

PRÉVENTION DE LA MALADIE MENTALE : POURQUOI NE PAS PRENDRE LE MAL À LA RACINE?

PAR RICHARD E. TREMBLAY, DIRECTEUR DU CEDJE

La recherche sur les origines développementales de la maladie mentale progresse à grands pas. À peine quatre ans se sont écoulés depuis la publication du rapport d'un comité du Sénat du Canada¹ sur la santé mentale, la maladie mentale et la toxicomanie dans lequel on pouvait lire ceci :

« Les années préscolaires présentent deux défis : le premier consiste à reconnaître les enfants qui sont atteints d'une maladie mentale ou qui risquent d'en développer une, et à leur fournir des services. Le second concerne la gestion efficace du passage de la petite enfance (de 0 à 5 ans) au système scolaire. »

Il est intéressant de noter que toutes les recommandations suivantes portaient sur les services offerts aux enfants d'âge scolaire et aux adolescents.

Les deux défis soulevés dans le rapport existent toujours et des mesures pour les régler doivent être prises sans plus tarder. Cela dit, il y a de plus en plus d'études qui révèlent que l'origine des problèmes de santé mentale habituellement diagnostiqués à la fin de l'enfance, à l'adolescence ou à l'âge adulte remonte à la grossesse et au début de la petite enfance.

Le présent *Bulletin* met en lumière deux domaines de recherche qui changent notre façon de voir les causes des problèmes de santé mentale. Le premier est celui de l'épidémiologie développementale des problèmes de santé mentale auprès d'échantillons de population suivis pendant des années dès la naissance. Les études épidémiologiques transversales en santé mentale étaient traditionnellement axées sur la santé mentale des adultes tandis que les études longitudinales des années 1970 et 1980 portaient sur des adolescents et des enfants du primaire. De nouvelles études longitudinales menées depuis le milieu des années 1990 fournissent des données fascinantes sur le développement de la santé mentale

pendant la petite enfance. Un résumé de l'une de ces études canadiennes est présenté à la page 4, et la synthèse figurant à la page 5 fait mention d'un autre projet de recherche mené en Amérique du Nord.

L'épigénétique (l'influence du milieu sur la programmation des gènes) est le deuxième domaine de recherche qui modifie notre façon de voir la santé mentale. La révolution génétique en santé mentale, qui a débuté il y a environ dix ans, a permis de confirmer que les risques de problèmes de santé mentale peuvent être transmis des parents à l'enfant par les gènes. Elle a également révélé qu'en général, la maladie n'est déclenchée que dans des conditions négatives du milieu. L'épigénétique laisse entrevoir le début d'une révolution : le milieu active et inhibe, surtout pendant la grossesse et au début de la petite enfance, les bons et les mauvais gènes qui jouent un rôle crucial dans le bien-être mental et l'adaptation sociale. Les travaux de recherche dans ce domaine révèlent qu'un milieu inadéquat, pendant la grossesse et après la naissance, ne fait pas qu'activer ou inhiber quelques gènes



particuliers, mais ce sont des milliers de gènes qui pourraient être affectés par le stress, une alimentation inadéquate, l'obésité, le diabète et la consommation d'alcool et de drogues de la mère. Les facteurs prénataux pouvant causer l'obésité, les troubles cardiovasculaires et le cancer risquent également de mener à des problèmes de santé mentale graves tout au long de la vie d'une personne.^{2,3,4,5}

Les services offerts aux enfants d'âge scolaire et aux adolescents souffrant de problèmes de santé mentale sont sans contredit essentiels pour soigner et prévenir d'autres difficultés. Cependant, il faut aussi accroître de façon notable les ressources visant à soutenir les femmes enceintes, les enfants d'âge préscolaire et leurs familles si nous voulons sérieusement prévenir la maladie mentale et favoriser la santé mentale des générations futures. 🐾

Références

- 1- Parlement du Canada. Comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie. *De l'ombre à la lumière : La transformation des services concernant la santé mentale, la maladie mentale et la toxicomanie au Canada*. Ottawa, ON: Comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie. Parlement du Canada; 2006.
- 2- Gluckman PD, Hanson MA, Cooper C, Thornburg KL. Effect of in utero and early-life conditions on adult health and disease. *New England Journal of Medicine* 2008;359(1):61-73.
- 3- Szyf M. Early life, the epigenome and human health. *Acta Paediatrica* 2009;98(7):1082-1084.
- 4- Tremblay RE. Developmental origins of disruptive behaviour problems: The original sin, hypothesis, epigenetics and their consequences for prevention. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. Sous presse.
- 5- Waterland RA. Is epigenetics an important link between early life events and adult disease? *Hormone Research* 2009;71(Suppl. 1):13-16.