

Initiatives de prévention en santé mentale et des dépendances : des mesures nécessaires et attendues

NOUVELLES FOURNIES PAR

Association des médecins psychiatres du Québec

Oct 02, 2020, 06:59 ET

PARTAGER CET ARTICLE



ASSOCIATION DES
MÉDECINS PSYCHIATRES
DU QUÉBEC

Logo de l'Association des médecins psychiatres du Québec (Groupe CNW/Association des médecins psychiatres du Québec)



Logo du Mouvement Alphas connectés (Groupe CNW/Association des médecins psychiatres du Québec)

MONTRÉAL, le 2 oct. 2020 /CNW Telbec/ - L'Association des médecins psychiatres du Québec (AMPQ) salue l'annonce du ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux, Lionel Carmant, ainsi que du ministre de l'Éducation, Jean-François Roberge, d'octroyer une somme de 30 millions de dollars pour la mise en œuvre de deux projets de prévention en santé mentale et des dépendances pour les jeunes Québécois d'âge scolaire.

« Étant donné que la moitié (50 %) des troubles mentaux apparaissent avant l'âge de 14 ans¹, il est essentiel d'agir tôt, et ce, dès le primaire. L'ajout d'intervenants spécialisés au sein de l'équipe-école contribuera à mieux soutenir les élèves et les enseignants en plus de favoriser une santé mentale positive dans les milieux scolaires. Nous offrons notre entière collaboration au gouvernement du Québec pour identifier des mesures ciblées favorisant le bien-être des jeunes et de leur famille. », indique Dr Guillaume Barbès-Morin, vice-président de l'Association des médecins psychiatres du Québec.

Augmenter les ratios

Le facteur de succès de ces programmes est la constance et la fréquence. L'utilisation de ces sommes sur le terrain doit impérativement permettre aux intervenants de voir les groupes sur une base régulière et non pas deux ou trois fois par année. Le défi du gouvernement sera de s'assurer que ces investissements ne seront pas saupoudrés et qu'un suivi attentif des résultats sera mis en place. De tels projets, combinés à l'instauration d'un cours d'éducation à la santé mentale, comme nous l'avons proposé par le lancement du *Mouvement Alphas connectés*, permettraient d'avoir un plus grand impact sur la santé

mentale des jeunes. Devant la hausse des troubles mentaux chez cette population, il est devenu plus que nécessaire de l'outiller à comprendre et à gérer ses émotions, à développer de saines habitudes de vie et à se protéger des facteurs de risques associés à des troubles mentaux, dont les dépendances.

Agir en amont

Rappelons qu'au Québec, plus du tiers des adolescents (37,3 %) font face à un niveau élevé de détresse psychologique². Les troubles mentaux ne font que grimper, comme la prévalence des troubles anxieux qui a doublé en six ans.

La consommation d'alcool et de drogues a une incidence directe sur la santé mentale causant parfois des problèmes de dépression, d'anxiété et même de psychose. À cet égard, il a été démontré que la mise en place d'ateliers et d'activités de prévention contribue à une réduction de la consommation d'alcool et de drogues et au retardement de la consommation. C'est notamment le cas du programme de prévention Preventure qui a été développé par l'Université de Montréal.

« En favorisant une intervention précoce, nous croyons que non seulement la souffrance liée aux troubles mentaux sera diminuée, mais que l'on pourra éviter la chronicisation de ces mêmes troubles à l'âge adulte. Nous croyons aussi que le gouvernement vise juste en offrant un soutien et un accompagnement aux familles qui se sentent parfois dépassées. » conclut Dr Barbès-Morin.

À propos de l'AMPQ

L'Association des médecins psychiatres du Québec (AMPQ) regroupe plus de 1 200 psychiatres qui pratiquent au Québec. Elle promeut les normes professionnelles et scientifiques les plus élevées dans l'exercice de la psychiatrie et œuvre à favoriser l'accès à des services psychiatriques pour toute la population du Québec ainsi qu'à susciter au sein du public une meilleure connaissance de la psychiatrie et de la santé mentale.

Consulter le site Web de l'AMPQ : <https://ampq.org/>

À propos du Mouvement Alphas connectés

Le Mouvement Alphas connectés a été lancé par l'Association des médecins psychiatres du Québec (AMPQ) et est composé d'organisations issues de toutes les sphères de la société qui sont interpellées, de près ou de loin, par la santé mentale des jeunes. Créé en 2019, le Mouvement souhaite initier un dialogue de société sur les normes sociales et les habitudes de vie qui se sont développées dans les dernières années et qui peuvent défavoriser le bien-être.

Consulter le site Web du *Mouvement Alphas connectés* : www.alphasconnectes.com

¹ R. C. KESSLER et autres (2005), Lifetime Prevalence and Age of Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication, *Archives of General Psychiatry*, vol. 62, no 6, p. 593-602. cité par l'Institut de la statistique du Québec : <https://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/bulletins/zoom-sante-201706-62.pdf>

² Fondation Jeune en Tête, *Portrait du bien-être des jeunes au Québec* (2019) : <https://s3.amazonaws.com/u92-fondationjeunesentete/data/1-ensemble-du-quebec-definitif.pdf>

SOURCE Association des médecins psychiatres du Québec

Renseignements: Marie-Josée Côté, Conseillère en affaires publiques, T. 514-772-5716, mjcote@mongeaupellerin.com