

Forum : Forum Citoyen sur la Santé Mentale

Thématique : Les jeunes en première ligne face à la dégradation de la santé mentale ?

Nom de la Citoyenne : Elise Quariat

Situation familiale	Niveau d'étude
☐ Marié/en couple	☐ Primaire
☒ Célibataire	☒ Secondaire
☐ Avec enfants, si oui combien _____	☐ Universitaire

1. De quelle manière êtes-vous concernée par le sujet ?

Je m'appelle Elise Quariat, j'ai 42 ans. Je suis mexicaine, et j'ai vécu pendant vingt ans en Californie, où je travaillais comme ouvrière agricole dans la vallée du San Joaquin. Ce n'est pas un hasard : Selon Linman & Associés (2024), Fresno est le premier comté agricole des États-Unis, avec une production agricole de 9,03 milliards de dollars, et selon Wikipédia (2026), cette vallée à elle seule fournit 50 % des fruits et légumes et 90 % des amandes, artichauts, avocats et tomates du pays. De plus, en 2026), 47 % des 2,4 millions d'ouvriers agricoles des États-Unis étaient sans papiers en 2019, c'est donc un sujet qui me concerne directement. Chaque matin, quand je partais travailler, j'ignorais si je rentrerais le soir. C'était du stress constant.

Il y a deux ans, j'ai été arrêtée lors d'une opération de l'ICE dans les champs où je travaillais, puis expulsée vers le Mexique. Du jour au lendemain, j'ai perdu ma maison et mon emploi. Je n'avais plus rien. Malheureusement, je ne suis pas la seule à avoir vécu cela, il y en a bien plus que ce que vous ne pensez. Selon Radio-Canada (2026),

Depuis le retour de Donald Trump à la présidence, environ 500 000 des 11 millions d'immigrants sans papiers ont déjà été expulsés des États-Unis, la majorité sans casier judiciaire. Derrière chacun de ces actes causés par l'ICE, des milliers d'enfants restent traumatisés.

De plus, Mike Way, un des plus gros producteurs de poivrons aux États-Unis, raconte que ; « Nos employés ont peur. On essaie de leur expliquer qu'on ne laissera pas entrer les agents »

Radio-Canada rapporte notamment le témoignage d'une ouvrière agricole mexicaine de Californie dont les enfants, nés sur le sol américain, pleuraient en lui demandant si elle allait revenir. « Esther (nom d'emprunt) est d'origine mexicaine. Mère de famille monoparentale, elle a trois enfants nés sur le sol américain. "Ils ne voulaient plus aller à l'école, ils me regardaient en pleurant et disaient : "On ne sait pas si on va te revoir." C'est très difficile", raconte-t-elle. »

Depuis mon retour au Mexique, je travaille dans le secteur de la santé mentale, où j'accompagne des familles de migrants, des personnes expulsées comme moi, et surtout des jeunes qui grandissent dans cette incertitude permanente. C'est à travers ce travail que je mesure à quel point le thème de la santé mentale touche directement les nouvelles générations. Les proches des personnes détenues ou expulsées, y compris les enfants, développent souvent de graves problèmes de santé mentale et restent parfois confinés chez eux.

Selon l'Organisation mondiale de la Santé « Santé mentale des réfugiés et des migrants », 2025, les migrants et réfugiés sont plus susceptibles que le reste de la population de souffrir de dépression, d'anxiété ou de stress post-traumatique, avec un accès aux soins souvent très limité.

2. Que proposez-vous à votre échelle ?

À mon échelle, je pense que la réponse à la dégradation de la santé mentale des jeunes migrants et des enfants de familles expulsées doit d'abord passer par le maintien de la famille. Selon le Centre national de justice pour les immigrants (2025), l'expulsion d'un parent a des effets durables sur le bien-être psychologique des enfants qui restent ; les politiques migratoires devraient donc prévoir des mécanismes qui évitent la séparation brutale des familles, ou à défaut un accompagnement psychologique immédiat pour les enfants concernés.

Je propose également de renforcer les services de santé mentale adaptés aux communautés hispaniques et latino-américaines, aussi bien aux États-Unis que dans les pays de retour comme le Mexique. Selon le Journal of Cultural and Mental Health, l'accès aux soins de ces communautés reste particulièrement restreint, alors que les besoins y sont considérables. Des programmes financés dans le cadre d'initiatives régionales de santé, telles que celles portées par l'Organisation panaméricaine de la santé « Protéger et promouvoir la santé mentale dans la Région des Amériques », 2025, pourraient être développés principalement pour les jeunes touchés par la migration et l'expulsion, notamment par des groupes de soutien qui sont une approche que l'OMS recommande pour favoriser l'inclusion sociale.

Enfin, je crois beaucoup à la formation du personnel scolaire et des travailleurs sociaux pour détecter les signes de détresse chez les enfants issus de familles migrantes ou séparées par l'expulsion, afin de repérer les troubles avant qu'ils ne s'aggravent. Permettrait de rendre justice à toute une génération de jeunes qui grandissent, comme je l'ai vu de mes propres yeux, avec la peur constante de perdre leurs proches du jour au lendemain.