

# Symptômes du trouble de stress post-traumatique durant la pandémie de COVID-19

De septembre à décembre 2020 Données de l'enquête sur la COVID-19 et la santé mentale<sup>1</sup>

## Trouble de stress post-traumatique (TSPT)

Le TSPT est un trouble mental qui peut survenir après l'exposition à des événements potentiellement traumatisants sur le plan psychologique (par exemple, mort ou menace de mort, catastrophes naturelles, violence).

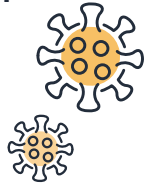
Les symptômes du TSPT comprennent des souvenirs récurrents et pénibles, le fait d'éviter ce qui rappelle les événements et des troubles du sommeil<sup>2</sup>.



## La pandémie de COVID-19 et le TSPT

La pandémie de COVID-19 a eu un impact sur les individus, les familles et les communautés de diverses manières.

Les facteurs de stress liés à la pandémie pourraient augmenter le nombre de Canadiens présentant des symptômes de TSPT. Les personnes qui avaient déjà le TSPT pourraient voir leurs symptômes s'aggraver.



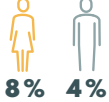
Un diagnostic de TSPT nécessite un clinicien formé et agréé. L'enquête sur la COVID-19 et la santé mentale a utilisé un outil de dépistage basé sur les symptômes pour identifier les personnes présentant des symptômes modérés à sévères de TSPT (c'est-à-dire celles qui auraient un dépistage positif pour le TSPT<sup>3</sup>).

## Symptômes du TSPT chez les Canadiens âgés de 18 ans et plus

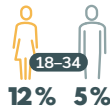
**62 %** des Canadiens ont vécu au moins un événement traumatisant au cours de leur vie.

**6 %** des Canadiens ont eu un dépistage positif pour le TSPT<sup>3</sup>.

Plus élevé chez les femmes que chez les hommes



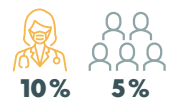
Plus élevé chez les 18 à 34 ans



Plus faible chez les 65 ans et plus



Plus élevé chez les travailleurs de première ligne<sup>4</sup> que chez les autres Canadiens



## Répercussions de la COVID-19

Comparativement à ceux qui n'ont pas eu un dépistage positif pour le TSPT, ceux qui en ont eu un étaient **3X plus susceptibles** de déclarer avoir été affectés par la pandémie en matière de :



Difficulté à faire face aux obligations financières ou répondre aux besoins essentiels



Décès d'un membre de la famille, d'un ami ou d'un collègue



Problèmes de santé physique



Difficultés dans les relations personnelles avec les membres du ménage

## Problèmes de santé mentale

Comparativement à ceux qui n'ont pas eu un dépistage positif pour le TSPT, ceux qui en ont eu un étaient **plus susceptibles** de déclarer les problèmes suivants :



**7X**

Symptômes d'anxiété ou de dépression<sup>5</sup> au cours des deux dernières semaines



**5X**

Pensées suicidaires au cours de leur vie



**3,5X**

Augmentation de la consommation de cannabis depuis le début de la pandémie



**3,5X**

Consommation quotidienne de cannabis au cours du dernier mois



**1,5X**

Augmentation de la consommation d'alcool depuis le début de la pandémie



**1,5X**

Forte consommation d'alcool<sup>6</sup> au cours du dernier mois

Le gouvernement du Canada a conscience de l'impact considérable que le TSPT a sur les personnes, les familles, les communautés et les lieux de travail. Si vous ou quelqu'un que vous connaissez est en crise ou a besoin d'un soutien en matière de santé mentale, visitez le site **Espace mieux-être Canada** pour trouver un large éventail de ressources et de soutiens.



### VISITEZ

le site [Canada.ca](https://www.canada.ca) sur le Cadre fédéral relatif au TSPT  
le site [Canada.ca](https://www.canada.ca) sur la maladie à coronavirus (COVID-19)



### CONSULTEZ

Téléchargez l'application mobile **Coach ESPT Canada** développée par Anciens Combattants Canada  
Santé mentale : Demander de l'aide  
Maladie à coronavirus (COVID-19) : Ressources de sensibilisation

## RÉFÉRENCES ET NOTES :

1. Statistique Canada. Enquête sur la COVID-19 et la santé mentale (ECSM). 2020 (Consulté en janvier 2021). Accessible à l'adresse : [https://www23.statcan.gc.ca/imdb/p2SV\\_f.pl?Function=getSurvey&id=1283036](https://www23.statcan.gc.ca/imdb/p2SV_f.pl?Function=getSurvey&id=1283036).
2. American Psychiatric Association. Troubles liés aux traumatismes et aux stressés. Dans le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (5e éd.). 2022 (Consulté en août 2022). Accessible à l'adresse : [https://dsm.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.books.9780890425787.x07\\_Trauma\\_and\\_Stressor\\_Related\\_Disorders](https://dsm.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.books.9780890425787.x07_Trauma_and_Stressor_Related_Disorders) (en anglais seulement).
3. Les personnes étaient considérées comme présentant un TSPT probable (c'est-à-dire ayant eu un dépistage positif) si elles obtenaient un score total  $\geq 33$  à la liste de contrôle du TSPT pour le DSM-5 (PCL-5). Un dépistage positif n'indique pas nécessairement un diagnostic. Accessible à l'adresse : <https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/adult-sr/ptsd-checklist.asp>.
4. Un travailleur de première ligne a été défini comme « une personne susceptible d'être en contact direct avec la COVID-19 en aidant ceux qui ont reçu un diagnostic d'infection par le virus ». Les exemples fournis étaient les suivants : « policiers, pompiers, ambulanciers, personnel infirmier ou médecins ».
5. L'anxiété et la dépression modérées à sévères ont été représentées par des scores  $\geq 10$  sur l'échelle du trouble d'anxiété généralisée (GAD-7) et du questionnaire de santé du patient (PHQ-9) respectivement. Les résultats de ces outils de dépistage n'indiquent pas nécessairement un diagnostic.
6. La forte consommation d'alcool a été définie comme étant quatre boissons alcoolisées ou plus pour les femmes et cinq boissons alcoolisées ou plus pour les hommes en une seule fois.

