

# Regard sur la santé des jeunes de Montréal

COMPRENDRE. MOBILISER. AGIR.

Janvier 2026



## Évolution de la santé mentale des jeunes : matière à réflexion, appel à l'action

### FAITS SAILLANTS

Depuis le début des années 2010, on remarque une hausse des troubles mentaux chez les adolescents et les adolescentes et un déclin du bien-être psychologique (1,2). Cette tendance dans le temps est une source d'inquiétude croissante et certains auteurs croient qu'elle pourrait être le reflet d'une véritable crise de santé publique (1,3).

#### Détérioration de la santé mentale

On observe une détérioration généralisée de la santé mentale chez les jeunes, sur l'ensemble des indicateurs. **Cette détérioration est plus prononcée chez les filles.**

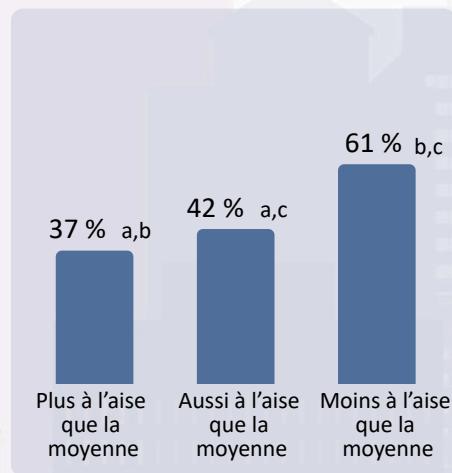
Santé mentale florissante	Niveau élevé de détresse psychologique
⬇️ 2016-2017 : 45 % a 2022-2023 : 35 % a	⬆️ 2010-2011 : 23 % a,b 2016-2017 : 32 % a,c 2022-2023 : 42 % b,c
Diagnostic autorapporté de trouble anxieux	Diagnostic autorapporté de dépression
⬆️ 2010-2011 : 8 % a,b 2016-2017 : 14 % a,c 2022-2023 : 16 % b,c	⬆️ 2010-2011 : 6 % a 2016-2017 : 7 % 2022-2023 : 8 % a

On observe aussi une diminution des compétences personnelles et sociales des jeunes et du soutien social perçu dans leur environnement.

#### Quand les inégalités sociales se reflètent dans la santé mentale

On observe un gradient de santé en fonction de la perception de la situation financière de la famille. Par exemple, plus les jeunes perçoivent que leur famille est à l'aise financièrement comparativement aux familles des autres élèves, moins ils sont susceptibles de rapporter un niveau élevé de détresse psychologique.

Proportion des élèves du secondaire se situant à un niveau élevé de l'indice de détresse psychologique selon la perception de la situation financière familiale, Montréal, 2022-2023



Les déterminants du déclin de la santé mentale chez les jeunes sont multiples et complexes, et il est impossible d'en isoler une cause unique. Dans un contexte social et économique tendu, d'inégalités croissantes, de crise du logement, d'inflation, de conflits et de polarisation, leur détresse peut être comprise comme une réaction normale, bien que non banale. Plutôt que de se limiter à des approches individuelles ou de pointer certains comportements, il devient essentiel d'adopter un discours nuancé et d'innover en considérant la santé mentale comme un enjeu collectif. Cela implique d'écouter les jeunes, de les inclure dans les décisions et de partager le pouvoir avec eux, tout en s'engageant activement à transformer les conditions sociales, scolaires et communautaires qui soutiennent réellement leur bien-être.

1. McGorry P, Gunasiri H, Mei C, Rice S, Gao CX. The youth mental health crisis: analysis and solutions. *Front Psychiatry*. 2024;15:1517533.

2. The Conference Board of Canada. Protéger les esprits pour un avenir plus sûr : L'accès en temps opportun aux services de santé mentale pour les enfants et les adolescents au Canada [Internet]. 2023 déc. [cité 24 nov. 2025]. Disponible sur: <https://www.conferenceboard.ca/product/protéger-les-esprits-pour-un-avenir-plus-sur/>

3. McGorry PD, Mei C, Dalal N, Alvarez-Jimenez M, Blakemore S-J, Browne V, et al. The Lancet Psychiatry Commission on youth mental health. *Lancet Psychiatry*. Sept. 2024;11(9):731-74.



Réseau réussite  
Montréal

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
du Centre-Sud-  
de-l'Île-de-Montréal

Québec