



Collectif pour l'accès à la psychothérapie  
*Coalition for Access to Psychotherapy*

**Renseignements  
complémentaires  
SOUS EMBARGO  
JUSQU'AU 9 AVRIL 2015**

## **Quelques données sur les troubles mentaux courants et l'accès aux services de psychothérapie<sup>1</sup>**

- Au Québec, près d'une personne sur cinq est atteinte de troubles mentaux. Parmi ceux-ci, les troubles anxieux touchent 10 % de la population et la dépression, 5 %. Ces troubles anxio-dépressifs touchent plus d'un million de gens de 12 ans et plus<sup>2</sup>.
- Plus de 600 000 Québécois et Québécoises reçoivent un diagnostic de troubles anxieux ou de dépression chaque année.
- 75 % des problèmes de santé mentale se manifestent avant l'âge de 25 ans.
- La prévalence annuelle des troubles anxieux et de dépression chez les jeunes de 12 à 24 ans est de 2 % à 7 %, soit plus de 50 000 personnes.
- Les troubles mentaux représentent la première cause d'hospitalisation chez les jeunes de 14 à 25 ans.
- Les troubles mentaux les plus fréquents chez les étudiants sont les troubles d'humeur et les troubles anxieux.
- Moins de 15 % des jeunes hommes et environ 30 % des jeunes femmes souffrant de troubles mentaux recherchent de l'aide professionnelle.
- Du point de vue économique, des études montrent que l'intervention précoce chez un jeune qui présente des troubles mentaux courants peut faire économiser plus de 280 000 \$ en soins au courant de sa vie.
- Chez les 25-64 ans, la prévalence est beaucoup plus importante et peut atteindre plus de 12 % chez les 30 à 60 ans.
- Au Québec, 30 % à 50 % des absences du travail pour invalidité de longue durée (plus de six mois) seraient attribuables à des troubles mentaux transitoires.

---

<sup>1</sup> Les sources des données et renseignements offerts dans cette fiche sont répertoriées dans le mémoire du Collectif pour l'accès à la psychothérapie intitulé *La psychothérapie : un meilleur accès pour tous par des services assurés*.

## **Au sujet de l'accès aux services de psychothérapie**

- Moins de 40 % des personnes ont pu consulter auprès de services dans les CLSC et ce, après un délai d'attente qui peut s'échelonner sur plus d'un an.
- Plus de 3 % des 15 ans et plus, soit entre 200 000 et 250 000 personnes, ayant besoin de consulter n'ont pas pu le faire faute de moyens financiers.

## **En conclusion**

Le Commissaire à la santé et au bien-être du Québec a estimé récemment que :

- les services de type psychosocial, en particulier la psychothérapie, constituent des traitements efficaces des troubles mentaux courants et permettent de réduire les conséquences cliniques, fonctionnelles et sociales de ces troubles;
- l'accès à ces services comme alternatives au traitement pharmacologique est souhaité tant par les individus atteints de troubles mentaux et les personnes qui vivent des périodes de détresse psychologique que par les médecins;
- l'accès à la psychothérapie est un investissement rentable à long terme. Elle est plus économique que la médication, permet de réduire l'utilisation des autres services de santé, permet de réduire l'absentéisme au travail et ainsi réduire les coûts qui y sont associés, pour les employeurs, les compagnies d'assurance et le gouvernement.

-30-

## **Renseignements :**

Marie-Hélène d'Entremont-Sauvé

Zone franche

T : 514 317-5715, poste 204

C : 514 792-2334

[mhdentremont@zonefranche.ca](mailto:mhdentremont@zonefranche.ca)