

Une initiative du

Consortium canadien
sur le **trauma** chez les
enfants & **adolescents**

LES RECHERCHES ÉMERGENTES

sur les traumas des enfants et des jeunes, et la pratique orientée vers le trauma

BULLETIN MENSUEL

Veille scientifique sur le trauma chez les enfants et adolescents

L'INFLUENCE DE LA RECHERCHE SUR LES PRATIQUES ET LES POLITIQUES SOCIALES

RÉSUMÉ DU MOIS SEPTEMBRE 2025

Par Katherine Scarvelis, étudiant en master d'art-thérapie à l'université Concordia

Résumé des articles :

- *Analyse du lien entre les expériences précoces en placement familial et la qualité du sommeil à l'âge adulte*
- *Le coût humain de la détention des immigrants : répercussions sur la santé des enfants réfugiés et demandeurs d'asile*
- *Traumas dans l'enfance et développement du cerveau : répercussions cognitives et émotionnelles durables*

Analyse du lien entre les expériences précoces en placement familial et la qualité du sommeil à l'âge adulte

Keller, A., et al. (2025). "Examining Sleep Quality in Adult Foster Care Alumni: Implications for Later Life Health and Well-Being." Healthcare (Switzerland) 13(14).

Contexte

Les recherches menées auprès de la population générale ont établi un **lien entre les traumas dans l'enfance et une mauvaise qualité de sommeil**. Cependant, peu d'études se sont spécifiquement intéressées aux **anciens jeunes placés en famille d'accueil**, qui peuvent rencontrer des troubles du sommeil liés à des traumas interpersonnels, à l'anxiété et à la qualité des conditions de placement. Ces troubles du sommeil **persistent souvent** après le départ du placement et jusqu'à l'âge adulte, contribuant à des **problèmes de santé** tels que les maladies cardiovasculaires, le diabète et une diminution du bien-être général.

OBJECTIFS & MÉTHODES

L'objectif principal de l'étude était d'examiner **les liens entre les expériences perçues en matière de prise en charge et la qualité du sommeil chez les adultes** d'âge moyen et avancé, en se concentrant sur les personnes ayant quitté le système de protection de l'enfance âgées de plus de 30 ans. L'analyse a également été étendue afin d'explorer les liens entre la qualité du sommeil et l'état de santé actuel des participants.

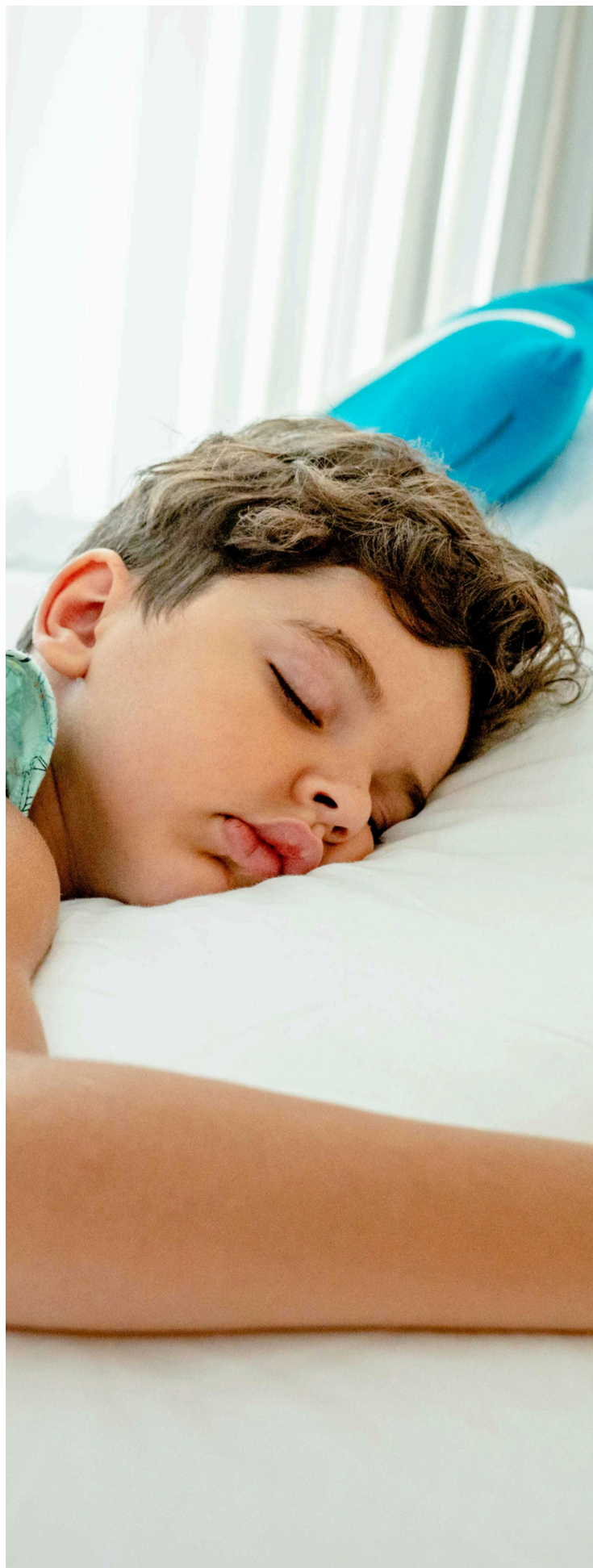
Les quarante et un anciens élèves placés en famille d'accueil, âgés de 30 à 85 ans, ont répondu à des **questionnaires** sur leurs caractéristiques démographiques, leurs expériences en matière de protection de la jeunesse, leur réseau de soutien social, la qualité de leur sommeil et leur état de santé. Une partie des participants a également été soumise à des **entretiens qualitatifs**.

Les méthodes d'analyse comprenaient une régression linéaire et une analyse qualitative du contenu.

RÉSULTATS

Les résultats de la recherche ont montré des **relations positives significatives entre le sommeil des adultes et la qualité perçue des expériences de placement en famille d'accueil/protection de la jeunesse**, après avoir pris en compte d'autres facteurs tels que la solidité du réseau d'amis, les données démographiques, le niveau d'éducation et les revenus. La qualité de ce placement précoce est un indicateur à long terme plus fiable des troubles du sommeil que le système de soutien actuel des participants.

En explorant la relation entre la qualité du sommeil et les résultats en matière de santé chez les anciens placés en famille d'accueil, les résultats de l'étude concordaient avec d'autres recherches qui ont mis en évidence une relation étroite entre un **meilleur sommeil et moins de problèmes de santé**, après avoir pris en compte les mêmes facteurs démographiques et de soutien social. L'étude comprend plusieurs témoignages issus d'entretiens qualitatifs qui renforcent la relation complexe entre les expériences précoces en famille d'accueil et les problèmes persistants de sommeil et de santé plus tard dans la vie. Les auteurs ne proposent pas de mécanismes causaux et reconnaissent l'intérêt de poursuivre les recherches à l'aide d'études longitudinales qui suivent les anciens placés en famille d'accueil tout au long de leur vie, ce qui permettrait des interventions plus ciblées.



IMPLICATIONS CLINIQUES

Les personnes ayant déjà été prises en charge par le système de protection de la jeunesse devraient faire l'objet d'un dépistage systématique des troubles du sommeil en milieu clinique, car il existe plusieurs interventions possibles pour améliorer la qualité du sommeil. Les professionnels de première ligne devraient être habilités à offrir une psychoéducation sur l'hygiène du sommeil et à orienter les patients vers des spécialistes du sommeil lorsque cela est indiqué.

Le dépistage peut également conduire à des interventions thérapeutiques autour d'une perte ou d'un trauma non résolu. Les personnes souffrant de troubles liés à un trauma, tels que des cauchemars ou une hypervigilance, peuvent bénéficier de thérapies ciblées, telles que la thérapie cognitivo-comportementale tenant compte des traumas ou la relaxation par la musique.

QUESTIONS DE RÉFLEXION

- *Comment pouvons-nous adapter les processus de placement familial afin de permettre une évaluation plus précoce et plus rigoureuse de la qualité du sommeil et la mise en place de mesures d'atténuation ?*
- *Comment pouvons-nous adapter nos soins tenant compte des traumas afin de prendre en charge les expériences de vie associées au placement familial et aux environnements de protection de la jeunesse ?*

Le coût humain de la détention des immigrants : répercussions sur la santé des enfants réfugiés et demandeurs d'asile

Sherif, B., et al. (2025). "Immigration detention of children: a systematic review and meta-analysis of physical and mental health impacts." European Child & Adolescent Psychiatry: 1-27.

Au cours de la dernière décennie, on a observé une **augmentation significative des déplacements forcés** à l'échelle mondiale, causés par les conflits armés et les violations des droits humains. De nombreux **pays riches continuent de détenir des enfants demandeurs d'asile et réfugiés (ASR)**, bien que cela soit reconnu comme préjudiciable à leur santé. Cette étude visait à **évaluer les répercussions sur la santé physique et mentale** de la détention des immigrants sur les enfants ASR. Les chercheurs ont systématiquement examiné les résultats de **15 études portant sur 4 890 enfants** afin d'identifier les troubles physiques et mentaux courants et leurs facteurs de risque. **Une méta-analyse à effets aléatoires** a ensuite été réalisée pour mesurer les problèmes **sociaux, émotionnels et comportementaux**.



L'étude a révélé que **la détention des immigrants a des répercussions graves et diverses sur la santé mentale des enfants**. **Les taux de TSPT** variaient de **6,5 % pour les détentions de courte durée à près de 100 % pour les personnes détenues pendant un an ou plus**. La **dépression majeure** touchait **44 à 95 %** des enfants, et **jusqu'à la moitié d'entre eux souffraient de troubles anxieux, notamment d'anxiété de séparation et d'anxiété généralisée**. Entre **25 et 57 %** ont déclaré avoir des **pensées suicidaires ou s'automutiler**, tandis que **les retards de développement** étaient fréquents chez les enfants détenus à long terme, **75 % d'entre eux présentant des retards après 12 mois. Dans trois études utilisant le questionnaire sur les forces et les difficultés** (Strengths and Difficulties Questionnaire, SDQ), les enfants détenus ont obtenu des scores plus de deux fois supérieurs à ceux de leurs pairs en matière de **détresse émotionnelle, de problèmes de comportement et de difficultés avec leurs pairs**. **La santé physique** était également affectée, avec des taux élevés de **malnutrition, de carence en vitamine D, de maladies dentaires et de troubles somatiques tels que les maux de tête et l'énurésie**. Des **facteurs de risque systémiques tels que la longueur de la détention, la séparation familiale et les traumas passés** ont encore aggravé les conséquences néfastes pour les enfants

Ces conclusions démontrent clairement que la **détention des immigrants constitue une forme grave d'adversité précoce** ayant des **effets durables sur le développement émotionnel, physique et social des enfants. Des changements politiques sont nécessaires** de toute urgence afin d'éliminer le recours à la détention prolongée ou systématique des enfants demandeurs d'asile et réfugiés. Les efforts doivent **privilégier le maintien des familles unies et garantir l'accès à des soins tenant compte des traumas subis afin d'atténuer les conséquences néfastes** pour les enfants demandeurs d'asile et réfugiés.

Traumas dans l'enfance et développement du cerveau : répercussions cognitives et émotionnelles durables

Fan, L. and T. Kang (2025). "Early childhood trauma and its long-term impact on cognitive and emotional development: a systematic review and meta-analysis." Annals of Medicine 57(1).

Cet article examine comment **les traumas dans l'enfance** influencent le **développement cognitif et émotionnel à long terme**, dans le but de rassembler les données existantes afin d'orienter les interventions et les stratégies de santé publique.

Cette étude avait trois objectifs principaux : premièrement, identifier les études examinant le lien entre les **traumas dans la petite enfance et les capacités cognitives** telles que la vitesse de traitement, l'attention, la mémoire et les fonctions exécutives ; deuxièmement, évaluer comment les traumas affectent les **résultats émotionnels**, notamment la régulation des émotions, la reconnaissance et la vulnérabilité à l'anxiété et à la dépression ; et troisièmement, étudier les **changements neurobiologiques** liés à ces difficultés, en se concentrant sur la structure, le fonctionnement et la connectivité du cerveau.

Au total, **465 études ont été systématiquement examinées**, dont 9 répondaient aux critères d'inclusion. Une **méta-analyse à effets aléatoires** et des analyses de sous-groupes ont été réalisées pour évaluer la vitesse de traitement, l'attention, la mémoire de travail, la régulation des émotions et les fonctions exécutives.

Les résultats ont révélé des **troubles cognitifs généralisés**, les traumas précoces perturbant considérablement la vitesse de traitement, l'attention, la mémoire de travail et les fonctions exécutives, des effets qui persistent souvent à l'âge adulte. Les traumas étaient associés à **des troubles de la mémoire de travail et de la mémoire à long terme**, eux-mêmes liés à un dysfonctionnement de l'hippocampe et du cortex préfrontal. Sur le plan émotionnel, les personnes exposées à des traumas présentaient des **difficultés à reconnaître et à réguler leurs émotions**, ce qui s'explique par des stratégies d'adaptation inappropriées. La neuroimagerie a révélé une **activité accrue de l'amygdale et un affaiblissement des connexions avec le cortex cingulaire antérieur prégenual (pgACC)**.

L'étude a également mis en évidence le **potentiel d'intervention**. **L'entraînement par neurofeedback (NFT)** chez les enfants ayant subi un trauma développemental a conduit à des **améliorations significatives des symptômes du TSPT, des fonctions exécutives et de la régulation comportementale**, bien que ces gains **n'aient pas été maintenus dans le temps**, ce qui montre la nécessité d'interventions continues.

Ces résultats soulignent l'importance d'un **dépistage précoce**, **de prises en charge tenant compte des traumas** et de traitements fondés sur des données probantes pour réduire et surmonter les difficultés cognitives et émotionnelles liées aux traumas.





GROUPE DE VEILLE SCIENTIFIQUE UNE OCCASION D'ÉCHANGER

Une fois par mois, nous réunissons un groupe de chercheurs, de praticiens, de décideurs politiques et d'étudiants pour lire et discuter des nouvelles publications de recherche sur les traumas chez les enfants et les jeunes et sur la prise en charge des traumatismes.

Nos étudiants tirent les points forts de ces publications et de ces discussions pour créer des bulletins de connaissances de la recherche à la pratique et aux politiques.

Nous partageons ces bulletins de connaissances basés sur la recherche avec les milieux de la pratique et des politiques qui travaillent activement à l'amélioration de la vie des enfants et des jeunes dans tout le Canada.