

GROSSESSE ET SANTÉ MENTALE DES FEMMES AU CANADA

RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE CANADIENNE SUR L'EXPÉRIENCE DE LA MATERNITÉ

RÉSUMÉ

- 7,5 % des femmes ont déclaré avoir ressenti des symptômes de dépression pendant la période postpartum.
- 15,5 % des femmes ont reçu un diagnostic de dépression ou ont été traitées avec des antidépresseurs avant d'être enceintes.
- 12,5 % des femmes ont déclaré que la plupart des journées dans les 12 mois avant la naissance de l'enfant étaient très stressantes.
- Quelques femmes (13 %) ne disposaient que de peu, voire d'aucun soutien pendant leur grossesse.
- Les femmes ayant subi de la violence physique ou une agression sexuelle étaient plus susceptibles de déclarer des symptômes de dépression postpartum, des antécédents de dépression, du stress et peu de soutien social, voire aucun.

INTRODUCTION

Pour la plupart des femmes, la grossesse et la naissance de l'enfant sont des moments de célébration. Toutefois, il peut aussi s'agir de moments auxquels le corps et le style de vie de la femme changent, ce qui peut accroître le risque de problèmes de santé mentale.

L'Organisation mondiale de la Santé définit la santé mentale comme suit : état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté¹.

Il est important d'évaluer la santé mentale des femmes enceintes, parce qu'elle peut non seulement nuire à la santé physique de la femme, mais aussi à la santé et au développement du nouveau-né. Le présent document donne de l'information sur quatre des indicateurs de la santé mentale des femmes sur lesquels portait l'Enquête canadienne sur l'expérience de la maternité (EEM), à savoir la dépression postpartum, les antécédents de dépression, le stress et le soutien social.

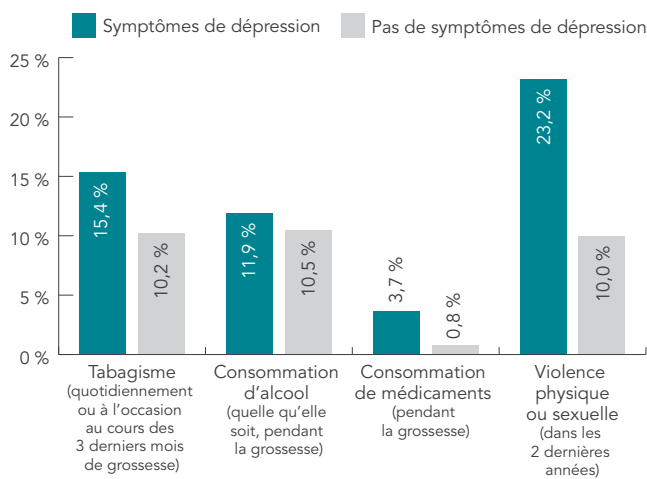
Quatre facteurs de risque sont associés aux indicateurs de la santé mentale susmentionnés : le tabagisme, la consommation d'alcool et de médicaments en vente libre ainsi que les antécédents de violence physique ou sexuelle.



DÉPRESSION POSTPARTUM

De toutes les participantes à l'EEM, 7,5 % ont déclaré avoir ressenti des symptômes de dépression pendant la période postpartum. L'usage du tabac, la consommation d'alcool ou de médicaments en vente libre ainsi que les antécédents de violence physique ou sexuelle étaient plus fréquents chez ces femmes que chez celles n'ayant pas présenté de symptômes de dépression (figure 1). Par exemple, même si peu de femmes ont déclaré avoir fait usage de médicaments en vente libre pendant leur grossesse, quatre fois plus de femmes ayant ressenti des symptômes de dépression (3,7 %) l'ont fait, comparativement aux femmes n'ayant pas ressenti de tels symptômes (0,8 %).

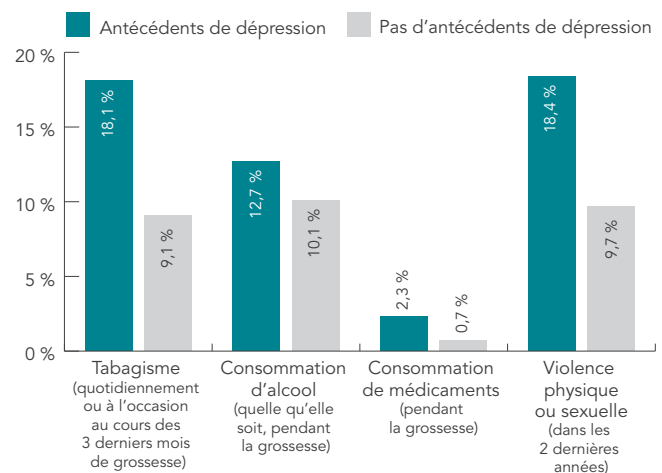
FIGURE 1 : Symptômes de dépression postpartum pour chacun des quatre facteurs de risque.



ANTÉCÉDENTS DE DÉPRESSION

Aux fins de l'EEM, la notion d'antécédents de dépression se rapporte à une femme ayant reçu un diagnostic de dépression ou à qui on a prescrit des antidépresseurs avant qu'elle soit enceinte. De toutes les participantes à l'EEM, 15,5 % ont reçu un diagnostic de dépression ou ont été traitées avec des antidépresseurs avant d'être enceintes. L'usage du tabac, la consommation d'alcool ou de médicaments en vente libre ainsi que les antécédents de violence physique ou sexuelle étaient plus fréquents chez ces femmes que chez celles sans antécédents de dépression (figure 2). Par exemple, deux fois plus de femmes ayant des antécédents de dépression (18,1 %) ont déclaré avoir fumé dans les trois derniers mois de leur grossesse comparativement aux participantes sans antécédents de dépression (9,1 %).

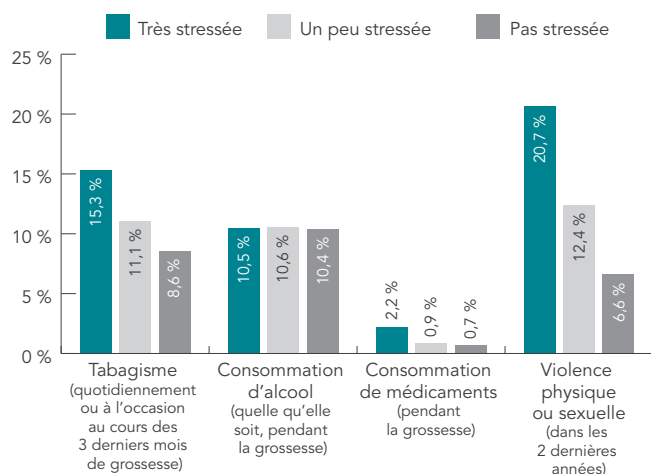
FIGURE 2 : Antécédents de dépression pour chacun des quatre facteurs de risque.



STRESS AUTODÉCLARÉ

L'EEM questionnait les femmes sur leur degré de stress dans les 12 mois précédant la naissance de leur enfant. L'usage du tabac ou de médicaments en vente libre ainsi que les antécédents de violence physique ou sexuelle étaient plus fréquents chez les femmes se disant très stressées que chez celles se disant peu ou pas stressées (figure 3). De toutes les participantes, 12,5 % ont déclaré que la plupart des journées étaient très stressantes, et ce groupe de femmes affichait une proportion d'antécédents de violence physique ou sexuelle dans les deux années précédentes plus de trois fois plus grande (20,7 %) que celle des femmes ayant déclaré n'avoir vécu aucun stress (6,6 %).

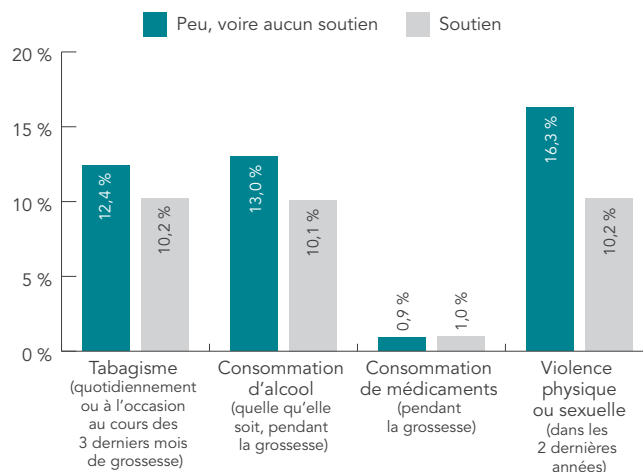
FIGURE 3 : Stress autodéclaré pour chacun des quatre facteurs de risque.



SOUTIEN SOCIAL

De toutes les participantes, 13 % ne disposaient que de peu, voire d'aucun soutien pendant leur grossesse. L'usage du tabac, la consommation d'alcool, ainsi que les antécédents de violence physique ou sexuelle étaient plus fréquents chez ces femmes que chez celles bénéficiant d'un soutien social (figure 4). Lorsque questionnées au sujet des deux dernières années, 16,3 % des femmes n'ayant disposé que de peu, voire d'aucun soutien social ont déclaré avoir subi de la violence physique ou sexuelle, comparativement à 10,2 % chez les autres femmes.

FIGURE 4 : Soutien social pour chacun des quatre facteurs de risque.



RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES

Vous trouverez des détails à propos de l'EEM, comme le questionnaire, les tableaux de données et les diapositives de la formation, sur le site suivant : www.phac-aspc.gc.ca/rhs-ssg/survey-fra.php.

Pour en apprendre davantage sur les choix bénéfiques pour une saine grossesse, consultez le site suivant : [Guide d'une grossesse en santé](#).

RÉFÉRENCES

- 1 Organisation mondiale de la Santé. La santé mentale : renforcer notre action. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/fr/ Publié en septembre 2010. Consulté le 7 octobre 2013.

En 2006–2007, l'Enquête sur l'expérience de la maternité (EEM) a permis d'en savoir plus sur les expériences de maternité vécues par les Canadiennes et sur leurs pratiques avant et pendant la grossesse, juste après la naissance de l'enfant ainsi que dans les mois suivants. L'EEM était un projet du Système canadien de surveillance périnatale, qui surveille les principaux indicateurs de la santé de la mère, du fœtus et du nourrisson au Canada et présente des rapports à ces égards. Pour de plus amples renseignements, consultez le site suivant : www.phac-aspc.gc.ca/rhs-ssg/index-fra.php