

Pleins feux sur la santé mentale des enfants

Par Dr David Wolfe, président du Projet Santé mentale des enfants RBC

La plupart des parents ont la mystérieuse capacité de détecter rapidement (et avec précision) la gravité des maux dont sont affligés leurs enfants. Dans bien des cas, un rapide coup d'œil et quelques questions ciblées permettent de déterminer.

Mais comment nous en tirons-nous lorsqu'il s'agit de cerner et d'évaluer un problème qui touche l'esprit et non le corps de notre enfant ? Malheureusement, la réponse est souvent « pas aussi bien qu'il le faudrait ».

On pense souvent, à tort, que les maladies mentales ne touchent que les adultes. En fait, il y a, dans notre société, un long et troublant historique de répression des questions de santé mentale chez les enfants. De nos jours, heureusement, nous reconnaissons que les problèmes de santé mentale chez les enfants et les adolescents sont fréquents et qu'il s'agit d'une préoccupation sociale partout dans le monde.

Actuellement, 1,2 million d'enfants et d'adolescents canadiens sont aux prises avec un problème de santé mentale. De récentes recherches indiquent qu'un enfant et un adolescent sur cinq souffriront d'une maladie mentale suffisamment grave pour occasionner une détresse importante et influencer sa qualité de vie. Et il existe de plus en plus de preuves selon lesquelles plusieurs troubles psychologiques se manifestent dès l'enfance ou l'adolescence.

Bien que la notion de maladie mentale chez l'enfant englobe plusieurs troubles différents, on peut habituellement les regrouper selon ces deux catégories : troubles du comportement et troubles émotionnels

Pratiquement tous les enfants vivent de courts épisodes de problèmes comportementaux ou émotionnels à un moment ou un autre de leur développement. Cela fait partie de la vie. Mais lorsque ces problèmes perturbent le fonctionnement de l'enfant à la maison ou à l'école, il est peut-être temps d'y regarder de plus près. Nous pouvons, comme parents, nous poser certaines questions. Ce comportement perturbe-t-il mon enfant ? Depuis combien de temps se manifeste-t-il ? Ce comportement est-il considéré comme « normal » pour un enfant de cet âge ?

La qualité des traitements et des services offerts pour les enfants souffrant de problèmes de santé mentale s'améliore sans cesse. Malheureusement, plusieurs enfants qui pourraient tirer profit de ces services n'y ont pas accès en raison des tabous associés aux problèmes de santé mentale chez les enfants. La morale cette histoire : si nous voulons augmenter le pourcentage des enfants qui reçoivent les soins appropriés, nous devons, comme société, passer outre les tabous actuellement associés aux troubles de santé mentale. Ne pas tenir compte des symptômes n'aura que des répercussions négatives. C'est en posant un diagnostic le plus tôt possible que nous obtiendrons une issue positive, et surmonter les tabous est un élément important de ce processus.