

L'Institut des IRSC

L'Institut des neurosciences, de la santé mentale et des toxicomanies des IRSC, dirigé par le Dr Rémi Quirion, directeur scientifique, appuie la recherche qui vise à réduire le fardeau de la maladie mentale par des stratégies de prévention, la promotion de la santé mentale et la mise au point de nouvelles méthodes de diagnostic et de traitement et la prestation de services de soutien. Les premiers épisodes d'une maladie mentale ainsi que la discrimination et la stigmatisation associées à la maladie mentale figurent au nombre des domaines de recherche privilégiés par l'Institut.

Une des priorités de l'Institut est de renforcer les capacités des chercheurs en santé mentale au Canada. À cette fin, il a donné son appui à un partenariat entre la Fondation canadienne de recherche en psychiatrie (FCRP) et AstraZeneca Canada en vue de soutenir et d'encourager les jeunes chercheurs et de faire connaître leurs réalisations. Depuis l'existence de ce partenariat, récipiendaire du Prix du partenariat des IRSC de 2004, le nombre de demandes de financement présentées aux IRSC a doublé.

Au sujet des Instituts de recherche en santé du Canada

Les Instituts de recherche en santé du Canada sont l'organisme de recherche en santé du gouvernement fédéral. Leur objectif est d'exceller, selon les normes internationales reconnues de l'excellence scientifique, dans la création de nouvelles connaissances et leur application en vue d'améliorer la santé de la population canadienne, d'offrir de meilleurs produits et services de santé et de renforcer le système de santé au Canada. Composés de 13 instituts, les IRSC offrent leadership et soutien à près de 10 000 chercheurs et stagiaires dans toutes les provinces du Canada. Pour de plus amples renseignements, visitez le site des IRSC à l'adresse suivante : www.irsc-cihr.gc.ca

Les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) sont l'organisme de recherche en santé du gouvernement fédéral. Par l'intermédiaire des IRSC, le gouvernement du Canada a investi, en 2004-2005, environ 54,1 millions de dollars dans la recherche sur la santé mentale dans tout le pays.

Les faits

- La maladie mentale désigne une vaste catégorie de troubles parmi lesquels figurent l'anxiété, la dépression, la schizophrénie, les troubles de la personnalité et les troubles alimentaires.
- Un Canadien sur cinq présentera un problème de santé mentale à un moment donné de sa vie.
- La plupart des maladies mentales se déclarent pendant l'enfance, l'adolescence et le début de l'âge adulte.
- Un Canadien sur cent souffre de schizophrénie. Le trouble bipolaire, ou manie-dépression, touche aussi un Canadien sur cent. Huit pour cent (8 %) des adultes seront atteints d'une dépression grave à un moment donné de leur vie; 12 % de la population présente des troubles anxieux.
- Ensemble, la schizophrénie, la dépression et le trouble bipolaire sont à l'origine de plus de 20 % des années vécues avec une incapacité dans les économies de marché établies.
- Environ 3 % des femmes présenteront un trouble alimentaire au cours de leur vie.
- En tant que groupe, les sujets atteints d'une maladie mentale risquent davantage d'être des agresseurs que des agressés.
- Le coût total des troubles mentaux, y compris du stress et de la détresse, s'est élevé à 7,9 milliards de dollars en 1998.

La recherche : trouver des solutions pour améliorer la santé mentale

- Le contact de la mère ne fait pas que reconforter – il pourrait aussi constituer un moyen permettant d'activer ou de désactiver les gènes responsables de la réponse au stress, selon une recherche financée par les IRSC et menée par le Dr Michael Meaney du Centre de recherche de l'hôpital Douglas affilié à l'Université McGill. Le Dr Meaney a découvert que le fait, pour une rate, de lécher ses petits – l'équivalent du contact d'une mère – active le gène qui réduit le niveau d'hormones de stress libérées. Un lien a été établi entre la libération répétée de concentrations élevées d'hormones de stress et les maladies du cœur, le diabète, le dysfonctionnement du système immunitaire et la maladie mentale. Maintenant, le Dr Meaney et ses collègues vérifient si le contact des parents a le même effet sur les bébés humains. Le Dr Ian Weaver, stagiaire auprès du Dr Meaney, a reçu le prix Cerveau en tête de l'Institut des neurosciences, de la santé mentale et des toxicomanies pour sa publication fondée sur cette recherche.
- Des mutations génétiques qui n'ont rien à voir avec les récepteurs de la dopamine peuvent entraîner l'hypersensibilité à la dopamine menant à la psychose qui se manifeste dans la schizophrénie, selon la recherche financée par les IRSC et faite par le Dr Philip Seeman de l'Université de Toronto et ses collègues de huit universités du Canada, des États-Unis et de la Finlande. Pour les chercheurs dans le domaine de la schizophrénie, cette découverte pointe dans une nouvelle direction.
- Les personnes qui souffrent de dépression après une crise cardiaque ont un risque plus élevé de mortalité cardiaque, selon une recherche financée par les IRSC et menée par les Drs Nancy Frasure-Smith de l'Université McGill et François Lespérance de l'Université de Montréal. Ils ont maintenant découvert que des niveaux élevés de soutien social semblent diminuer l'effet de la dépression sur la mortalité, surtout parce que celui-ci atténue la dépression.

Les chercheurs

D^{re} Sonia Lupien : éliminer l'anxiété dans le stress

Après avoir lu un article au sujet d'une recherche en psychologie expérimentale faite par des scientifiques qui avaient remporté le prix Nobel, la D^{re} Sonia Lupien avait une question à poser à son conseiller scolaire : « Que dois-je faire pour me rendre là? »

Aujourd'hui codirectrice du Centre McGill pour les études sur le vieillissement et professeure agrégée au département de psychiatrie, la D^{re} Lupien a eu un parcours fructueux. Elle n'a pas encore remporté le prix Nobel, mais elle a été nommée une des 50 jeunes leaders les plus prometteurs de l'années 2000 au programme *Le Point* de Radio-Canada et dans le magazine *Commerce* en 1999. En 2002, elle a également été nommée une des 40 personnalités de moins de 40 ans dans le *Globe and Mail* et, en 2003, elle figurait sur la liste des dix Canadiens qui font une différence du magazine *Maclean*.

L'attention dont elle a été l'objet est attribuable à une découverte faite en 1998. La D^{re} Lupien a trouvé que, chez les adultes plus âgés, des concentrations élevées de cortisol, une hormone de stress, ont un lien avec l'atrophie de l'hippocampe (une structure du cerveau d'une importance critique pour la mémoire), ce qui entraîne des troubles de la mémoire.

Cette découverte a orienté la suite de la carrière en recherche de la D^{re} Lupien. Elle a orienté ses efforts pour tenter de réduire et de contrôler les concentrations de cortisol à court terme en découvrant à quel moment et de quelle façon le stress se manifeste, afin que personne, de quelque groupe d'âge que ce soit, ne souffre à long terme de problèmes liés à l'hippocampe et, par voie de conséquence, de troubles de la mémoire.

Selon la D^{re} Lupien, « Si la science peut prédire, la science peut prévenir. »

À titre de directrice du nouveau Centre d'études sur le stress humain de l'Hôpital Douglas affilié à l'Université McGill, la D^{re} Lupien supervise des études multidisciplinaires portant sur le stress dans une multitude d'environnements.

Par exemple, elle a examiné comment la pauvreté peut engendrer des taux plus élevés d'hormones de stress et des difficultés d'apprentissage chez les enfants. Ses résultats, qui confirment cette prédiction, l'ont menée à mettre au point des programmes destinés aux enfants afin de leur montrer ce qu'est le stress et de quelle façon il nuit à leur apprentissage. Elle a créé le programme *De-Stress for Success* qui sera mis en oeuvre dans les écoles lorsqu'on aura assuré un financement suffisant.

Le milieu de travail retient également son attention. En examinant les concentrations de cortisol, elle évalue, analyse et prédit les risques d'épuisement professionnel et de dépression.

Son prochain objectif? Les familles. Elle croit qu'en intervenant auprès des travailleurs et de leurs enfants pour atténuer les effets dommageables du stress, elle peut éviter les effets d'entraînement du stress des travailleurs sur les autres membres de la famille.

Dans chaque situation, la D^{re} Lupien tente d'aider les personnes à définir le stress dans leur propre vie et à trouver des méthodes pour le gérer. La clé de son succès réside dans un processus en trois étapes : reconnaître le stress dans de nouvelles situations, apprendre à reconnaître les modèles qui rendent ces situations plus familières et intervenir de façon à gérer ces modèles.

« Après, déclare la D^{re} Lupien, on peut se détendre ».

- Le SPM – ou l'enfer du SPM? Un chercheur financé par les IRSC de l'Université de l'Alberta s'attaque à une maladie peu connue appelée « trouble dysphorique prémenstruel (TDPM) », une forme extrême du syndrome prémenstruel que tant de femmes connaissent. Les D^{rs} Jean-Michel Le Melleo et Janette Seres estiment que de 2 à 7 % des femmes souffrent du TDPM durant leurs années de fécondité. Elles ont des fringales, éprouvent de la tristesse, se désintéressent de leurs activités de tous les jours, souffrent d'insomnie ou d'anxiété, ont de la difficulté à se concentrer et sont prédisposées à d'autres troubles psychiatriques, notamment la dépression.
- Les détenus sont deux à trois fois plus susceptibles que les hommes en général de souffrir d'une maladie psychiatrique grave; les détenues sont encore plus susceptibles d'être atteintes d'un trouble mental grave. Le D^r James Ogloff, autrefois de l'Université Simon Fraser et maintenant de l'Université Monash à Melbourne, en Australie, a dirigé une équipe qui a mis au point un outil de dépistage dans les établissements correctionnels, le *Jail Screening Assessment Tool* (JSAT), afin de fournir un cadre pour l'évaluation de l'état de santé mentale des détenus. Les essais ont permis de constater que le JSAT pourrait être un outil efficace pour dépister les détenues qui ont besoin de soins psychiatriques et d'être placées dans des institutions spécialisées. La D^{re} Tonia Nichols de l'Université de la Colombie-Britannique a reçu le prix Cerveau en tête pour l'article qu'elle a publié en collaboration avec son équipe sur la mise au point et l'évaluation de cet outil.

En cours de réalisation... s'attaquer au problème de la maladie mentale

L'invalidité mentale représente maintenant entre 30 et 40 % des demandes d'indemnisation d'invalidité en milieu de travail – et la perte de productivité des employés qui continuent à travailler malgré de tels problèmes reste à évaluer. Cependant, alors qu'on s'est bien occupé des risques physiques en milieu de travail, on en sait peu sur ce qui, dans les conditions de travail, peut causer ou exacerber des maladies mentales ou des dépressions chez les employés.

Les IRSC consacreront les dix prochaines années à l'étude de la santé mentale en milieu de travail. Un des objectifs de cette initiative de 3,2 millions de dollars est de diminuer la stigmatisation de la maladie mentale, afin que les travailleurs soient moins réticents à chercher de l'aide pour résoudre leurs problèmes. D'autres recherches pourraient être orientées vers une meilleure compréhension des différences entre ceux qui réussissent bien sous la pression et ceux qui la subissent. En permettant de constituer un solide fond d'observations de recherche, cette initiative permettra d'établir des bases en vue de combattre l'incidence de la maladie mentale en milieu de travail. Elle permettra également de former de nouveaux chercheurs dans ce domaine, de créer une coalition pour déterminer les priorités de recherche, de mettre au point des interventions novatrices pour la mise en place de politiques et de programmes et de trouver les meilleures pratiques.