

ACTUALITÉS



Les expériences vécues par un jeune enfant pourront aussi influencer l'expression de ses gènes par des processus dits épigénétiques.

GEOFF ROBINS LA PRESSE CANADIENNE

La petite enfance : le moment où tout se joue

Des experts canadiens dressent un portrait de nos connaissances sur l'impact qu'auront les expériences défavorables, durant la petite enfance, sur le comportement et la santé futurs de l'individu

PAULINE GRAVEL

L'adversité vécue tôt dans la vie peut entraîner des problèmes émotifs, voire mentaux et physiques plus tard, nous apprend la recherche scientifique. Mais que peut-on faire pour prévenir ces séquelles néfastes? Un groupe d'experts canadiens insiste sur l'importance de mener des interventions précoces, intensives et soutenues auprès des enfants à risque et de leur famille, tout en soulignant la nécessité de mener de plus amples recherches pour déterminer quels types d'intervention seraient les plus efficaces.

La Société royale du Canada a confié à un groupe d'experts canadiens le mandat de dresser un portrait de nos connaissances sur l'impact qu'auront les expériences défavorables, telles que la maltraitance, l'abus, la négligence ou une discipline trop coercitive, durant la petite enfance sur le comportement et la santé futurs de l'individu, ainsi que sur les interventions qui permettraient d'en atténuer les conséquences négatives. Ce groupe d'experts a rendu public jeudi le rapport de son enquête.

Lors d'une conférence de presse sur le Web, le président de ce groupe, le professeur de psychologie à l'Université Laval Michel Boivin, qui détient une chaire de recherche sur le développement de l'enfant, a d'abord rappelé que plusieurs études scientifiques ont permis de confirmer l'existence d'une association entre l'exposition persistante à l'adversité durant le début de la vie et l'apparition à l'âge adulte de divers problèmes comportementaux, comme la dépression, l'anxiété, le décrochage scolaire et la consommation de substances psychoactives. Ces études ont aussi montré que cette association affecte le développement du cerveau, particulièrement les régions liées à la régulation des émotions, l'attention, la maîtrise de soi et le stress.

Les experts participant à la conférence de presse ont par ailleurs souligné que la réponse à l'adversité varie énormément d'un enfant à l'autre en raison notamment du profil génétique de chacun et du soutien social dans la communauté. «*Mais les enfants qui sont considérés comme les plus sensibles à leur environnement — ayant un seuil peu élevé de réaction émotive aux événements — pourraient aussi être ceux qui bénéficieraient le plus d'un environnement enrichi ou d'une intervention*», précisent les experts dans leur rapport.

Vulnérabilité génétique

M. Boivin a aussi cité deux grandes études longitudinales ayant porté sur un millier d'enfants — qui ont été suivis pendant 30 ans depuis l'âge de trois ans — dont les résultats ont été publiés dans *Science* en 2002 et en 2003. Ces deux articles de référence montraient que l'association entre, d'une part, un environnement défavorable et des événements de vie stressants au début de la vie et, d'autre part, la survenue de problèmes de santé mentale, comme la dépression, à un âge postérieur dépendait de la vulnérabilité génétique de l'individu, comme le révèle un marqueur génétique reflétant l'activité du système à la sérotonine, un neurotransmetteur intervenant dans la régulation des émotions. «*Ces articles ont changé notre façon de concevoir le développement et nous ont conduits à examiner de plus près l'interaction entre les gènes et l'environnement*», a-t-il souligné.

Maria Sokolowski, détentrice de la chaire de recherche en génétique et en neurologie, a ajouté que des recherches récentes ont permis de comprendre par quels mécanismes l'adversité vécue par un enfant au début de sa vie «*se glissent sous sa peau et influent sur sa biologie*». Le stress et les soins parentaux affectent le système de la réponse au stress de l'enfant, qui, à son tour, influencera le développement et le fonctionnement du cerveau. «*La perturbation du système de la réponse au stress aura des conséquences tout au long de la vie de l'individu et*

pourra même engendrer une maladie cardiovasculaire ou des problèmes de santé mentale. Bien sûr, tous les enfants ne seront pas tous affectés de la même façon en raison de la forme particulière des gènes qu'ils portent», a précisé la chercheuse de l'Université de Toronto.

Les expériences vécues par un jeune enfant pourront aussi influencer l'expression de ses gènes par des processus dits épigénétiques. «*L'adversité au début de la vie rend plus difficile la lecture de certains gènes, lesquels produiront moins abondamment la protéine qu'ils codent*, a expliqué la scientifique. *Ces processus épigénétiques peuvent influencer notre façon de gérer le stress, le développement et le fonctionnement de notre cerveau et également notre vigueur à combattre les maladies.*» Elle a aussi rappelé que les changements épigénétiques qui surviennent au cours de la vie d'un individu se transmettent à la génération suivante, ce qui explique la perpétuation de certains comportements parentaux inadéquats.

Titulaire de la chaire de recherche en neurobiologie comportementale et en génétique, Alison Fleming, de l'Université de Toronto, a pour sa part décrit des études ayant montré que les femmes qui avaient vécu des expériences défavorables durant leurs premières années de vie avaient tendance à être moins sensibles aux signaux manifestés par leur bébé. Elles étaient aussi plus nombreuses à souffrir de dépression *post-partum*, et elles présentaient des taux particulièrement élevés d'hormone du stress. La chercheuse a par ailleurs souligné que les changements structuraux et fonctionnels engendrés dans le cerveau par l'adversité pouvaient être effacés par des stimulations tactiles, comme en témoignaient des études animales.

Nico Trocmé, professeur à l'École de service social de l'Université McGill, a affirmé que nous parvenons assez bien à identifier les enfants qui sont maltraités au Canada, puisqu'environ 200 000 cas sont dépistés chaque année au pays. Une proportion bien moindre, toutefois, reçoit des services à la suite de l'enquête. Il a insisté sur le fait que les résultats de la recherche indiquent clairement que les programmes d'intervention précoces, intensifs et soutenus auprès des familles à risque durant la période périnatale sont les plus fructueux. «*Des programmes comprenant la visite régulière d'une infirmière ont non seulement permis de réduire la maltraitance, mais aussi d'induire des améliorations significatives à long terme dans le fonctionnement des familles et des individus*, a-t-il précisé. *Les programmes moins structurés et moins intensifs s'avèrent toutefois moins efficaces.*»

La littérature scientifique nous «*confirme que les interventions précoces sont les plus efficaces*», a renchéri Alison Fleming. Par conséquent, «*il serait préférable de concentrer nos ressources sur cette période cruciale, car les programmes d'intervention auprès des familles dans lesquelles le patron de la maltraitance est déjà bien ancré entre les parents et les enfants sont souvent inefficaces*, a indiqué Nico Trocmé. *Néanmoins, il n'y a aucun doute qu'à tous les stades du développement, il y a toujours des possibilités. Quand nous intervenons auprès d'un adulte qui a été victime d'abus, notre marge de manœuvre est plus restreinte que si nous opérons sur un jeune enfant. Mais il y a toujours des possibilités.*» Il existe en effet des preuves que dans les cas de sévices sexuels et de violence, des thérapies comportementales aident à réduire les symptômes du syndrome de stress post-traumatique.

Les experts ont insisté sur la nécessité de mener des recherches interdisciplinaires et d'avoir une politique nationale pour encadrer cette problématique.

Chose certaine, nous en savons suffisamment pour affirmer que la prévention doit débuter tôt dans la vie, qu'elle doit durer suffisamment longtemps et qu'elle doit être adaptée à l'enfant, sa famille et sa communauté, ont-ils conclu.

Le Devoir

INSTITUT QUÉBÉCOIS
D'AFFAIRES PUBLIQUES



Notre démocratie, un patrimoine à préserver, actualiser et transmettre.

La démocratie est un précieux héritage. Ce patrimoine, tout comme les valeurs qu'il sous-tend, doit être préservé, adapté au temps présent et transmis.

La préservation de nos valeurs démocratiques et la sauvegarde de nos institutions s'imposent plus que jamais.

Elles doivent s'épanouir au rythme de la société qu'elles desservent en proposant, le cas échéant, des ajustements, voire des réformes qui amélioreront la santé démocratique et amèneront les Québécois à s'intéresser à la scène publique.

Ce patrimoine préservé et enrichi ne pourra s'épanouir pleinement que s'il est transmis aux générations actuelles et futures ainsi qu'aux personnes qui choisissent de venir s'installer parmi nous. C'est un gage d'harmonisation et d'épanouissement d'une société pluraliste, forte du partage de valeurs communes.

SEMAINE
NATIONALE DES
INSTITUTIONS
QUÉBÉCOISES
DU 18 AU 24 NOVEMBRE 2012

inqap.org

Un moment de réflexion
et de partage.



Caisse de dépôt et placement
du Québec

La Capitale
Groupe financier

Québec

GALERIE D'ART DU VIEUX-PORT
PRÉSENTE
NUANCES D'AUTOMNE
une exposition du maître International
Charles Carson
Créateur du Carsonisme
Aujourd'hui, Samedi le 17 novembre à 14h.
Vous aurez l'occasion d'échanger avec l'artiste et un vin d'honneur vous sera offert. Plusieurs oeuvres seront également présentées en exclusivité.
L'exposition se poursuivra toute la semaine.
GALERIE D'ART DU VIEUX-PORT
40 ST-PAUL OUEST, MONTRÉAL, H2Y 1Y8
POUR NOUS CONTACTER : 514 439 9366
WWW.GALERIEDUVIEUXPORT.COM

YouTube carsonisme