



## La détresse psychologique dans la population de la région de l'Outaouais

L'état de santé d'une population est souvent mesuré à partir de trois composantes : l'état de santé globale, l'état de santé physique et l'état de santé psychosociale ou mentale. Dans la réalité, il existe peu d'indicateurs qui permettent d'établir un portrait de la santé mentale de la population générale. L'indicateur le plus souvent utilisé est sans contredit l'échelle de détresse psychologique de Kessler, la version à six questions<sup>i</sup>. Depuis maintenant plus de 25 ans, cette échelle a été introduite dans plusieurs enquêtes à travers le monde. Au Canada, on n'a qu'à penser à l'*Enquête nationale sur la santé de la population (ENSP)*, les *Enquêtes sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC)* et l'*Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP)*. Son attrait provient de sa brièveté et aussi qu'elle discrimine relativement bien les personnes souffrant ou non d'un trouble mental.



Cette échelle, comme son libellé l'indique, mesure la présence de plusieurs symptômes de détresse psychologique et non la présence de troubles mentaux. Elle est construite à partir d'une variété de symptômes sur les comportements (ex. agitation ou incapacité à tenir en place), les émotions (ex. nervosité, désespoir) et la cognition (ex. se sentir bon à rien, que tout est un effort). La détresse psychologique constitue un critère diagnostique important dans l'établissement de l'existence de certains troubles mentaux (ex. troubles de l'humeur, troubles anxieux, etc.). Dans le domaine de la surveillance populationnelle, cette échelle est souvent utilisée afin de comparer des proportions de personnes selon certaines caractéristiques socio-économiques (ex. sexe, âge, revenu, scolarité, etc.) ou sanitaires (ex. santé globale ou mentale perçue, limitation d'activités, etc.).

L'objectif de ce bulletin est de vérifier s'il existe une association entre certains troubles mentaux (les troubles de l'humeur et les troubles anxieux) et la détresse psychologique chez les personnes âgées de 12 ans et plus dans la région socio-sanitaire de l'Outaouais. Plus spécifiquement, on s'attend à ce que le niveau de détresse psychologique soit plus élevé parmi ceux rapportant souffrir d'un trouble de l'humeur et d'un trouble anxieux comparativement à ceux rapportant la présence d'un seul trouble ou qui n'en rapportent aucun. Les analyses sont effectuées à partir des données de trois ESCC, celles de 2005, 2007-2008 et de 2009-2010. Ces enquêtes transversales portent sur des personnes vivant dans un ménage privé (cela exclut les personnes vivant dans un établissement).

L'échelle de détresse psychologique utilisée dans ce numéro est la version à six questions de Kessler. Les questions sont « Au cours du dernier mois, à quelle fréquence 1) vous êtes-vous senti nerveux? 2) senti désespéré? 3) senti agité ou ne tenant pas en place? 4) senti si déprimé que plus rien ne pouvait vous faire sourire? 5) senti que tout était un effort? 6) senti bon à rien? Les choix de réponse sont : « souvent », « la plupart du temps », « parfois », « rarement », ou « jamais ». Le score de cette échelle varie de 0 à 24 par répondant. Plus le score augmente et plus le niveau de détresse est considéré élevé.

La présence d'un trouble de l'humeur ou d'un trouble d'anxiété a été évaluée par deux questions. La première question est « Êtes-vous atteint d'un trouble de l'humeur tel que la dépression, le trouble bipolaire, la manie ou la dysthymie? » et la seconde question porte sur les troubles d'anxiété

« Êtes-vous atteint d'un trouble d'anxiété tel qu'une phobie, un trouble obsessionnel-compulsif ou un trouble panique? ». Les répondants avaient reçu la consigne de déclarer les problèmes diagnostiqués par un professionnel de la santé, qui durent ou qui devraient durer six mois ou plus.

Les réponses à ces deux questions ont permis de créer quatre groupes de répondants : ceux déclarant souffrir des deux troubles, ceux déclarant souffrir d'un seul trouble, soit d'un trouble de l'humeur ou d'un trouble d'anxiété et ceux déclarant n'avoir aucun des deux troubles. Un score moyen de détresse psychologique a été calculé pour chacun des quatre groupes, et ce, pour les trois ESCC (2005, 2007-2008, 2009-2010).

Les données de 2009-2010 montrent que le niveau moyen de détresse psychologique de ceux qui rapportent souffrir des deux troubles (8,8) est plus élevé que celui de ceux qui ne rapportent aucun des troubles (2,4) (Tableau 1, dernière colonne)<sup>ii</sup>. Comparativement à ce dernier groupe, la moyenne est aussi plus élevée chez ceux qui rapportent souffrir d'un seul trouble, d'un trouble de l'humeur (5,5) ou d'un trouble anxieux (5,2). Des résultats similaires sont également observés pour les deux autres ESCC (2005 et 2007-2008).

**Tableau 1. Score moyen de détresse psychologique selon la présence ou non d'un trouble de l'humeur ou d'un trouble anxieux, Outaouais, 2005, 2007-2008 et 2009-2010.**

|  | 2005 | 2007-2008 | 2009-2010 |
|--|------|-----------|-----------|
| <b>Aucun trouble de l'humeur ou de l'anxiété</b> | 2,8  | 2,2       | 2,4       |
| <b>Trouble de l'humeur uniquement</b>            | 7,8  | 5,6       | 5,5       |
| <b>Trouble de l'anxiété uniquement</b>           | 5,5  | 4,9       | 5,2       |
| <b>Trouble de l'humeur et de l'anxiété</b>       | 11,3 | 9,4       | 8,8       |
| <b>Total</b>                                     | 3,3  | 2,7       | 2,8       |

Ces résultats révèlent une association entre la détresse psychologique et le nombre de troubles mentaux rapportés. Sans trop de surprise, les personnes qui déclarent ne pas avoir de trouble de l'humeur ou de trouble anxieux rapportent très peu de symptômes liés à la détresse psychologique. À l'inverse, ceux qui déclarent souffrir des deux troubles rapportent beaucoup plus de symptômes de détresse, soit près de quatre fois plus. Ces résultats régionaux indiquent que la détresse psychologique est liée à la présence de troubles mentaux tels que les troubles de l'humeur et les troubles anxieux. Ils renforcent aussi l'idée que la détresse psychologique constitue une mesure relativement valide afin d'obtenir de l'information sur l'état de santé mentale d'une population.

<sup>i</sup> Une version à 10 questions est également largement utilisée. Les six items de la version courte se retrouvent dans la version à 10 items.

<sup>ii</sup> Les estimations régionales présentées sont des données non-pondérées puisque l'objectif de ce bulletin n'est pas de présenter des prévalences pour la région, mais plutôt de déterminer s'il existe une association entre la détresse psychologique et les troubles de l'humeur et de l'anxiété. Des résultats relativement similaires sont obtenus avec les données pondérées.

