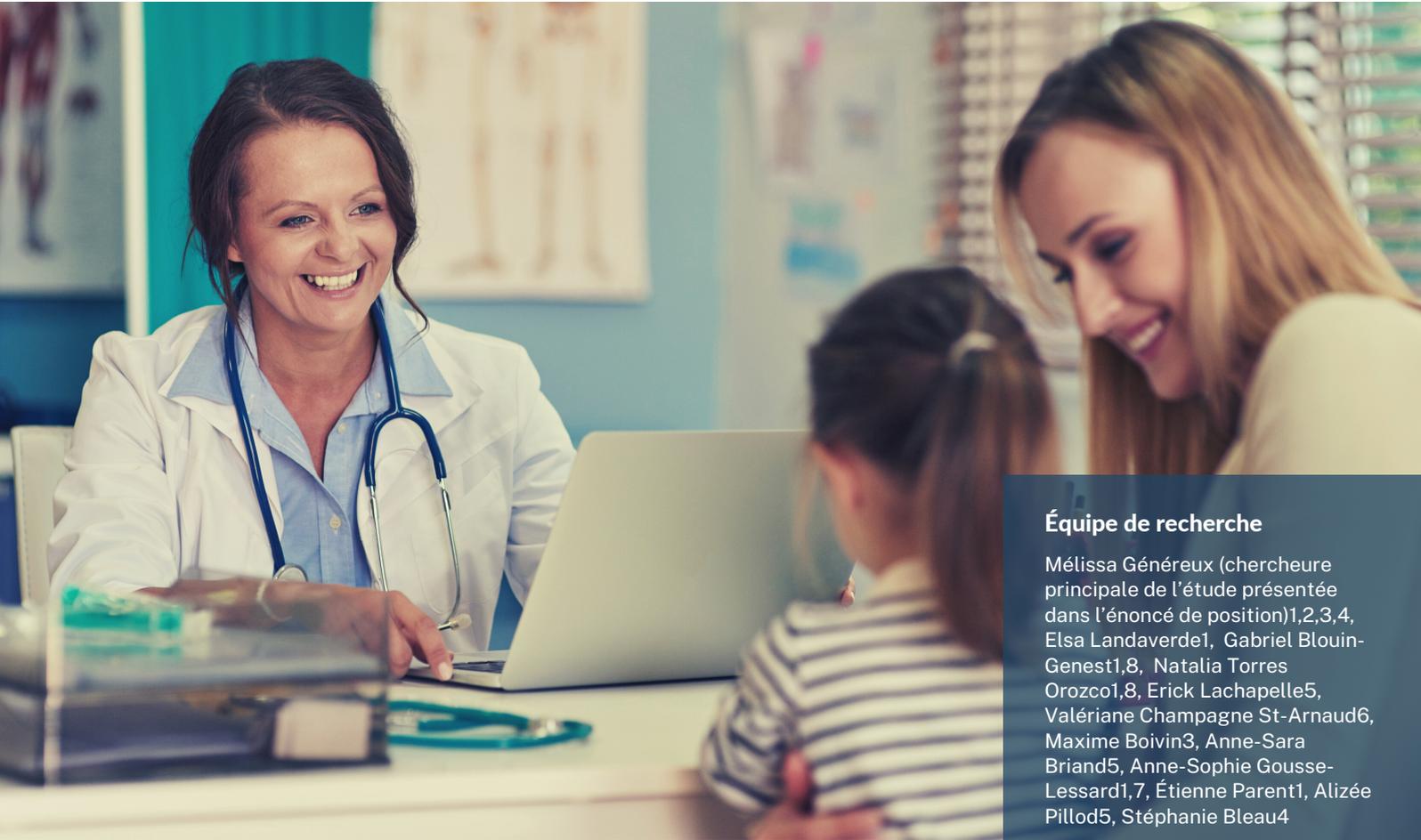


CINQ RAISONS DE POSITIONNER LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES QUÉBÉCOIS(E)S AU CŒUR DE LA LUTTE AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES



Contexte

Au-delà de la pandémie de COVID-19, les changements climatiques affectent aussi la santé et le bien-être de la population, et ce, par divers mécanismes. Ceux-ci incluent les effets directs des événements météorologiques extrêmes, mais aussi les effets plus sournois passant par les perturbations des systèmes naturels, sociaux et économiques.

Une étude menée du 1er au 17 octobre 2021 auprès de plus de 10 000 participant(e)s à travers le Québec a examiné l'état d'esprit de la population québécoise à l'égard de deux grandes crises que nous traversons simultanément, à savoir la pandémie et les changements climatiques, et les impacts psychosociaux qu'elles engendrent.

Cette étude démontre qu'il existe au moins **cinq bonnes raisons** de positionner la santé et le bien-être au cœur de la lutte aux changements climatiques.

Équipe de recherche

Mélissa Généreux (chercheuse principale de l'étude présentée dans l'énoncé de position)^{1,2,3,4}, Elsa Landaverde¹, Gabriel Blouin-Genest^{1,8}, Natalia Torres Orozco^{1,8}, Erick Lachapelle⁵, Valériane Champagne St-Arnaud⁶, Maxime Boivin³, Anne-Sara Briand⁵, Anne-Sophie Gousse-Lessard^{1,7}, Étienne Parent¹, Alizée Pillod⁵, Stéphanie Bleau⁴

Affiliations :

1. Université de Sherbrooke
2. Direction de santé publique de l'Estrie
3. Institut national de santé publique du Québec
4. Ouranos
5. Université de Montréal
6. Université Laval
7. Université du Québec à Montréal
8. Centre interdisciplinaire de développement international en santé (CIDIS)



1- Les Québécois(es) ressentent d'ores et déjà les effets des changements climatiques.

On constate que plus de six adultes sur 10 (63%) rapportent avoir déjà vécu des perturbations liées aux changements climatiques, que ce soit par l'entremise de dommages matériels, de pertes financières ou encore de problèmes de santé. Les effets rapportés dans cette étude démontrent qu'ils sont bel et bien ressentis à l'heure actuelle, et ce, par la majorité des Québécois(es), dans toutes les régions de la province. Il est important de noter que les changements climatiques ont plus d'impacts sur les groupes en situation de vulnérabilité, par exemple les adultes sans emploi. Certains types de travailleurs, comme les agriculteurs, figurent aussi parmi les groupes souffrant le plus de pertes financières liées aux changements climatiques.

Les problèmes de santé occasionnés par les changements climatiques (causés par la chaleur, le smog, les tiques, l'herbe à poux, etc.) sont plus fréquents qu'on ne le pense et ces impacts vécus par la population peuvent jouer un rôle important dans le développement de troubles de santé mentale. En effet, 28% des personnes ayant vécu par le passé des problèmes de santé causés par les changements climatiques rapportent présentement des symptômes modérés à sévères de dépression majeure.

Cette proportion est environ 60% plus élevée que ce que l'on observe dans la population générale. Les pertes financières engendrées par les changements climatiques semblent encore plus intimement liées à la santé psychologique actuelle. Pas moins de 43% des personnes ayant de tels soucis financiers rapportent aujourd'hui des symptômes de dépression majeure, une proportion 2,5 fois plus élevée que dans l'ensemble de la population.



2- Pour la première fois, on mesure à l'échelle de tout le Québec l'ampleur de l'écoanxiété, un phénomène largement exacerbé par les changements climatiques.

Les données indiquent que les changements climatiques engendrent de hauts niveaux de manifestations d'écoanxiété au sein de la population. Notamment, 19% des adultes expriment s'être senti souvent ou presque toujours inquiet à propos du futur de l'humanité au cours des deux dernières semaines.

En plus d'être les plus affectés par la pandémie sur le plan psychologique, avec plus de 40% rapportant des symptômes d'anxiété ou de dépression probable, les jeunes adultes (18-24 ans) sont aussi grandement affectés par les changements climatiques, avec près de la moitié d'entre eux (49%) exprimant avoir ressenti au moins une manifestation d'écoanxiété au cours des deux dernières semaines, comparativement au quart (26%) de l'ensemble de la population. Ceci pourrait s'expliquer par leur perception du risque. En effet, les jeunes adultes sont plus nombreux à se sentir menacés par les changements climatiques que par la pandémie, alors que le contraire s'observe chez les adultes plus âgés (ces derniers se sentant davantage menacés par la pandémie).

3- Les données démontrent que la lutte aux changements climatiques demeure une priorité pour une grande partie des Québécois(es), et ce malgré le contexte de la pandémie.

Effectivement, plus de la moitié de la population (51%) serait prête à apporter plusieurs changements à son mode de vie afin de contribuer à la lutte aux changements climatiques. L'enquête permet aussi de distinguer certaines avenues en lien avec les modifications des comportements individuels. En effet, il a été possible d'analyser l'impact de la distance perçue des changements climatiques sur ce que les individus sont prêts à apporter ou non comme changement à leur mode de vie. Une personne serait ainsi plus encline à vouloir apporter des changements à son mode de vie si elle a déjà été exposée à des événements météorologiques extrêmes (ex. : inondations, tornades, feux de forêt) comparativement à celle n'y ayant pas été exposée (65% c. 46%). Ceci démontre l'importance de mettre l'accent sur les impacts concrets que peuvent engendrer les aléas climatiques dans la vie des individus (accompagnés des solutions pour y faire face) afin de motiver la population à adopter des comportements d'adaptation ou de mitigation. De plus, les personnes qui se perçoivent moins informées, qui s'informent peu au travers des médias traditionnels, qui ont une vision davantage complotiste des changements climatiques, qui ont peu confiance envers les autorités ou qui ont une idéologie politique de droite sont moins nombreuses à rapporter ce désir de changement de comportement ou de mode de vie.

Le niveau et le type d'information semblent donc des facteurs déterminants dans l'adoption de comportements favorables à la lutte aux changements climatiques sans oublier que l'identité, les valeurs et les idéologies contribuent tout de même à l'adoption de comportements. Paradoxalement, les personnes percevant un haut niveau d'information au sujet des changements climatiques seraient deux fois plus sujettes à l'écoanxiété. Une hypothèse qui surgit de ces données est que les personnes très bien informées remarquent davantage l'absence de réels changements mis en place malgré la présence de l'urgence climatique, ce qui favoriserait l'émergence de manifestations anxieuses.

4- Les Québécois(es), en particulier les jeunes adultes, sont conscient(e)s du lien entre la santé et les changements climatiques.

En fait, 57% des adultes expriment qu'on ne pourra lutter adéquatement contre les changements climatiques sans inclure la dimension santé dans les mesures ou les politiques. Les gouvernements ont réagi fortement et rapidement lors de la pandémie de COVID-19, ce qui détonne de la réponse laxiste à l'égard des changements climatiques. Après 20 mois de lutte à la pandémie, la santé et le bien-être (que plus personne ne tient maintenant pour acquis) doivent être préservés, ce qui passe inévitablement par un renforcement des efforts de lutte aux changements climatiques.



5- Les impacts psychosociaux des changements climatiques observés au Québec engendreront certainement un fardeau sur toutes les sphères de la société, incluant le système de santé.

Il est déjà bien documenté que les événements météorologiques extrêmes sont responsables de troubles mentaux pouvant durer des mois chez bon nombre de sinistrés (p. ex. [44% des sinistrés rapportaient des symptômes de stress post-traumatique probable huit à dix mois après les inondations printanières de 2019 au Québec](#)). À cet inquiétant phénomène s'ajoute le fardeau de la pandémie, alors que des symptômes d'anxiété ou de dépression probable sont actuellement observés chez un adulte québécois sur cinq, avec des niveaux encore plus élevés chez ceux et celles ayant en outre vécu des perturbations liées aux changements climatiques.

L'augmentation de ces impacts psychosociaux mettra davantage de pression sur le système de la santé qui est déjà affaibli dans le contexte de la pandémie. Au Québec, les ressources en santé mentale sont déjà limitées et en grande demande. La pression supplémentaire occasionnée par la superposition des deux crises risque de fragiliser encore plus le système de santé québécois. Agir sur les changements climatiques, c'est non seulement préserver la santé mentale des Québécois(es), mais également préserver leur système de santé.

Les changements climatiques risquent également d'affecter d'autres sphères de la société à travers leurs impacts sur la santé psychologique et les coûts qui y sont associés. Dans une optique de relance verte et de transition juste, l'économie pourrait être affaiblie par le fardeau croissant des troubles de santé mentale, incluant l'anxiété et la dépression d'ailleurs qualifiées de « mal du siècle ». De plus, certains groupes de la population déjà exclus ou marginalisés peuvent plus difficilement faire partie d'une transition juste, ce qui pourrait creuser les inégalités sociales déjà trop présentes.



Conclusion

En somme, les changements climatiques affectent déjà lourdement la santé, et tout particulièrement la santé mentale, des Québécois(es). Plus on tarde à agir, plus les impacts psychosociaux qui en découlent seront grands. Les résultats de cette large enquête démontrent toute l'importance d'agir adéquatement en intégrant davantage les dimensions sociosanitaires à la lutte aux changements climatiques. Des analyses plus poussées sont toutefois nécessaires afin de parfaire la compréhension des phénomènes émergents observés. Un portrait plus détaillé au sujet de l'écoanxiété dans la population québécoise sera d'ailleurs présenté dans une future publication.

Quelques mots sur l'équipe de recherche

Cette enquête a été effectuée dans le cadre du projet « Adaptation aux changements climatiques au Québec : Comment mieux communiquer et favoriser l'engagement de la population en contexte pandémique ? », issu d'un partenariat entre Ouranos et des chercheur(se)s provenant d'un maillage d'expertises en marketing social, en science du comportement, en sciences politiques, en psychologie sociale, en gestion des catastrophes, en santé publique et en adaptation aux CC.

Le projet vise à améliorer la communication des CC au Québec, et plus précisément de l'adaptation, en tenant compte de la nouvelle réalité engendrée par la pandémie de COVID-19 pour favoriser l'adoption de comportements individuels et collectifs.

Pour ce faire, l'équipe de recherche étudie l'impact de la pandémie de COVID-19 sur la population québécoise, travaille sur un état des lieux de la communication climatique au Québec durant la pandémie et évalue différentes stratégies de communication visant les enjeux climatiques qui touchent la population.

Sur la base de ces connaissances, l'équipe émettra ensuite des recommandations dans le but d'outiller les communicateurs/trices des changements climatiques au Québec.