

# La détresse péritraumatique liée à la pandémie de COVID-19 auprès des parents du Québec

**Détresse péritraumatique:** détresse psychologique vécue pendant ou immédiatement après un événement traumatique

492 parents québécois



**31 ans**  
âge moyen des parents

**2,5 mois**  
âge moyen de l'enfant



ont rempli des questionnaires en ligne entre **avril et novembre 2020**

## La mesure de détresse péritraumatique

Permet de mesurer quatre dimensions

### Humeur négative

sentiments d'anxiété, de tristesse et d'impuissance



### Changement cognitif et comportemental

pensées compulsives / comportements d'évitement reliés à la COVID-19



### Somatisation

symptômes physiques (p. ex., mal de dos ou de tête, étourdissements)



### Hypervigilance et irritabilité

augmentation de l'état d'alerte et irritabilité envers l'entourage



Trois niveaux de détresse

Sévère

Modéré

Normal



## Faits saillants

Prévalence de la détresse péritraumatique chez les parents au Québec inférieure à celle observée dans d'autres pays.



Sévère

Modéré

**20,5%**

de parents québécois ont présenté de la détresse péritraumatique



Chine **35%**



Italie **30%**



Pérou **45%**

## Qu'est-ce qui pourrait expliquer cette différence?

### Échantillon formé de parents d'un nouveau-né

Étant donné que le congé parental est plus long au Québec qu'ailleurs dans le monde, les parents québécois ont peut-être été moins touchés par certaines des mesures adoptées par le gouvernement.

### Contraintes imposées par le gouvernement moins sévères au Québec

Les Québécois avaient plus de liberté comparativement aux autres pays, ou des restrictions de déplacement étaient plus strictes (p. ex.; défense de sortir de la maison ou d'utiliser le transport public).

### Présence de soutien gouvernemental et social

Le soutien offert par le gouvernement fédéral ainsi que l'entraide de la population (ex. : mouvement #çavabienaller) a peut-être contrecarré certains effets psychologiques de la pandémie.

### Différences de valeurs, perception et expression des émotions selon les cultures

Les Occidentaux seraient davantage encouragés que d'autres cultures à exprimer de la positivité même lors d'un événement stressant.

Plus de détresse péritraumatique est associée à plus de ...



Détresse psychologique



Dépression postpartum

et à moins de...



Satisfaction de vie

## Conclusion

Les événements stressants de grande envergure (p. e.x, pandémie, tremblements de terre, inondations) peuvent avoir des effets négatifs sur la santé mentale de parents de jeunes enfants.

Cela met en évidence l'importance du soutien gouvernemental et social pour le maintien de la santé psychologique de parents lors d'événements stressants en général.



### Consultez l'article complet

Lassance, L., Bélanger, C., Baumann, M., Paradis, A., Dion, J., & Godbout, N. (2022). Validation of the French-Canadian version of the COVID-19 Peritraumatic Distress Index with parents of an infant. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*. <https://doi.org/10.1037/cbs0000357>

### Pour citer cette infographie

Lassance, L., Paradis, A., Baumann, M., Bélanger, C., Dion, J., & Godbout, N. (2023). La détresse péritraumatique liée à la pandémie de COVID-19 auprès des parents du Québec. *Projet Couples Parentaux, Université du Québec à Montréal, Montréal*.