



Efficacité des services de proximité en  
santé mentale pour la clientèle adolescente :  
modalités et approches dans un  
contexte de rareté des ressources

## SOMMAIRE EXÉCUTIF

---

du rapport d'ETMI classique

### **Auteurs**

Sylvie St-Jacques, Ph.D., responsable scientifique de l'Unité d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé et services sociaux (UETMISSS), Direction de l'enseignement et des affaires universitaires (DEAU), CIUSSS de la Capitale-Nationale

Katherine Montpetit-Tourangeau, Ph.D., agente de planification, de programmation et de recherche, Direction de la recherche et de l'innovation (DRI), CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal

### **Demandeur**

Frédéric Aublet, directeur, Direction jeunesse (DJ), CIUSSS de la Capitale-Nationale

### **Gestionnaires du mandat**

Isabelle Beaumier, chef de service ETMISSS et Bibliothèque, DEAU, CIUSSS de la Capitale-Nationale

Jeanne-Marie Alexandre, chef de service Bibliothèque, Service documentaire et mobilisation des connaissances (SDMB), UETMISSS, DRI, CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal jusqu'en décembre 2024

### **Recherche documentaire**

Marie-Marthe Gagnon, bibliothécaire, CIUSSS de la Capitale-Nationale

Simina Trif, bibliothécaire, CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal

### **Révision linguistique et mise en page**

Marie-Josée Pageau, technicienne en administration, UETMISSS, DEAU, CIUSSS de la Capitale-Nationale

### **Conception graphique**

Karine Binette, technicienne en arts graphiques, Service du transfert des connaissances et du rayonnement, DEAU, CIUSSS de la Capitale-Nationale

### **Responsabilité**

Ce document n'engage d'aucune façon la responsabilité du Centre intégré universitaire en santé et services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale et du Centre intégré universitaire en santé et services sociaux (CIUSSS) du Nord-de-l'Île-de-Montréal, de leur personnel et des professionnels à l'égard des informations transmises.

En conséquence, les CIUSSS de la Capitale-Nationale et du Nord-de-l'Île-de-Montréal ainsi que les membres de leurs Unités d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé et services sociaux (UETMISSS) respectives ne pourront être tenus responsables en aucun cas de tout dommage de quelque nature que ce soit au regard de l'utilisation ou de l'interprétation de ces informations.

### **Pour citer ce document**

St-Jacques, S. et Montpetit-Tourangeau, K. (2025). Efficacité des services de proximité en santé mentale pour la clientèle adolescente : Modalités et approches dans un contexte de rareté des ressources - Sommaire exécutif, UETMISSS, CIUSSS de la Capitale-Nationale et CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, 8 p.

**Dépôt légal, 2025**

**Bibliothèque et Archives nationales du Québec**

**ISBN : 978-2-555-01969-0 (PDF)**

**© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, 2025**

## PROBLÉMATIQUE

Les troubles dépressifs et les troubles anxieux surviennent tôt dans le développement de l'enfant et leur prévalence augmente lors de la transition de l'enfance à l'adolescence (Couture, 2019). La prise en charge des symptômes et des troubles mentaux en temps opportun, couplée à une offre de soins appropriée dès l'enfance ou l'adolescence, demeurent importantes pour éviter que ces troubles perdurent à l'âge adulte (Agresta *et al.*, 2022; Organisation mondiale de la Santé (OMS), 2024). Avec la demande grandissante des services de proximité, des approches efficaces et une variété de modalités de prestation de services devraient permettre d'atteindre l'ensemble des jeunes au moment opportun (Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS), 2019). En concordance avec les principes directeurs du *Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM) 2022-2026* (Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS), 2022) et le *Programme québécois pour les troubles mentaux (PQPTM)* (Ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec (MSSS), 2020), des méthodes de prestation de soins repensées et mieux adaptées aux besoins des adolescents demeurent nécessaires.

## CONTEXTE

Au Québec, comme ailleurs dans le monde, la prévalence des symptômes et des troubles mentaux chez les jeunes est en constante progression (Ouellet-Morin *et al.*, 2021). Cette problématique, exacerbée par la pandémie de la COVID19, entraîne une augmentation des besoins de soins et de services de proximité en santé mentale pour les adolescents (Bergeron *et al.*, 2022; Lane *et al.*, 2022). Pour faire face à ce besoin, la Direction du programme jeunesse du CIUSSS de la Capitale-Nationale souhaite mettre en place des moyens pour améliorer l'efficacité des services de proximité pour les adolescents ayant des symptômes ou des troubles de santé mentale. L'UETMISSS du CIUSSS de la Capitale-Nationale a reçu le mandat d'identifier et d'évaluer les modalités et les approches innovantes permettant d'améliorer l'efficacité de la prestation de soins et services de proximité en santé mentale chez les jeunes âgés de 12 à 17 ans. Ce mandat fut réalisé en collaboration avec l'UETMISSS du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal.

## OBJECTIF

Ce projet d'ETMISSS a été réalisé pour répondre à la question suivante : Quelles sont les modalités et les approches innovantes en services de proximité pour le traitement des adolescents présentant des symptômes ou des troubles de santé mentale ?

## MÉTHODOLOGIE

Une revue systématique de la littérature scientifique conduisant à la formulation de constats a été réalisée selon la méthode PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*). Les stratégies de recherche documentaire ont été utilisées pour interroger les bases de données bibliographiques CINHALL (EBSCO), Medline (OVID), Embase (Ovid) et PsychINFO (OVID). Les documents repérés lors de la recherche documentaire ont été sélectionnés à l'aide de critères d'inclusion et d'exclusion déterminés selon l'outil PICOTS. Les données pertinentes ont été extraites à l'aide d'une grille structurée. Les interventions identifiées dans la littérature furent regroupées en fonction de leurs modalités de prestation, soit en présentiel, sous forme numérique ou hybride (plus d'une approche simultanément).

## RÉSULTATS

Des 2 566 documents potentiellement éligibles, 23 études présentant 22 interventions furent retenues. De façon générale, les interventions réalisées en présentiel ont conduit à une amélioration de la dépression et/ou de l'anxiété. Des effets positifs sur le fonctionnement global et les problèmes psychosociaux ont aussi été mesurés. L'impact des interventions ou des programmes numériques apparaît plus hétérogène. Selon les résultats obtenus pour les programmes basés sur la thérapie cognitivo-comportementale (TCC), ou qui l'incluent, la diminution des symptômes dépressifs ou anxieux semble corrélée avec un plus grand nombre de séances suivies par les participants, démontrant une plus grande efficacité. Deux interventions hybrides réalisées à la fois en présentiel et en mode numérique ont entraîné une réduction des symptômes de dépression.

## CONSTATS

- Des interventions offertes en présentiel sous le mode numérique ou hybride et réalisées en milieux cliniques, scolaires ou communautaires ont été identifiées pour la prestation de services de proximité en santé mentale auprès des adolescents;
- Plusieurs interventions dans les services de proximité en santé mentale se basent sur la TCC pour traiter des adolescents;
- La durée des interventions démontre une variation de trois à 12 semaines;
- Les intervenants les plus souvent impliqués font partie de la catégorie des psychologues, des médecins généralistes et des intervenants en psychiatrie;
- Les parents ou proches peuvent être impliqués dans certaines interventions, soit en prenant part à celle-ci comme prestataire de service ou, le plus souvent, en soutien de leur jeune en cours de traitement;

- Les interventions réalisées en présentiel semblent les plus efficaces pour diminuer la dépression et l’anxiété indépendamment du milieu où elles sont dispensées;
- Diverses formes de TCC permettent de réduire la dépression et l’anxiété;
- Des interventions basées sur des approches autres que la TCC permettent d’améliorer les symptômes de santé mentale chez les adolescents;
- Les approches numériques démontrent une certaine efficacité pour réduire l’anxiété et leur efficacité varie selon le nombre de séances suivi par les jeunes;
- Les interventions hybrides, bien qu’elles combinent au moins deux types d’interventions, ne se montrent pas plus efficaces que les interventions offertes en présentiel ou en mode numérique;
- Aucune étude n’a abordé spécifiquement la sécurité des interventions;
- Des mesures pour assurer la confidentialité et la sécurité des jeunes durant des interventions en présentiel furent rapportées;
- Les études numériques abordent la sécurisation des accès aux plateformes numériques.

## CONCLUSION

Vingt-deux interventions dispensées selon différentes modalités et des programmes innovants pourraient être offerts dans les services de proximité en santé mentale pour la clientèle adolescente. Les interventions dispensées en présentiel par différents types de professionnels apparaissent les plus efficaces pour réduire les symptômes de dépression et l’anxiété chez les jeunes. Toutefois, les interventions numériques représentent une avenue intéressante à explorer. Plus d’études sont nécessaires pour confirmer l’efficacité des interventions répertoriées.

## RÉFÉRENCES

---

- Agresta, S., Devault-Tousignant, C., Esteban, F., Fontaine, P., Gauthier, K., Huberdeau, A. J., La Haye-Caty, N., Monnier, J. et Trinh, S. (2022). *Accès aux soins en santé mentale. Un portrait québécois alarmant* <https://psychotherapeutesquebec.ca/wp-content/uploads/2022/06/Acce%CC%80s-aux-soins-en-sante%CC%81-mentale-Rapport-annuel-2022-MQRP-1.pdf>
- Bergeron, J., Bourassa, L., Généreux, M., Goupil, J., Lemelin, R., Noël, Y. et Paradis, A., Enquête sur la santé psychologique des 12 à 25 ans. Canada: Université de Sherbrooke. Retrieved from (2022). *Enquête sur la santé psychologique des 12 à 25 ans*. U. d. Sherbrooke. [https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/cisss\\_laurantides/Sante\\_Publique/Donnees\\_sur\\_la\\_population/Autres\\_documents/Enquete\\_sante\\_psychologique\\_12\\_25\\_ans\\_Mars\\_2022.pdf](https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/cisss_laurantides/Sante_Publique/Donnees_sur_la_population/Autres_documents/Enquete_sante_psychologique_12_25_ans_Mars_2022.pdf)
- Couture, H. (2019). *La santé mentale des enfants et des adolescents : données statistiques et enquêtes recensées*. G. d. Québec. <https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2019/03/2019-03-la-sante-mentale-des-enfants-et-des-adolescents-1.pdf>
- Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS), B. I. e. B. P. (2019). *Mécanismes d'accès aux services de proximité – État des connaissances*. Canada: Rédigé par Boisvert I et Bush P Retrieved from [https://www.inesss.qc.ca/fileadmin/doc/INESSS/Rapports/ServicesSociaux/INESSS\\_Mecanisme-acces-services-proximite.pdf](https://www.inesss.qc.ca/fileadmin/doc/INESSS/Rapports/ServicesSociaux/INESSS_Mecanisme-acces-services-proximite.pdf)
- Lane, J., Therriault, D., Dupuis, A., Gosselin, P., Smith, J., Ziam, S., Roy, M., Roberge, P., Drapeau, M., Morin, P., Berrigan, F., Thibault, I. et Dufour, M. (2022). The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Anxiety of Adolescents in Québec. *Child Youth Care Forum*, 51, 811–833. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10566-021-09655-9>
- Ministère de la santé et des services sociaux du Québec (MSSS). (2020). *Programme québécois pour les troubles mentaux : des auto-soins à la psychothérapie (PQPTM)*. Ministère de la santé et des services sociaux du Québec (MSSS). <https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/sante-mentale/programme-quebecois-pour-les-troubles-mentaux/>
- Ministère de la santé et des services sociaux du Québec (MSSS). (2022). *S'unir pour un mieux-être collectif. Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026*. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-914-14W.pdf>
- Organisation mondiale de la santé (OMS). (2024). *Santé mentale des adolescents*. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ouellet-Morin, I., Robitaille, M.-P. et Juster, R.-P. (2021). Applications mobiles pour soutenir la santé mentale des jeunes : opportunités et défis. *Santé mentale au Québec*, 46(1). <https://doi.org/10.7202/1081508ar>

**UETMISSS**

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec** 