APPELS DE RÉSUMÉS
PRÉSENTATION ORALES DE PROJETS DE RECHERCHE

Gabarit pour les résumés
Langue : Français

Nom et prénom du présentateur : Yousra Arab et Julien Sénéchal

GMF-U d'attache : des Montérégiennes

Courriel UdeM : yousra.arab@umontreal.ca et julien.senechal@umontreal.ca

ABRÉGÉ

Titre final de la présentation : L'effet des réseaux sociaux sur la santé mentale des adolescents

Contexte : La santé mentale des adolescents s'est détériorée dans les dernières années, particulièrement en raison de l'incidence augmentée de troubles anxio-dépressifs. Ces troubles ont des impacts bien démontrés chez les jeunes (sur leurs relations interpersonnelles, leur santé physique ou encore sur la suicidalité). Avec l'utilisation omniprésente des médias sociaux chez cette population, nous nous interrogeons à savoir si elle peut contribuer à l'apparition des symptômes anxio-dépressifs.

Objectifs :

- Déterminer s'il y a un impact de l'utilisation des médias sociaux sur l'apparition de symptômes anxio-dépressifs chez les adolescents.
- Comparer les résultats selon les types d'études.
- Réfléchir sur les implications cliniques et pistes de recherche futures concernant l'impact des médias sociaux sur la santé mentale des jeunes.

Méthodes : Les bases de données PubMed, Web of Science et Psychinfo ont été recherchées à l'aide de mots clés et des Mesh pour inclure des études publiées en Français ou en Anglais entre 2020 et 2025. Les études devaient inclure (1) des adolescents âgés entre 10 et 19 ans, (2) qui utilisent les médias sociaux et dont (3) les symptômes anxio-dépressifs ont été mesurés à l'aide d'outils standardisés.

Résultats : 30 études ont été incluses dans la revue, soit 5 méta-analyses, 8 revues systématique/parapluie, 10 longitudinales et 7 transversales. La plupart des études longitudinales incluses n'arrivent pas à démontrer la directionnalité de l'association étudiée. Les études transversales, pour la plupart de taille faible ou modérée, retrouvent rarement une association causale entre médias sociaux et symptômes anxieux et dépressifs. Les données issues de plusieurs méta-analyses, revues systématiques et certaines études longitudinales montrent que cette association est surtout présente en cas d'usage excessif ou problématique, avec des effets plus marqués chez les filles et les jeunes présentant des vulnérabilités préexistantes, telles que des comorbidités de santé mentale.

Implications pour la pratique clinique :

- Identifier l'usage problématique de l'utilisation des réseaux sociaux chez les jeunes.
- Éduquer les parents
- Étant donné que l'association suite à notre revue est modeste, éviter d'avoir une approche alarmiste en ce qui concerne les réseaux sociaux et les adolescents. Il faudrait plutôt individualiser les interventions.

Résumé (300 mots) :

La santé mentale des adolescents s'est détériorée dans les dernières années, particulièrement en raison de l'incidence augmentée de troubles anxio-dépressifs (28). Ces troubles ont des impacts bien démontrés chez les jeunes (sur leurs relations interpersonnelles, leur santé physique ou encore sur la suicidalité) (28). Avec l'utilisation omniprésente des médias sociaux chez cette population, nous nous interrogeons à savoir si elle peut contribuer à l'apparition des symptômes anxio-dépressifs.

Les bases de données PubMed, Web of Science et Psychinfo ont été recherchées à l'aide de mots clés et des Mesh pour inclure des études publiées en Français ou en Anglais entre 2020 et 2025. Les études devaient inclure (1) des adolescents âgés entre 10 et 19 ans, (2) qui utilisent les médias sociaux et dont (3) les symptômes anxio-dépressifs ont été mesurés à l'aide d'outils standardisés.

30 études ont été incluses dans la revue, soit 5 méta-analyses, 8 revues systématique/parapluie, 10 longitudinales et 7 transversales. La plupart des études longitudinales incluses n'arrivent pas à démontrer la directionnalité de l'association étudiée. Les études transversales, pour la plupart de taille faible ou modérée, retrouvent rarement une association causale entre médias sociaux et symptômes anxieux et dépressifs. Les données issues de plusieurs méta-analyses, revues systématiques et certaines études longitudinales montrent que cette association est surtout présente en cas d'usage excessif ou problématique, avec des effets plus marqués chez les filles et les jeunes présentant des vulnérabilités préexistantes, telles que des comorbidités de santé mentale.

Ainsi, Les données révèlent une association modeste mais somme toute positive entre l'usage des médias sociaux et les symptômes anxio-dépressifs chez les adolescents de 10 à 19 ans. Toutefois, les résultats restent peu généralisables à la population générale et la directionnalité demeure débattue. Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour clarifier la causalité et la signification clinique de ces associations.