

Rapport AXA 2026 sur la santé mentale

5 choses à connaître sur la santé mentale en 2026

1/ la santé mentale continue de se dégrader

46% des personnes dans le monde sont en souffrance ou en difficulté psychologique.

Index de santé mentale par pays.

2/ les freins à la santé mentale

La prise de conscience de sa santé mentale est la 1^{re} barrière, avant le coût, le temps et le regard des autres.

36% pensent ne pas avoir besoin d'aide médicale.

3/ L'IA, un outil à double tranchant

63% utilisent l'IA pour trouver des conseils et des informations sur la santé mentale.

Mais 28% reconnaissent qu'elle les a conduits à des comportements nocifs.

4/ Les jeunes adultes sont les plus touchés

43% des 18-24 ans déclarent des niveaux sévères de dépression, d'anxiété et de stress.

92% des 18-24 ans disent que le temps passé sur les écrans a un impact négatif sur leur vie.

5/ Les entreprises jouent un rôle clé

48% des employés n'osent pas parler de leurs problèmes de santé mentale au travail, mais 84% attendent un soutien en santé mentale de la part de leur entreprise.

Téléchargez notre étude globale Rapport AXA 2026 sur la santé mentale.