Poucher, Zoe
Université de Toronto
Subvention Savoir 2019

La santé mentale chez les athlètes d'élite canadiens

Introduction : Les chercheurs se penchent de plus en plus sur la santé mentale des athlètes de haut niveau, mais il y a encore peu de recherches sur la santé mentale des athlètes canadiens de haut niveau.
Objet : Le projet consiste à évaluer la prévalence des troubles de santé mentale, en particulier la dépression, l'anxiété et les troubles alimentaires, chez les athlètes canadiens de haut niveau.
Méthodes : Les athlètes de l'équipe nationale canadienne qui s'entraînaient pour les Jeux olympiques d'été de 2020 répondront à quatre sondages au cours de l'année. Les données de la période 1 (décembre 2019) ont été analysées à l'aide de statistiques descriptives et de corrélations simples.
Résultats : Les athlètes canadiens (N = 192) ont répondu au sondage de la période 1. D'après les résultats descriptifs, 41,6 % des athlètes satisfaisaient aux critères de seuil pour un ou plusieurs troubles mentaux. Plus précisément, 33,5 % des athlètes répondaient aux critères pour un trouble dépressif majeur ou un infralimaire mais avec des symptômes de dépression cliniquement importants, 17,8 % des athlètes satisfaisaient aux critères pour une anxiété générale modérée à sévère, et 7,6 % ont obtenu des résultats indiquant un risque élevé de trouble alimentaire. Au début, le stress et la charge d'entraînement étaient tous deux des corrélats statistiquement importants de la dépression et de l'anxiété, mais pas des troubles alimentaires.
Discussion : Cette étude présente les premières données sur la prévalence des troubles mentaux chez les athlètes canadiens de haut niveau et démontre que ceux-ci peuvent être plus à risque de présenter un trouble mental que la population générale.