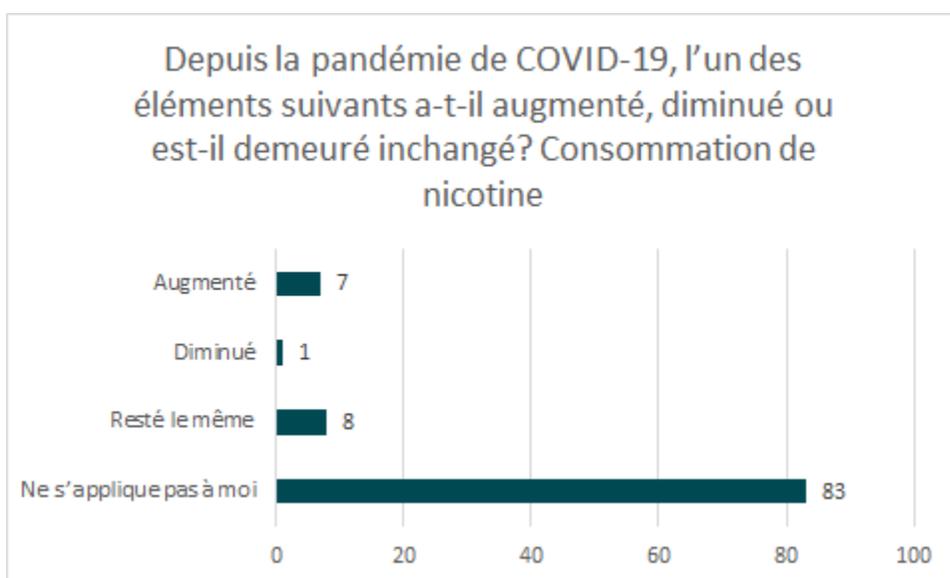


Raisons de l'augmentation de la consommation d'alcool	%
Stress	57
Absence d'horaire régulier	50
Ennui	48
Travail à domicile	33
Solitude	28
Je cuisine plus/J'en prends au souper	22
Réunions sociales (en ligne ou à la maison)	19
Incertain	13
Aucune raison	7
J'ai beaucoup d'alcool en réserve	6

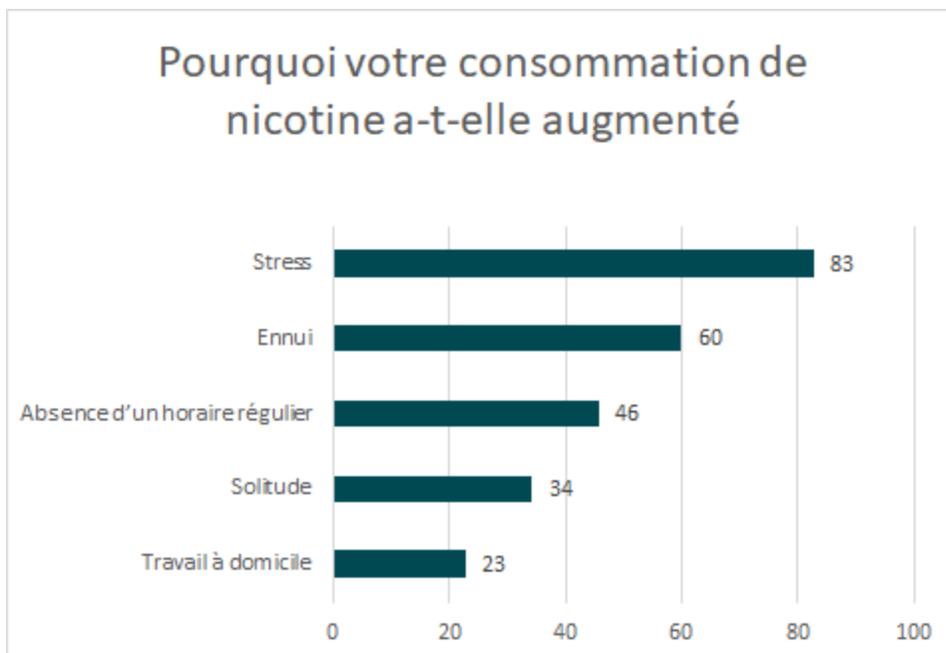
Nicotine

Principales constatations:

- 7 % des répondants ont signalé que leur consommation de nicotine avait augmenté depuis la pandémie; à l'inverse, 1 % ont signalé que leur consommation de nicotine avait diminué depuis la pandémie.
- Les principales raisons de l'augmentation de la consommation de nicotine depuis la pandémie sont les mêmes que celles mentionnées pour la consommation d'alcool : le stress (83 %), l'ennui (60 %) et le manque d'horaires réguliers (46 %).



Consommation de nicotine depuis la pandémie	%
Augmenté	7
Diminué	1
Resté le même	8
Ne s'applique pas à moi	83



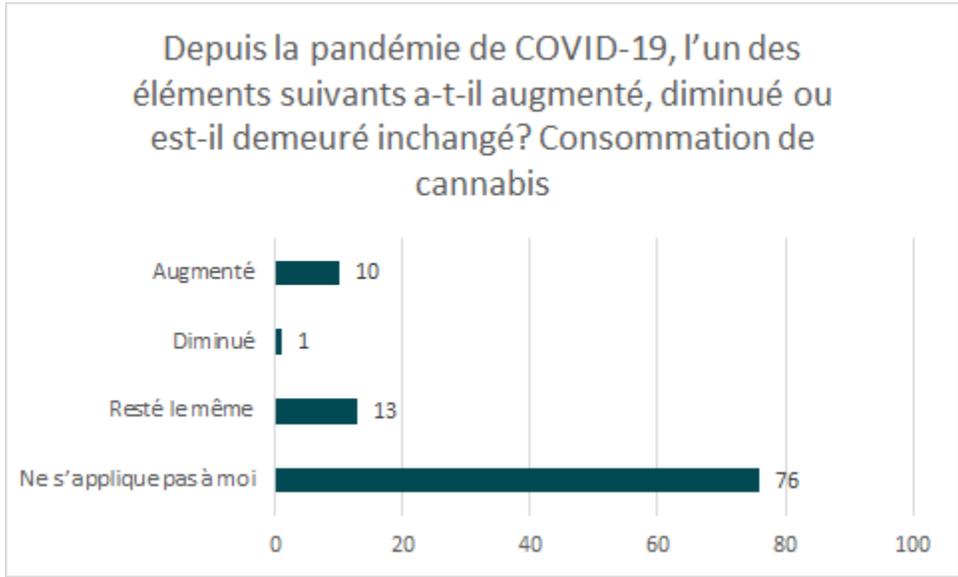
Raisons de l'augmentation de la consommation de nicotine	%
Stress	83
Ennui	60
Absence d'un horaire régulier	46
Solitude	34
Travail à domicile	23

Cannabis

Principales constatations:

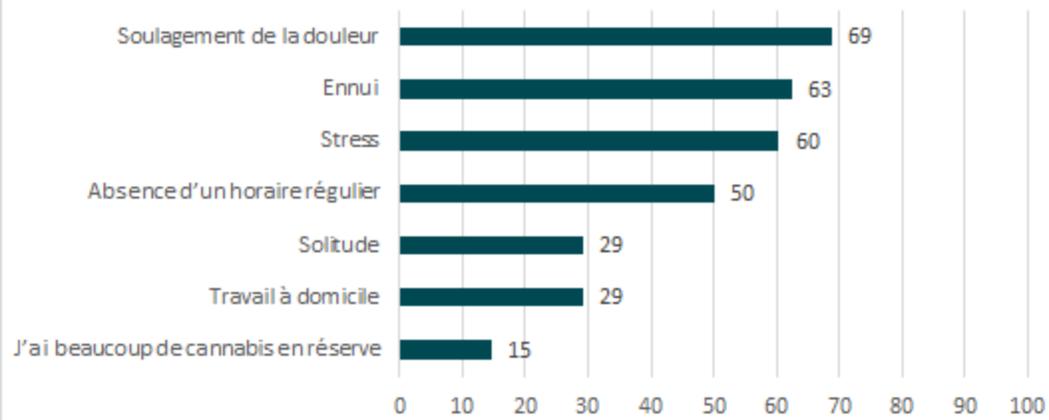
- 10% of respondents identified that their cannabis consumption increased since the pandemic; conversely, 1% identified that their cannabis consumption decreased since the pandemic.

- The primary reason for increased cannabis consumption since the pandemic was pain relief (69%), followed by the same as those reported for increased alcohol and nicotine consumption: boredom (63%), stress (60%) and lack of regular schedule (50%).



Consommation de cannabis depuis la pandémie	%
Augmenté	10
Diminué	1
Resté le même	13
Ne s'applique pas à moi	76

Pourquoi votre consommation de cannabis a-t-elle augmenté?

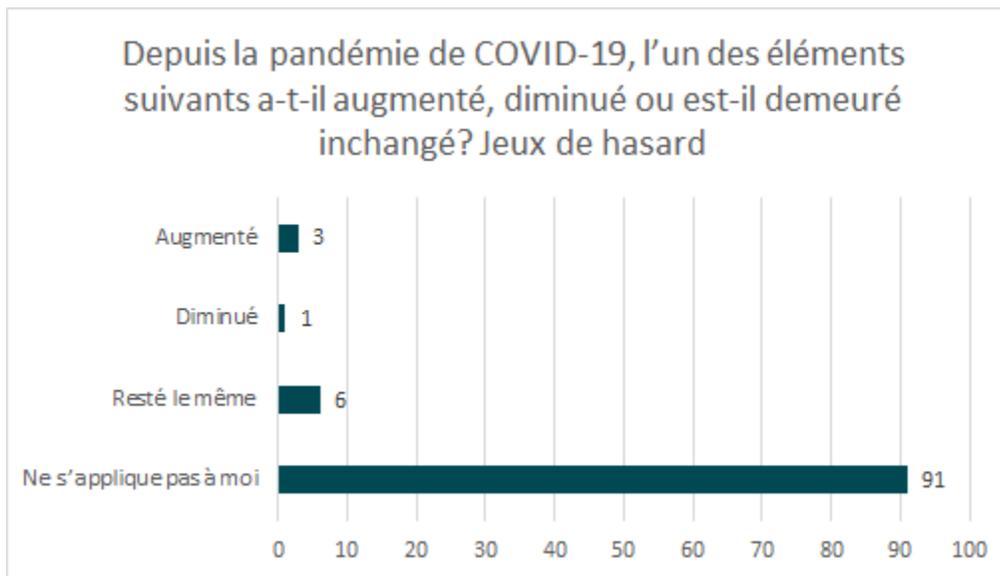


Raisons de l'augmentation de la consommation de cannabis	%
Soulagement de la douleur	69
Ennui	63
Stress	60
Absence d'un horaire régulier	50
Solitude	29
Travail à domicile	29
J'ai beaucoup de cannabis en réserve	15

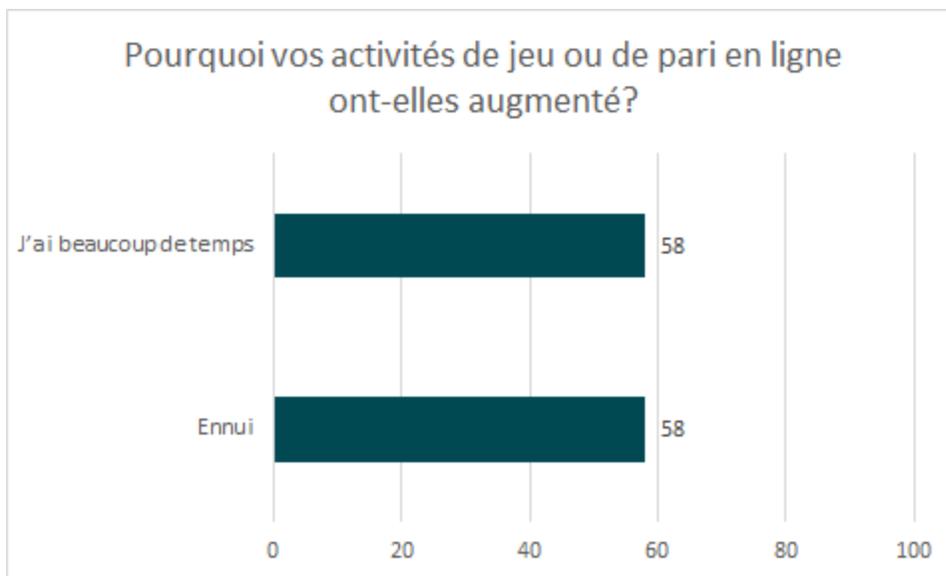
Jeux de hasard

Principales constatations:

- 3 % des répondants ont signalé que leur pratique de jeux de hasard avait augmenté depuis la pandémie; à l'inverse, 1 % ont signalé que leur pratique de jeux de hasard avait diminué depuis la pandémie.
- Les deux principales raisons de l'augmentation de la pratique de jeux de hasard depuis la pandémie sont le manque de temps (58 %) et l'ennui (58 %).



Jeux de hasard depuis la pandémie	%
Augmenté	3
Diminué	1
Resté le même	6
Ne s'applique pas à moi	91



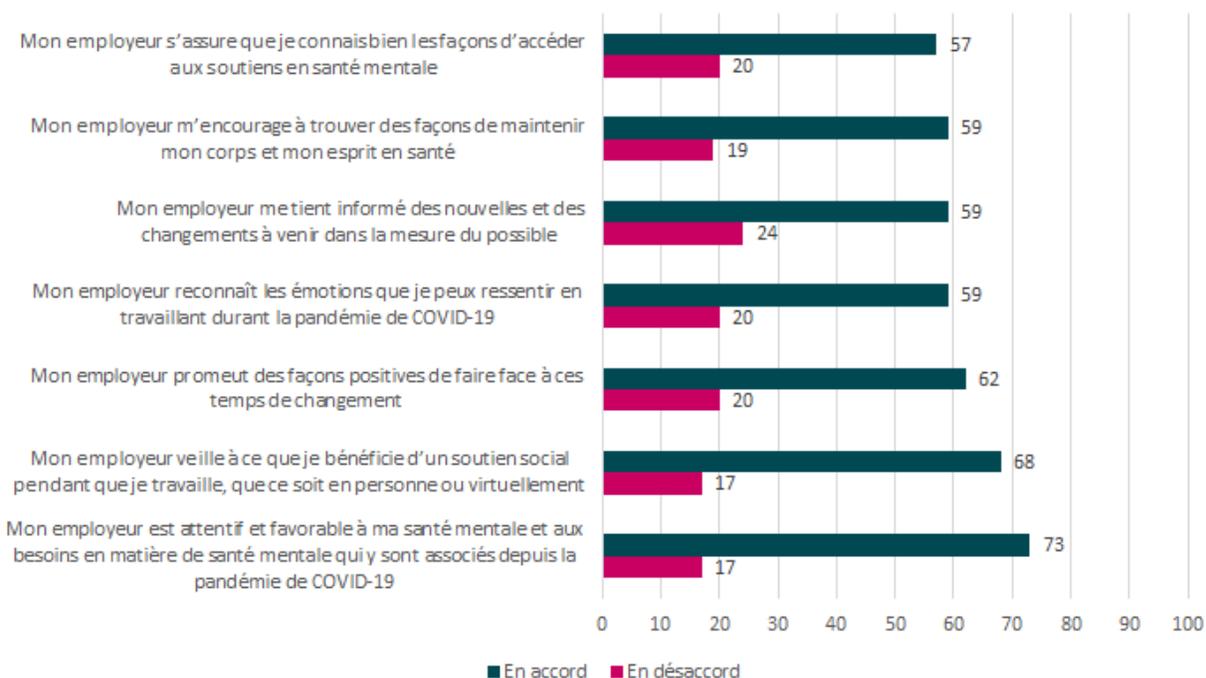
Raisons de l'augmentation des jeux de hasard	%
J'ai beaucoup de temps	58
Ennui	58

Soutien en santé mentale des employeurs durant la pandémie de COVID-19

Principales constatations:

- 73 % des répondants ont signalé que leur employeur les tenait informés des nouvelles et des changements à venir dans la mesure du possible.
- 68 % de l'échantillon ont signalé que leur employeur était attentif et favorable à leur santé mentale et aux besoins en matière de santé mentale qui y sont associés depuis la pandémie.
- 24 % des répondants ont signalé ne pas être d'accord avec le fait que leur employeur les tenait informés des nouvelles et des changements à venir dans la mesure du possible.

En général, en pensant à votre lieu de travail principal, veuillez évaluer votre employeur en fonction des critères suivants...



Soutien en santé mentale des employeurs durant la pandémie	En accord	En désaccord
Mon employeur s'assure que je connais bien les façons d'accéder aux soutiens en santé mentale	57	20
Mon employeur m'encourage à trouver des façons de maintenir mon corps et mon esprit en santé	59	19
Mon employeur me tient informé des nouvelles et des changements à venir dans la mesure du possible	59	24
Mon employeur reconnaît les émotions que je peux ressentir en travaillant durant la pandémie de COVID-19	59	20
Mon employeur promeut des façons positives de faire face à ces temps de changement	62	20

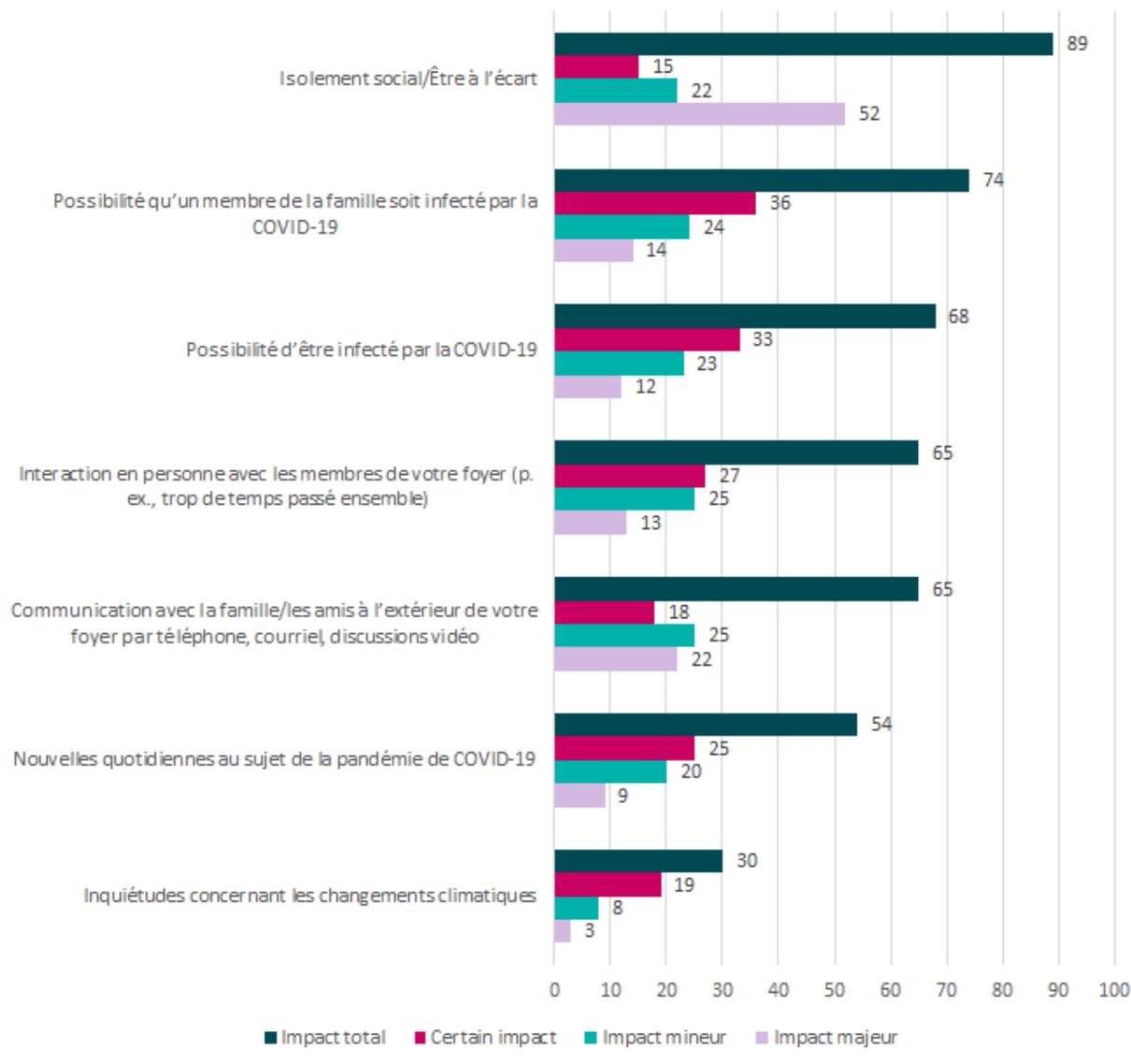
Soutien en santé mentale des employeurs durant la pandémie	En accord	En désaccord
Mon employeur veille à ce que je bénéficie d'un soutien social pendant que je travaille, que ce soit en personne ou virtuellement	68	17
Mon employeur est attentif et favorable à ma santé mentale et aux besoins en matière de santé mentale qui y sont associés depuis la pandémie de COVID-19	73	17

Impact de la pandémie de COVID-19 sur les enfants

Principales constatations:

- 89 % des répondants ont signalé que l'isolement social avait un impact sur la santé mentale de leur enfant, et 52 % ont signalé que cela avec un « impact majeur ».
- La deuxième préoccupation la plus importante des répondants qui ont signalé avoir un « impact majeur » sur la santé des enfants était la communication avec la famille et (ou) les amis en dehors du foyer (22 %).
- Les préoccupations climatiques sont celles qui ont eu le moins d'impact (30 %) sur la santé mentale des enfants pendant la pandémie.

Durant la pandémie actuelle de COVID-19, veuillez évaluer chacun des éléments suivants en fonction des répercussions qu'ils ont actuellement sur la santé mentale de votre enfant, le cas échéant:



Facteurs qui ont un impact sur la santé mentale des enfants	Impact majeur	Impact mineur	Certain impact	Impact total
Isolement social/Être à l'écart	52	22	15	89

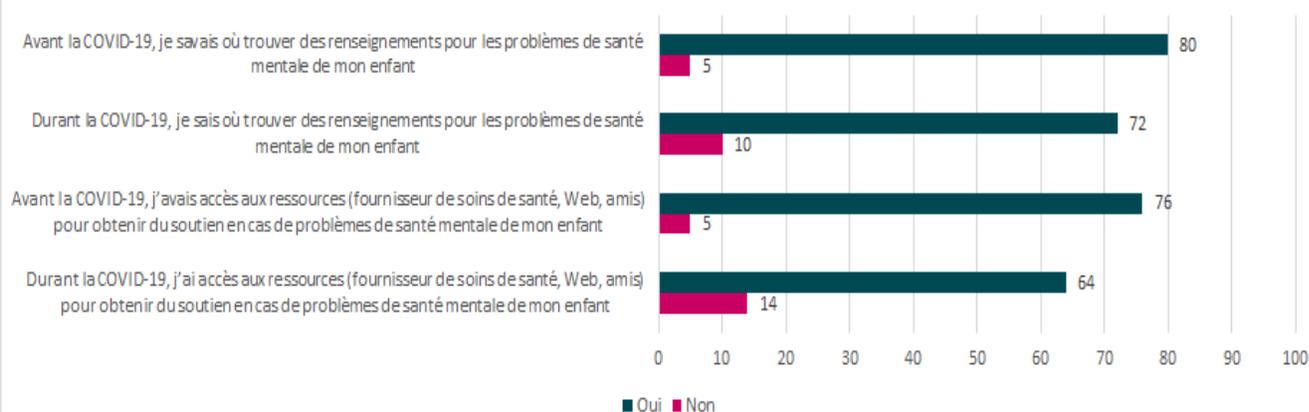
Facteurs qui ont un impact sur la santé mentale des enfants	Impact majeur	Impact mineur	Certain impact	Impact total
Possibilité qu'un membre de la famille soit infecté par la COVID-19	14	24	36	74
Possibilité d'être infecté par la COVID-19	12	23	33	68
Interaction en personne avec les membres de votre foyer (p. ex., trop de temps passé ensemble)	13	25	27	65
Communication avec la famille/les amis à l'extérieur de votre foyer par téléphone, courriel, discussions vidéo	22	25	18	65
Nouvelles quotidiennes au sujet de la pandémie de COVID-19	9	20	25	54
Inquiétudes concernant les changements climatiques	3	8	19	30

Accès aux soutiens en santé mentale pour enfants

Principales constatations:

- Avant la pandémie, 80 % des répondants savaient où trouver des renseignements et 76 % avaient accès à des ressources pour soutenir les problèmes de santé mentale de leur enfant.
- Durant la pandémie, 72 % des répondants savaient où trouver des renseignements et 64 % avaient accès à des ressources pour aider leur enfant à surmonter leur problème de santé mentale.

Veuillez répondre à chacune des questions suivantes relativement aux soutiens en santé mentale:

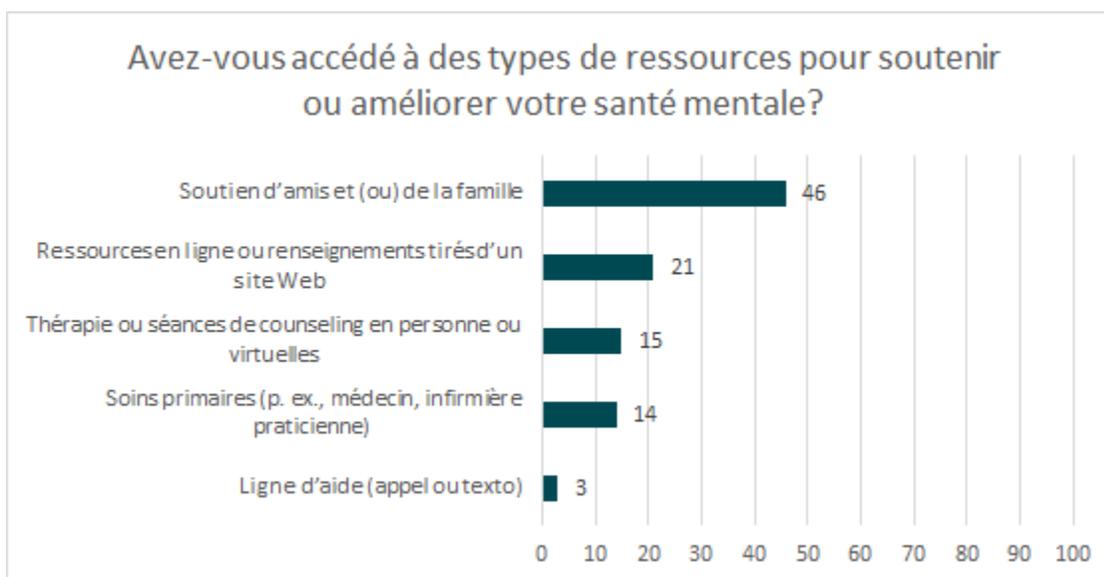


Accès aux soutiens en santé mentale pour enfants	Oui	Non
Avant la COVID-19, je savais où trouver des renseignements pour les problèmes de santé mentale de mon enfant	80	5
Durant la COVID-19, je sais où trouver des renseignements pour les problèmes de santé mentale de mon enfant	72	10
Avant la COVID-19, j'avais accès aux ressources (fournisseur de soins de santé, Web, amis) pour obtenir du soutien en cas de problèmes de santé mentale de mon enfant	76	5
Durant la COVID-19, j'ai accès aux ressources (fournisseur de soins de santé, Web, amis) pour obtenir du soutien en cas de problèmes de santé mentale de mon enfant	64	14

Ressources consultées pour soutenir ou améliorer les préoccupations ou les comportements des enfants

Principales constatations:

- Le soutien le plus souvent cité par les répondants pour soutenir ou améliorer les préoccupations ou les comportements de leur enfant est le soutien des amis et (ou) de la famille (46 %).
- Les lignes d'aide sont les ressources auxquelles les répondants ont le moins souvent eu recours pour soutenir ou améliorer les préoccupations ou les comportements de leur enfant (3 %).



Ressources consultées pour soutenir ou améliorer les préoccupations ou les comportements	%
Soutien d'amis et (ou) de la famille	46
Ressources en ligne ou renseignements tirés d'un site Web	21
Thérapie ou séances de counseling en personne ou virtuelles	15

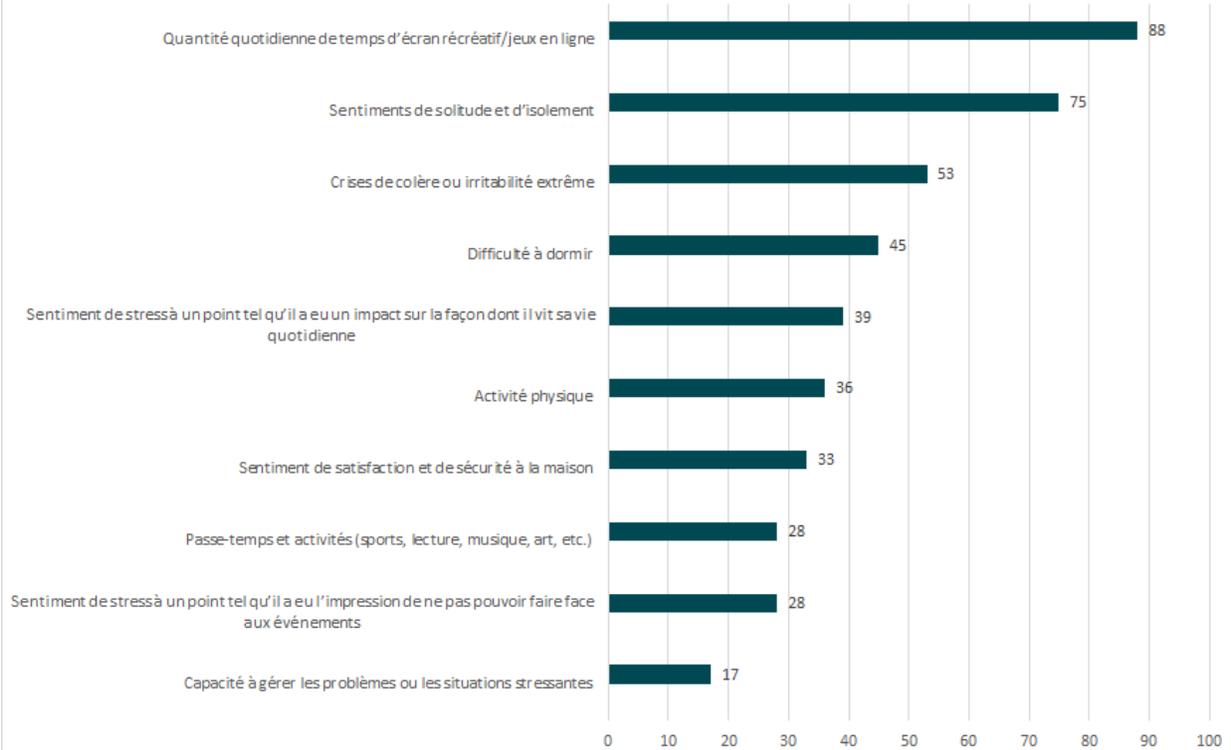
Ressources consultées pour soutenir ou améliorer les préoccupations ou les comportements	%
Soins primaires (p. ex., médecin, infirmière praticienne)	14
Ligne d'aide (appel ou texto)	3

Changement du comportement de l'enfant depuis le début de la pandémie de COVID-19

Principales constatations:

- 88 % des répondants ont signalé que leur enfant avait augmenté le temps passé devant un écran et (ou) les jeux en ligne, et 75 % d'entre eux avaient éprouvé un sentiment accru de solitude ou d'isolement depuis le début de la pandémie.
- 36 % des enfants ont signalé avoir augmenté leur activité physique et 28 % ont signalé avoir augmenté leur participation à des passe-temps et à des activités depuis le début de la pandémie.

Votre enfant a-t-il vécu l'un des changements suivants depuis le début de la pandémie de COVID-19? Pourcentage ayant signalé <<Plus>>



Changement du comportement de l'enfant depuis le début de la pandémie	% plus
Quantité quotidienne de temps d'écran récréatif/jeux en ligne	88
Sentiments de solitude et d'isolement	75
Crises de colère ou irritabilité extrême	53
Difficulté à dormir	45
Sentiment de stress à un point tel qu'il a eu un impact sur la façon dont il vit sa vie quotidienne	39
Activité physique	36

Changement du comportement de l'enfant depuis le début de la pandémie	% plus
Sentiment de satisfaction et de sécurité à la maison	33
Passe-temps et activités (sports, lecture, musique, art, etc.)	28
Sentiment de stress à un point tel qu'il a eu l'impression de ne pas pouvoir faire face aux événements	28
Capacité à gérer les problèmes ou les situations stressantes	17