

# Examen de l'évolution de la consommation d'alcool et de cannabis et de la

## STIGMATISATION PENDANT LA PANDÉMIE DE COVID-19 AU CANADA

La pandémie de COVID-19 continue d'affecter les gens partout au Canada. Cela comprend des sentiments accrus d'isolement, de stress et de désespoir, ainsi que des obstacles plus importants à l'accès aux aides sanitaires et sociales. Pour de nombreuses personnes, elle se traduit également par une augmentation de la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres substances. Il n'y a pas de mal à ne pas aller bien et il n'y a pas de mal non plus à demander de l'aide (voir *Ressources d'aide* à la page 2).

### Nos conclusions

La consommation d'alcool et de cannabis a **changé** chez les Canadiens de 15 ans et plus qui consommaient ces substances avant la pandémie de COVID-19 :



**24 %** ont déclaré avoir **augmenté** leur consommation d'alcool pendant la pandémie de COVID-19.



**34 %** ont déclaré avoir **augmenté** leur consommation de cannabis pendant la pandémie de COVID-19.

### BESOINS NON SATISFAITS CHEZ LES PERSONNES CONSOMMANT DE L'ALCOOL ET DU CANNABIS

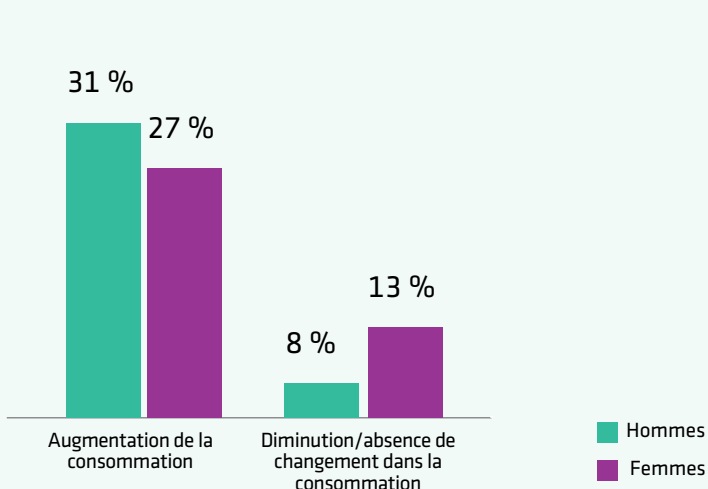


**Les besoins non satisfaits** ont été mesurés à l'aide de la question d'enquête suivante : *Depuis le début de la pandémie de COVID-19, y a-t-il eu une occasion où vous avez senti que vous aviez besoin d'aide pour composer avec vos émotions, votre santé mentale ou votre consommation d'alcool ou de drogues, mais vous n'en avez pas obtenue?*



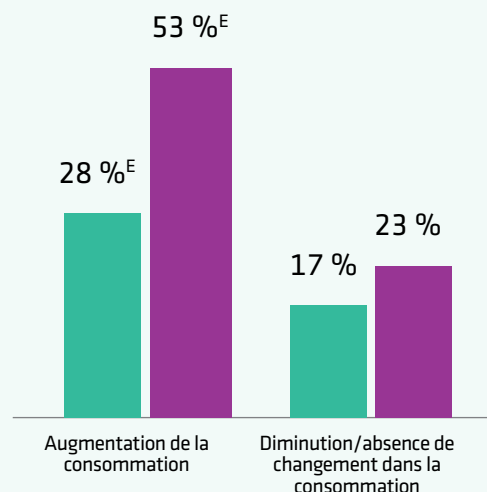
#### L'ALCOOL

Les besoins non satisfaits ont été signalés dans une proportion **significativement plus élevée** d'hommes et de femmes qui ont déclaré une **augmentation** de leur consommation d'alcool, par rapport à ceux qui ont déclaré une **diminution ou aucun changement**.



#### CANNABIS

Les besoins non satisfaits ont été signalés dans une proportion **significativement plus élevée de femmes** qui ont déclaré une **augmentation** de leur consommation, par rapport aux hommes.



# L'AUTOSTIGMATISATION CHEZ LES PERSONNES QUI CONSOMMENT DE L'ALCOOL ET DU CANNABIS



## Qu'est-ce que l'autostigmatisation?

- L'autostigmatisation désigne le processus par lequel un individu intériorise les attitudes et messages sociétaux négatifs concernant sa situation dans la vie (ex., la consommation de substances) et **les applique à lui-même**.
- Elle peut conduire à une faible estime de soi et à l'isolement.
- Elle peut constituer un obstacle à la recherche d'un soutien, au rétablissement et au bien-être général.

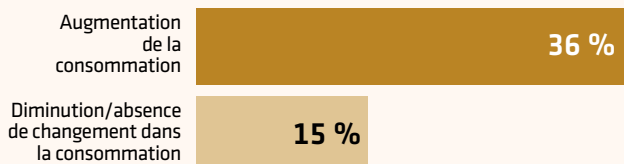
L'autostigmatisation était **plus prévalente** chez les personnes ayant déclaré une **augmentation** de leur consommation d'alcool et de cannabis pendant la pandémie de COVID-19, par rapport à celles ayant déclaré une **diminution ou aucun changement**.

L'autostigmatisation a été évaluée en fonction d'un accord fort ou général avec les deux affirmations suivantes :

« Je suis gêné ou mal à l'aise à l'idée de **demander de l'aide ou un traitement** pour ma consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments »



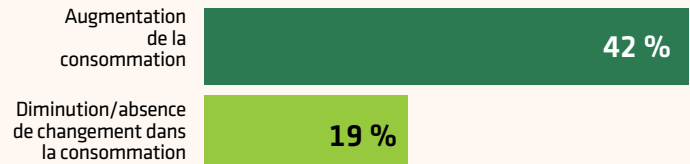
### L'ALCOOL



« Je suis gêné ou mal à l'aise à l'idée de **parler de** ma consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments à mes amis ou aux membres de ma famille »



### CANNABIS



## RESSOURCES D'AIDE

- Vous pouvez soutenir vos amis et les membres de votre famille en leur faisant savoir qu'ils ne sont pas seuls et que de l'aide est accessible.
- Si votre consommation de substances vous inquiète, demander de l'aide est la première étape vers le bien-être. Les ressources suivantes peuvent vous aider :
  - Le portail en ligne Espace mieux-être Canada offre un soutien immédiat, gratuit et confidentiel en matière d'usage de substances et de santé mentale, en français et en anglais, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, à tous les Canadiens : <https://www.wellnesstogether.ca/fr-CA>
  - La ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être offre des conseils immédiats et culturellement avisés en matière de santé mentale et d'intervention en cas de crise à tous les peuples autochtones du Canada, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Le counseling est offert en cri, en ojibwé et en inuktitut : <https://espoirpourlemieuxetre.ca>
- Jeunesse, J'écoute : [https://jeunessejecoute.ca/?\\_ga=2.104001728.1777870304.1657629486-987442012.1657307133/](https://jeunessejecoute.ca/?_ga=2.104001728.1777870304.1657629486-987442012.1657307133/)
- Obtenez de l'aide pour la consommation de substances <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/obtenir-aide-consommation-problematique-substances.html>
- Ressources sur la COVID-19 <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/services-sante-mentale/sante-mentale-obtenir-aide.html>
- Ressources sur la COVID-19 pour les parents et les enfants : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19/ressources-parents-enfants.html>

### NOTES :

Les analyses pour cette infographie ont été réalisées à l'aide de données accessibles au public provenant de la série d'enquêtes suivante sur les perspectives canadiennes de Statistique Canada : *Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes 6 : Consommation d'alcool ou de drogues et stigmatisation pendant la pandémie*. Cette enquête a été réalisée du 25 au 31 janvier 2021 auprès de personnes âgées de 15 ans et plus dans les dix provinces canadiennes.

Les proportions dans les tableaux ne totalisent pas 100 % car les estimations pour les répondants qui n'ont pas déclaré avoir ressenti des besoins non satisfaits/une autostigmatisation ne sont pas indiquées dans les tableaux.

<sup>5</sup> Conformément aux directives en matière de qualité de Statistique Canada pour la *série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes* ces estimations sont de qualité marginale et doivent être interprétées avec prudence.

### RÉFÉRENCES :

- <sup>1</sup> Corrigan PW, Rao D. On the self-stigma of mental illness : stages, disclosure, and strategies for change. *La revue canadienne de psychiatrie*. Août 2012; 57(8):464-9. doi : 10.1177/070674371205700804.
- <sup>2</sup> Gouvernement du Canada (Internet). Stigmatisation de la consommation de drogues; 2021 (cité le 24 janvier 2022). Accessible au : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/opioides/stigmatisation.html>