

La santé mentale des nourrissons et des jeunes enfants

En tant que communauté...



Parlons

de la santé mentale
des nourrissons et
des jeunes enfants!

Que devons-nous faire maintenant¹?

- Adopter et promouvoir une définition commune de la santé mentale des nourrissons et des jeunes enfants dans tous les secteurs.
- Investir dans la formation des travailleurs du domaine de la santé mentale des nourrissons et des jeunes enfants, en reconnaissant les différents rôles et secteurs étroitement liés à la santé mentale des nourrissons et des jeunes enfants.
- Veiller à faire la promotion de la santé mentale des nourrissons et des enfants, à faire de la prévention et à intervenir dans tous les secteurs de service.
- Faire collaborer les familles et les gardiens avec les fournisseurs de services à l'élaboration et à la mise en œuvre de politiques en matière de santé mentale pour les nourrissons et les jeunes ainsi qu'à la planification des systèmes.
- Renforcer la collecte de données, la surveillance et la recherche sur la santé mentale des nourrissons et des jeunes enfants, et améliorer la communication entre les ministères.

Références

Pour de plus amples renseignements sur l'initiative de la santé mentale des nourrissons et des jeunes enfants d'Ottawa ou une liste complète de références, veuillez contacter :

Marisa Moher, Comité directeur (Secrétariat)
MMoher@cheo.on.ca

Les nourrissons et les jeunes enfants ont une santé mentale. Il s'agit de la capacité de développement des enfants entre la période de la naissance à six ans, alors que ceux-ci établissent des relations étroites et solides avec les adultes et les pairs, acquièrent de l'expérience, gèrent et expriment toute une gamme d'émotions, explorent l'environnement et font des apprentissages – dans un contexte familial, communautaire et culturel. Ce concept regroupe de multiples éléments interdépendants. Il est également important de reconnaître que le développement du cerveau commence durant la grossesse; la période prénatale doit donc être considérée comme partie intégrale de la santé mentale des nourrissons et jeunes enfants (SMNJE).



- **Santé mentale périnatale** : Fait référence à la santé mentale de la mère avant, durant et après la grossesse². **Santé mentale parentale** : Fait référence à l'atteinte d'un équilibre dans tous les aspects (social, physique, spirituel, économique et mental) de la vie du fournisseur de soins. Ne se limite pas à l'absence de troubles de santé mentale ou de maladie mentale³.
- **Développement du cerveau** : Le développement du cerveau commence durant la grossesse et atteint sa période de croissance optimale pendant les 2000 premiers jours suivant la naissance; c'est la plus importante période de croissance du cerveau.⁴
- **Attachement** : Lien solide et durable qu'établit un nourrisson avec les personnes qui s'occupent de lui. Lorsque les personnes s'occupant d'un bébé répondent régulièrement à ses besoins de façon chaleureuse et attentionnée, cela permet de créer un attachement sécurisant. Un bébé a besoin de se sentir en sécurité, aimé et protégé. Un attachement sécurisant est essentiel pour son développement optimal et pour des relations saines avec ses pairs et partenaires futurs.⁵
- **Tempérament** : Désigne un ensemble de traits de personnalité innés. Le tempérament de l'enfant peut façonner son développement et influencer la façon dont les autres se comportent à son égard⁵.
- **Autorégulation** : Se rapporte au degré d'efficacité avec lequel l'enfant réagit aux facteurs stressants, et revient ensuite à un état de calme⁶.
- **Résilience** : Se développe au fil du temps et correspond à la capacité de rebondir devant l'adversité d'une manière positive⁵.
- **Sentiment d'agentivité** : Capacité d'un enfant à faire des choix et à prendre des décisions qui ont une influence sur son environnement. Cette faculté est liée au sentiment de l'enfant d'exercer un contrôle sur ce qui importe pour lui⁷.

La maladie mentale et les troubles de santé mentale sont un problème...

À Ottawa

- Depuis 2010, le nombre de visites à l'urgence du Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario pour des troubles de santé mentale a augmenté de 75 %⁸.
- Au cours de la dernière année, 45 % des enfants ayant consulté la clinique sans rendez-vous du Crossroads Children's Centre avaient moins de 6 ans. 30 % des enfants inscrits au programme intensif de service à domicile, pour les familles qui font face à de sérieux défis, sont aussi âgés de moins de 6 ans⁹.
- En 2015-2016, 17 % des enfants âgés de moins de 6 ans, qui ont consulté le Centre psychosocial, ont été dirigés vers un programme de dépistage précoce. 50 % de ces enfants ont été dirigés vers d'autres organismes pour des évaluations spécialisées du développement ou pour des services¹⁰.

Selon les données de l'Instrument de mesure du développement de la petite enfance (IMDPE), un enfant sur quatre (26 %) est vulnérable dans une ou plusieurs sphères de son développement lorsqu'il entre à l'école¹¹.

- Un étudiant sur 8 (12 %) de la 7^e à la 12^e année avait sérieusement envisagé de se suicider en 2013¹².

Au Canada

- 70 % des problèmes de santé mentale commencent pendant l'enfance ou l'adolescence¹³.
- Le fardeau des maladies mentales et des dépendances en Ontario correspond à 1,5 fois celui de tous les cancers réunis, et à plus de 7 fois celui de toutes les maladies infectieuses¹³.



Les troubles de santé mentale touchent aussi notre économie...

- En Ontario, on estime que les coûts annuels associés aux soins de santé liés aux problèmes d'alcool, à l'application des lois, aux services correctionnels, à la perte de productivité et aux autres problèmes de ce genre s'élèvent à au moins 5 milliards de dollars¹³.
- Chaque semaine, au moins 500 000 travailleurs canadiens sont incapables de travailler en raison de problèmes de santé mentale¹³.

Au Canada, le fardeau économique de la maladie mentale est estimé à 51 milliards de dollars par année. Un montant qui inclut les coûts associés aux soins de santé, à la perte de productivité et à la diminution de la qualité de vie liée à la santé¹³.



La preuve est claire que la prévention et l'intervention précoce sont importantes¹...

Des économistes ont démontré qu'investir dans des programmes de qualité pour la petite enfance rapporte beaucoup à la collectivité. **Des études démontrent que chaque dollar investi dans les programmes d'apprentissage pour les jeunes enfants issus de familles à faible revenu rapporte un rendement de 4 à 9 \$¹⁴.**

- Les interventions précoces, comme les programmes de compétences parentales, sont plus avantageuses sur le plan économique pour la société, que les interventions proposées plus tard dans la vie, par exemple le rattrapage scolaire, la réhabilitation des détenus ou les programmes publics de formation professionnelle¹⁵.

4 à 9 \$ RETOUR SUR L'INVESTISSEMENT

N'attendez pas. En réagissant vite, vous pourriez améliorer la santé mentale d'un enfant.

- La petite enfance, qui va de la conception à l'âge de 6 ans, est l'époque de la vie d'un enfant qui est la plus importante en ce qui a trait au développement du cerveau. Les effets des premières expériences, particulièrement au cours des 2000 premiers jours⁴ sur la connexion et le développement des milliards de neurones du cerveau durent la vie entière¹⁶.

Le cerveau en développement établit 1 million de connexions cérébrales à chaque seconde¹⁴.

