

RÉPERCUSSIONS DE LA PANDÉMIE :

# La santé mentale des jeunes adultes

Cela fait plus d'un an que la pandémie a fait son apparition. Nous avons tous eu des moments stressants et nous avons aussi tous raté des événements importants. Combien d'adolescents et de jeunes adultes n'ont pu se rendre à des événements sportifs ou des concerts ? Les remises de diplômes et les cours en présentiel ont été annulés. Faire le deuil de ces événements et de bien d'autres a eu une incidence importante.

LES TROIS PRINCIPALES PRÉOCCUPATIONS DES JEUNES GENS DURANT LA PANDÉMIE DE COVID-19<sup>1</sup> :

## 1 Perturbation du quotidien

60 % DES RÉPONDANTS

**1,57** MILLIARDS D'ÉTUDIANTS N'ALLANT PLUS À L'ÉCOLE

Près de 90 % des étudiants étudiaient en dehors d'une salle de classe<sup>2</sup>.

**500 MILLIONS**

n'ont pas pu avoir accès à un enseignement en ligne<sup>2</sup>.

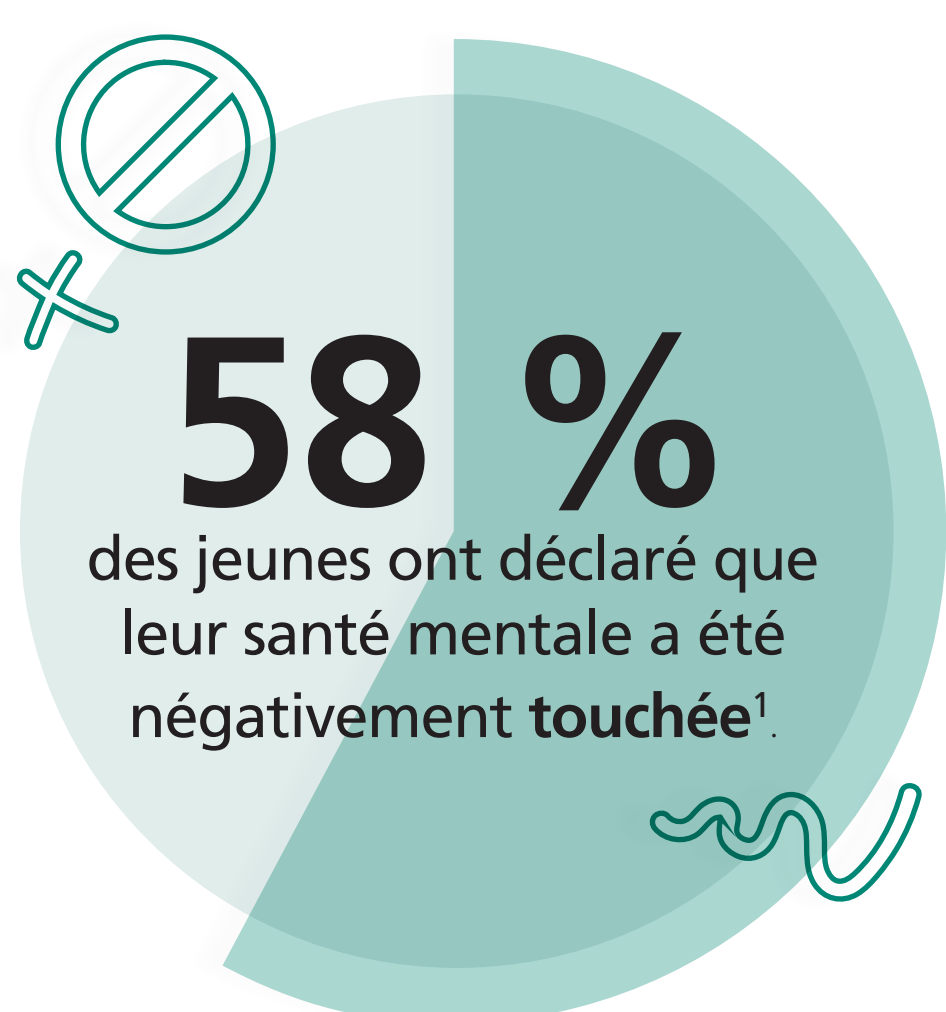
AUGMENTATION DU TEMPS D'ÉCRAN POUR TOUS :

**↑72 %** en Turquie (enfants)<sup>3</sup>

**↑87 %** au Canada (enfants)<sup>4</sup>

**↑70 %** en Chine (tous âges confondus)<sup>5</sup>

**↑49 %** en Pologne (tous âges confondus)<sup>6</sup>



## 2 Santé mentale

55 % DES RÉPONDANTS

**25 %** CONTRE 13 %

Aux États-Unis, les jeunes adultes (18 à 24 ans) sont **deux fois plus susceptibles** que les adultes de signaler le **début de la consommation d'une substance ou une plus forte consommation**<sup>7</sup>.

### CHÔMAGE AUX É.-U. AU PRINTEMPS

**24 %** 2020

8 % 2019

**24,4 %** des jeunes employés (16 à 24 ans) aux États-Unis se sont retrouvés **sans emploi au printemps 2020**<sup>9</sup>.

## 3 Sécurité financière

44 % DES RÉPONDANTS

**34 %** PERTES D'EMPLOI

**34 %** des étudiants de l'enseignement supérieur en Angleterre ont **perdu un emploi, ont vu leurs heures réduites ou n'ont pas été payés pour le travail accompli**<sup>8</sup>.

**72 %** des pays ont « signalé des perturbations des services de santé mentale destinés aux personnes vulnérables, y compris aux enfants et aux adolescents<sup>10</sup> ».

Si vous êtes aux prises avec la dépression, l'anxiété ou le stress à cause de la pandémie – ou que votre adolescent ou jeune adulte, le soit – **de l'aide est à votre disposition.**

Votre programme d'aide aux employés propose un soutien, 24/7, gratuit pour vous et les personnes à votre charge, inscrites à votre régime. Vous pourriez même bénéficier de consultations, en personne ou virtuelles, avec un psychothérapeute, sans aucuns frais supplémentaires.



**VOUS VOUS FAITES DU SOUCI POUR UN JEUNE ADULTE ?**

**Contactez votre programme d'aide aux employés.**

- World Health Organization. COVID-19 Youth Survey: Report. Global Shapers Community, et al. Available at: [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey\\_report\\_for\\_who--final.pdf?sfvrsn=f23bd740\\_4](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who--final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4). Accessed February 16, 2021.
- United Nations. Ensure inclusive and equitable quality education and promote lifelong learning opportunities for all. Available at: <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/goal-04/>. Accessed February 16, 2021.
- Eyimaya AO, Irmak AY. Relationship between parenting practices and children's screen time during the COVID-19 pandemic in Turkey. *J Pediatr Nurs*. 2021 January–February; 56 : 24–29. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7534794/>. Accessed February 16, 2021.
- Carroll N, et al. The impact of COVID-19 on health behavior, stress, financial and food security among middle to high income Canadian families with young children. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2352. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468859/>. Accessed February 16, 2021.
- Hu Z, et al. Impact of the COVID-19 epidemic on lifestyle behaviors and their association with subjective well-being among the general population in mainland China: Cross-sectional study. *J Med Internet Res*. 2020 Aug; 22(8): e21176. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7458584/>. Accessed February 16, 2021.
- Górnicka M, et al. Dietary and lifestyle changes during COVID-19 and the subsequent lockdowns among Polish adults: A cross-sectional online survey PLifeCOVID-19 Study. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2324. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468840/>. Accessed February 16, 2021.
- Pachal N, et al. The implications of COVID-19 for mental health and substance use. Kaiser Family Foundation. Available at: [https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm\\_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm\\_medium=email&\\_hsmi=110418889&\\_hsenc=p2ANqtz-9sijNjVfcQw\\_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa\\_RBNWnX4JHa0KVFPKb6FLcavJ6CPWZwICt-bhMzTCFMOXIVBjMzR\\_TvgpCOzO2t3E&utm\\_content=110418889&utm\\_source=hs\\_email](https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm_medium=email&_hsmi=110418889&_hsenc=p2ANqtz-9sijNjVfcQw_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa_RBNWnX4JHa0KVFPKb6FLcavJ6CPWZwICt-bhMzTCFMOXIVBjMzR_TvgpCOzO2t3E&utm_content=110418889&utm_source=hs_email).
- Montacute R, Holt-White E. COVID-19 and social mobility impact brief #2: University access & student finance. The Sutton Trust. Available at: <https://www.suttontrust.com/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-and-Social-Mobility-Impact-Brief-2.pdf>. Accessed February 16, 2021.
- Gould E, Kassa M. *Young Workers Hit Hard by the COVID-19 Economy*. Economic Policy Institute. Available at: <https://www.epi.org/publication/young-workers-covid-recession/>. Accessed February 16, 2021.
- World Health Organization. COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. Available at: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>. Accessed February 16, 2021.

Ce programme ne doit pas être utilisé en cas d'urgence ou de besoins de soins urgents. En cas d'urgence, appelez le 911 si vous résidez aux États-Unis et si vous résidez en dehors des États-Unis, appelez le numéro des urgences ou rendez-vous au service des urgences. Ce programme ne se substitue pas aux soins d'un médecin ou d'un professionnel de soins de santé. En raison de la possibilité d'un conflit d'intérêts, aucun conseil juridique ne sera offert concernant les pertes impliquant directement des poursuites ou le régime de ses affiliés ou toute entité par lequel le correspondant bénéficiera de ces services directement ou indirectement (p. ex., l'employeur ou le régime de assurance-maladie). Ce programme et ses éléments connexes, en particulier les services aux membres de la famille de moins de 16 ans, peuvent ne pas être disponibles partout et peuvent changer sans préavis. Le niveau d'expérience et/ou d'éducation des consultants faisant partie du Programme d'aide aux employés peut varier selon les termes du contrat ou les exigences réglementaires des pays. Des exclusions et limitations de couverture peuvent s'appliquer.