

Sur la route de la santé mentale positive.

Nicolet, 25 février 2016 – La Table de concertation du mouvement des femmes Centre-du-Québec et ses partenaires de l'entente spécifique en égalité entre les femmes et les hommes au Centre-du-Québec sont heureux de vous présenter les résultats d'une recherche sur la santé mentale des femmes fréquentant les organismes communautaires. Cette recherche entreprise il y a 3 ans permet de cerner certains enjeux en matière de santé mentale pour les femmes et leurs familles.

«La recherche nous a permis de mieux connaître le profil des femmes qui fréquentent les groupes communautaires en regard de leur santé mentale. Nous avons pu ainsi identifier les besoins non comblés et formuler des pistes d'intervention en vue d'améliorer la situation. » précise madame Chantal Descheneaux, agente de développement responsable du dossier à la TCMFCQ. Et elle ajoute «51 organismes communautaires centricois ont accepté de collaborer à cette recherche et grâce à leur contribution, 359 participantes de ces groupes ont répondu à notre questionnaire de recherche. Cette participation démontre l'importance de celle-ci pour les groupes communautaires et elle réaffirme l'importance d'agir en matière de santé mentale.»

Qui sont les répondantes?

La majorité des femmes rejointes avait entre 35 et 64 ans (50.4%) avec une proportion plus grande des 50 ans et plus. Une grande majorité des répondantes (86%) gagnent un revenu personnel annuel de 30 000\$ et moins. Plus de la moitié d'entre elles ont un diplôme d'études secondaires ou moins.

Pour madame Francyne Ducharme, coordonnatrice de la TCMFCQ *«Plusieurs des répondantes vivent une situation économique difficile voire très difficile. Plusieurs recherches existantes font un lien entre la précarité financière des femmes et leur santé mentale. Notre recherche va dans le même sens. Ce qui confirme la nécessité d'utiliser une approche globale pour intervenir en santé mentale»*

Concernant leur santé mentale.

Selon les questionnaires reçus, 40% des participantes de la recherche ont reçu un diagnostic pour un problème de santé mentale, la moitié d'entre elles ont mentionné une dépression. Fait plus troublant 27.8% ont déjà fait une tentative de suicide.

Malgré ce portrait sombre, la majorité des participantes de la recherche (72 %) perçoivent positivement leur santé mentale, à l'opposé 28 % des répondantes ont une perception négative de leur santé mentale.

Au sujet de l'aide reçue

Parmi les participantes de la recherche, 79% d'entre elles ont reconnu avoir eu besoin d'aide lors d'épisodes de vie difficiles. Cependant, 53 % d'entre elles n'ont pas reçu (ou que partiellement reçu) l'aide dont elles avaient besoin. Plusieurs ont dit qu'elles ne demandaient tout simplement pas d'aide. Elles préfèrent s'en occuper elles-mêmes. La peur d'être stigmatisées explique, entre autres, le refus de demander de l'aide. Les préjugés à l'égard de la santé mentale sont encore tenaces. D'ailleurs plusieurs participantes et intervenantes ont souligné la nécessité des campagnes de sensibilisation sur la santé mentale.

La porte d'entrée pour obtenir un service demeure le médecin de famille. En effet, 61.3% des participantes ont consulté un médecin de famille en tout premier lieu.

De plus, selon les participantes, la difficulté d'avoir accès à de l'aide professionnelle représente la principale préoccupation. Les délais d'attente pour l'obtention de l'aide et la complexité du processus d'accès ont été particulièrement décriés par les répondantes.

Les pistes d'interventions proposées.

Les membres du comité orienteur en santé mentale de la TCMFCQ ont également voulu apporter leur voix à celles des femmes et des intervenantes, en proposant des recommandations. Il est important de prendre en considération le fait que les femmes ont des besoins spécifiques et que l'offre actuelle en matière de santé mentale ne correspond pas toujours à leurs besoins. Ces recommandations ont pour but de prévenir les problèmes de santé mentale chez les femmes et également leur offrir une gamme de services répondant aux besoins spécifiques des femmes présentant des difficultés en matière de santé mentale.

Le comité orienteur responsable de la recherche a divisé les recommandations en trois grandes catégories. La première regroupe les recommandations portant sur l'accès, la qualité et la diversification des services en matière de santé mentale. La deuxième touche la sensibilisation pour contrer les préjugés concernant la santé mentale. Finalement la troisième rassemble des pistes d'interventions pour soutenir les actions des organismes communautaires.

En conclusion

À l'instar des études antérieures similaires, les résultats obtenus auprès des femmes fréquentant les organismes communautaires centricois démontrent les besoins des femmes en matière de santé mentale, que ce soit pour elles ou leurs proches. Certains de ces résultats témoignent de l'urgence et de l'importance d'agir. Les besoins des intervenantes des groupes communautaires de la région font écho à ceux de leur clientèle.

Pour madame Isabelle Goupil-Sormany directrice à la direction de santé publique et responsabilité populationnelle au CIUSSSMCQ *«Il était important de mieux connaître le portrait actuel des femmes du Centre-du-Québec utilisant les services des organismes communautaires particulièrement en lien avec la perception qu'elles ont de leur santé mentale. Nous pourrions ensemble, amorcer une réflexion pour mettre en place des actions concrètes afin d'améliorer leurs conditions de vie.»*

D'ailleurs le séminaire d'aujourd'hui est justement une première occasion pour réunir intervenantes et intervenants et discuter des pistes d'interventions possibles pour par la suite passer à l'action.

- 30 -

Source : Chantal Descheneaux

Agente de développement, Table de concertation du mouvement des femmes Centre-du-Québec (TCMFCQ)

Téléphone : 819.758.8282

Messagerie : sante@femmescentreduquebec.qc.ca