

Le stress a un impact sur le fonctionnement de la société à tous les niveaux, car il affecte la santé mentale et physique des individus, qui sont étroitement liés au fonctionnement psychosocial dans la famille, à l'école, au travail et dans la communauté. Le stress survient lorsqu'une personne perçoit que les exigences d'une situation dépassent ses ressources. Le stress chronique ou cumulatif à des étapes cruciales de la vie peut expliquer l'incapacité de certains individus à atteindre un fonctionnement optimal à long terme.

## **QUESTIONS À TRAITER**

D'un point de vue méthodologique, des études naturalistes menées tout au long de la vie sont nécessaires pour comprendre les associations complexes entre le stress et le fonctionnement psychosocial. Toutefois, les études longitudinales s'étendant sur plusieurs décennies sont rares. En outre, les modèles statistiques linéaires sont insuffisants pour comprendre les mécanismes sous-jacents à ces associations, et des modèles statistiques plus sophistiqués sont nécessaires.

Étant donné que le stress affecte le fonctionnement psychosocial par le biais de mécanismes physiologiques inconscients et de mécanismes cognitifs, une combinaison de mesures physiologiques du stress, comme le cortisol capillaire, et de mesures du stress perçu est nécessaire pour saisir pleinement l'expérience du stress chronique et son impact sur le fonctionnement psychosocial.

## **OBJECTIFS**

Nous profiterons de l'élan créé par notre étude à échantillons multiples en cours ("Parcours de vie non traditionnels") pour lancer une nouvelle étude impliquant la collecte d'échantillons de cheveux, ce qui nous permettra d'évaluer la concentration de cortisol dans les cheveux, une mesure physiologique du stress chronique. Les informations provenant de nos ensembles de données longitudinales seront ajoutées aux données sur le cortisol afin d'atteindre les objectifs suivants :

*Objectif 1* : Explorer et comparer la taille et la forme des associations entre les facteurs de stress, le stress perçu et les niveaux de concentration de cortisol dans les cheveux dans l'ensemble de nos échantillons.

*Objectif 2* : Tester comment les facteurs de stress, le stress perçu et le cortisol prédisent les résultats psychosociaux de manière additive, séquentielle ou en interaction ; vérifier les différences entre les échantillons.

*Objectif 3* : Étudier les modérateurs des associations décrites dans les objectifs 1 et 2, notamment le sexe, les étapes de la vie, le stress social/économique cumulé et la santé.

## **MÉTHODOLOGIE**

Notre collecte de données en cours comprend un premier échantillon de participant·es recruté·es dans les années 1970 pour le projet Concordia (aujourd'hui âgé·es de 50 à 60 ans). Le deuxième échantillon comprend des adultes dans la vingtaine ou la trentaine, qui sont la descendance du premier échantillon au projet Concordia. Le troisième échantillon

comprend des adultes dans la vingtaine qui ont été recruté·es à l'école secondaire dans le cadre d'un projet de l'UQAM. Tous les échantillons proviennent de quartiers avec un indice de défavorisation élevé de la région de Montréal.

Les concentrations de cortisol seront extraites d'échantillons de cheveux et utilisées comme mesure physiologique du stress sur une période de 3 mois. Ces données seront combinées avec des mesures du stress perçu et des facteurs de stress, ainsi qu'avec des informations provenant des vagues précédentes, y compris les rapports des parents, des pairs et les auto-évaluations, ainsi que les dossiers gouvernementaux sur la santé et la scolarité. Des analyses quantitatives de pointe nous permettront de tester des modèles linéaires et non linéaires, y compris les effets de modération et de médiation.

### **PROGRÈS DES CONNAISSANCES**

Les mesures du cortisol ont permis d'améliorer les méthodes de recherche et les résultats dans le domaine des sciences de la santé. L'intégration de ces mesures aux données d'auto-déclaration et aux données gouvernementales fera également progresser les sciences sociales. L'intégration de données prospectives et de données sur le cortisol dans cette nouvelle étude sur le stress chronique constituera une percée dans l'étude du bien-être psychosocial de la population canadienne.

### **DES AVANTAGES À PLUS LARGE SPECTRE**

Notre étude contribuera à justifier les investissements des gouvernements dans des programmes de soutien aux personnes en situation de pauvreté, de traumatisme ou d'autres conditions de stress chronique. Nous sensibiliserons le public aux effets négatifs du stress chronique sur le bien-être et aiderons les individus à prendre des décisions compatibles avec leur bien-être à long terme.