



Promouvoir la santé mentale à la petite enfance

Les six premières années de vie sont cruciales pour la croissance, le développement et la santé mentale. Promouvoir des interactions, des relations et une santé mentale saines dès le départ peut contribuer à améliorer la santé et le bien-être plus tard.

La santé mentale du nourrisson et du jeune enfant, que l'on appelle souvent développement social et émotionnel, représente le développement de la capacité de l'enfant, de la naissance à l'âge de cinq ans, à bâtir des liens étroits et rassurants avec les adultes et d'autres enfants, à expérimenter, gérer et exprimer une gamme complète d'émotions et à explorer son environnement et à apprendre – le tout dans un cadre familial, communautaire et culturel. Les approches d'intervention auprès des jeunes enfants requièrent une sensibilité à leurs besoins développementaux au sein de leur famille et de leur communauté.

La CSMC appuie des conversations afin de faciliter un environnement favorable et mieux coordonné qui promeut le développement positif, la santé mentale et la résilience à toutes les étapes de la vie.

Lors de nos consultations auprès de parents et de personnes qui travaillent avec de jeunes enfants et des familles, nous avons recensé des besoins et des occasions clés :

- ✓ améliorer l'accès aux services à la petite enfance, notamment les services de garde;
- ✓ accroître la sensibilisation à la santé mentale des jeunes enfants;
- ✓ offrir de la formation à tous les professionnels qui travaillent auprès des jeunes enfants, des familles et des fournisseurs de soins dans leur communauté;
- ✓ élaborer des stratégies communautaires de prévention et de promotion.

Faits essentiels

- ✓ Dans l'ensemble, **70 % des jeunes adultes** aux prises avec une maladie ou un problème associé à la santé mentale indiquent que les premiers symptômes sont apparus pendant l'enfance.
- ✓ **Les taux de prévalence** des problèmes de santé mentale chez les très jeunes enfants sont difficiles à déterminer, mais on estime qu'ils varient entre **10 et 20 %**.
- ✓ Les études démontrent un **rendement de 8 \$** pour chaque dollar investi dans le secteur de la santé mentale à la petite enfance.

Visitez la section sur la santé mentale à la petite enfance à commissionsantementale.ca pour en savoir davantage.



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada

Avec le financement de



Santé
Canada Health
Canada