



### Santé physique et mentale des Jamésiens : résultats de l'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP 2020-2021)

#### Mise en contexte et objectif

L'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP 2020-2021) renseigne sur l'état de santé de la population et de ses déterminants. Elle s'adresse aux personnes âgées de 15 ans et plus résidant au Québec. Il est possible d'obtenir l'information par région sociosanitaire.

Cette 3<sup>e</sup> édition de l'EQSP, après celles de 2014-2015 et de 2008, s'est déroulée du 5 novembre 2020 au 19 décembre 2021. Dans la région, l'échantillon est composé de 1 709 répondants. L'objectif premier du feuillet est de présenter un portrait succinct de l'état de santé physique et mentale de la population du Nord-du-Québec comparativement à l'ensemble du Québec, en 2020-2021.

En deuxième objectif, les proportions de la région du Nord-du-Québec des deux dernières enquêtes sont comparées. Dans les figures sont présentés les proportions et les nombres approximatifs correspondants (entre parenthèses).

#### À retenir

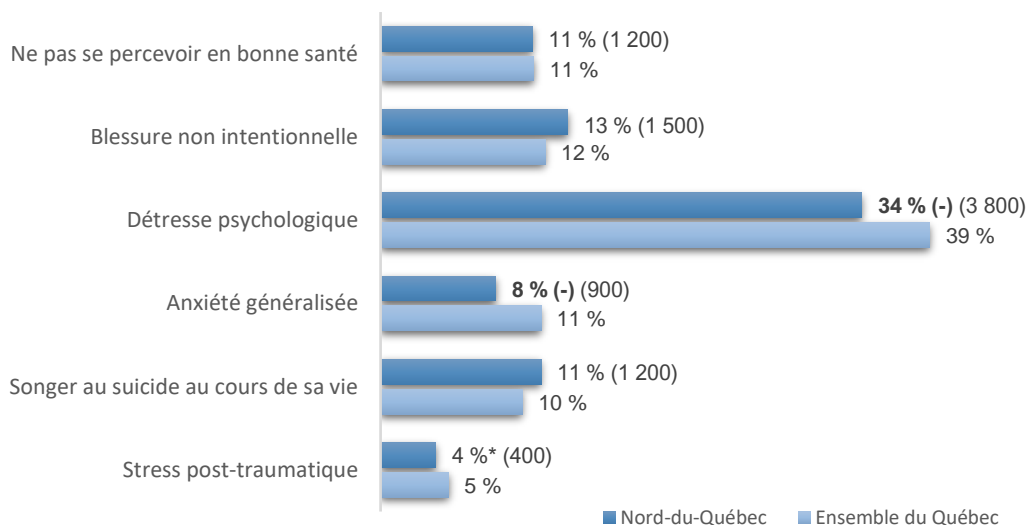
Pour la région du Nord-du-Québec, en 2020-2021, un peu plus d'une personne sur dix rapporte :

- Que son état de santé est **passable** ou **mauvais**.
- Qu'elle a **subi une blessure non intentionnelle** au cours des 12 derniers mois, **qui limite ses activités normales**.

En 2020-2021, la proportion de Jamésiens se situant à un **niveau élevé de détresse psychologique est significativement plus basse** que dans le reste du Québec (34 % c. 39 %). Le même constat est observé pour l'**anxiété généralisée** (8 % c. 11 %).

Entre 2014-2015 et 2020-2021, les proportions des indicateurs analysés sont demeurées stables dans la région.

#### État de santé physique et mentale, EQSP 2020-2021 Nord-du Québec et ensemble du Québec



#### Définitions

- **Ne pas se percevoir en bonne santé** : état de santé général « passable » ou « mauvais ».
- **Blessure non intentionnelle** : blessure accidentelle (fracture, brûlure grave, etc.), survenue lors des 12 derniers mois, limitant les activités normales.
- **Détresse psychologique** : mesurée par six questions (nervosité, désespoir, agitation, etc.).
- **Symptômes d'anxiété généralisée** : mesurés par sept questions (nervosité, inquiétudes excessives, irritabilité, etc.).
- **Stress post-traumatique** : diagnostic reçu au cours de la vie par un médecin ou un psychologue.

**Légende** : (-) Valeur significativement plus basse que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.  
\* La valeur de la proportion doit être interprétée avec prudence.

## Résultats

- Environ **11 %** des personnes **ne se perçoivent pas en bonne santé**, autant dans le Nord-du-Québec qu'ailleurs au Québec. Dans la région, cela équivaut à près de **1 200 personnes**.
- Près de **13 %** de la population de la région (**soit près de 1 500 personnes**) rapportent **avoir été victimes d'une blessure non intentionnelle** au cours des 12 derniers mois.
- La proportion de la population de la région **en situation de détresse psychologique** est **significativement moindre qu'au Québec** (34 % c. 39 %) ce qui correspond tout de même à près de **3 800 personnes**.
- La région présente également une **différence significative inférieure** qu'au reste du Québec pour **les symptômes d'anxiété généralisée, modérés ou sévères** (8 % c. 11 %).
- Près de **11 %** de la population jamésienne **a songé sérieusement au suicide au cours de sa vie** (excluant les personnes qui ont tenté de se suicider). Cette proportion est presque similaire à celle du Québec (10 %).
- Près de **4 %** de la population de la région (**soit près de 400 personnes**) ont **déjà reçu un diagnostic de stress post-traumatique** (SPT) par un médecin ou un psychologue au cours de leur vie, comme dans l'ensemble du Québec.

- Dans la région, les proportions de **quatre indicateurs** (*ne pas se percevoir en bonne santé, blessure non intentionnelle, détresse psychologique et songer sérieusement au suicide*) sont plutôt **stables** depuis l'enquête de 2014-2015. Aucune différence statistiquement significative n'est observée entre les deux périodes.
- Pour l'anxiété généralisée et le diagnostic de stress post-traumatique, il n'est pas possible de comparer, car les deux mesures n'ont pas été utilisées en 2014-2015.
- Pour l'ensemble du Québec, on observe que les proportions entre 2014-2015 et 2020-2021 n'ont pas changé, sauf pour la détresse psychologique. La proportion de Québécois et de Québécoises se situant à un niveau élevé de détresse psychologique a augmenté de façon significative, passant de **32 à 39 %**.

## Réflexion

La situation sur l'état de santé de la région en 2020-2021 est très similaire à celle du Québec, sauf pour la détresse psychologique et les symptômes d'anxiété généralisée. **La région du Nord-du-Québec présente un meilleur portrait de santé mentale qu'au Québec** avec ces deux indicateurs, qui pourrait s'expliquer en partie par une **insatisfaction moindre pour sa vie sociale** (se sentir moins isolé), **un soutien social plus élevé des membres de la famille, un sentiment d'appartenance plus élevé à la communauté locale et un meilleur équilibre entre les obligations professionnelles et les responsabilités personnelles/familiales** (données non présentées).

Les résultats montrent que les indicateurs présentés n'ont presque pas changé en six ans. Il est à noter toutefois que près du tiers de la population de la région présente un niveau élevé de détresse psychologique lors des deux enquêtes, ce qui équivaut à environ **3 800 personnes** en 2020-2021. Au Québec, la santé mentale des individus s'était plutôt détériorée au cours de cette période, une conséquence de la pandémie de la COVID-19. En effet, près de **30 %** des Québécois mentionnent que leurs sentiments (nervosité, désespoir, agitation, etc.) sont complètement reliés à la COVID-19. Ce pourcentage est bien moindre dans la région, à environ 18 %, et suscite un questionnement sur les causes de la détresse.

## Citation suggérée :

MARLEAU, Jacques. « Santé physique et mentale des Jamésiens : résultats de l'Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021 ». *Chiffres clés*, Chibougamau, Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James, Direction de santé publique, n° 27, novembre 2024, 2 p.

Si vous avez des questions, vous pouvez les adresser par courriel : [10\\_dsp\\_nord\\_du\\_quebec@sss.gouv.qc.ca](mailto:10_dsp_nord_du_quebec@sss.gouv.qc.ca)