



POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

LE TDAH NE TOUCHE PAS LES ENFANTS SEULEMENT : QUATRE POUR CENT DE TOUS LES ADULTES EN SONT ATTEINTS AUSSI

Le Mois de sensibilisation au TDAH place les adultes et leurs enjeux en milieu de travail sous les feux de la rampe

MARKHAM (Ontario), le 1^{er} octobre 2014 – Même si le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) est l'un des troubles les plus courants, il demeure mal compris et stigmatisé au Canada. Au cours du Mois de sensibilisation au TDAH cet octobre, le *Centre for ADHD Awareness Canada* (CADDAC) lance un programme national de sensibilisation pour mettre en évidence la prévalence du TDAH chez les adultes et les défis qu'ils doivent relever chaque jour, tant dans leur vie personnelle que professionnelle.

Le TDAH chez l'adulte est une réalité pour de nombreux Canadiens, et ce trouble a une portée considérable – sur les plans social, économique et professionnel. On estime que 90 pour cent des adultes atteints du TDAH ne sont pas traités¹, principalement en raison de l'absence de diagnostic et d'accès à des médecins compétents.

« On sait depuis des décennies que le TDAH atteint les enfants, mais ce n'est que tout récemment que la recherche médicale sur le TDAH chez l'adulte est devenue accessible au public. Bien que le TDAH soit encore considéré comme un grand tabou, on comprend moins bien comment il affecte les adultes et peut influencer sur le milieu de travail; ainsi, les adultes qui en sont atteints sont jugés de façon plus critique, a déclaré M^{me} Heidi Bernhardt, présidente et directrice générale du CADDAC. Nous devons outiller ces adultes avec la bonne information, leur fournir les évaluations médicales leur permettant de recevoir un diagnostic précis et leur proposer des stratégies de traitement multimodal, afin qu'ils puissent exploiter leur plein potentiel et réussir dans de nombreux aspects de leur vie, y compris au travail. »

De nombreux adultes atteints d'un TDAH parviennent à s'épanouir au travail et considèrent que certains de leurs traits de personnalité liés au TDAH, comme le surplus d'énergie, la capacité de résoudre facilement les problèmes et la créativité, représentent des atouts importants dans leur choix de carrière. Mais pour les autres adultes, dont ceux qui ont été mal diagnostiqués et n'ont pas reçu de diagnostic ni de traitement, le TDAH pourrait créer des difficultés extrêmes en milieu de travail.

Les symptômes du TDAH chez l'adulte, comme la distractivité, l'oubli, la difficulté à s'organiser, à gérer son temps et à contrôler ses émotions, l'agitation mentale, l'impulsivité et la procrastination – peuvent provoquer des déficiences au travail,

notamment des difficultés à prioriser ses tâches et à terminer son travail, des réunions et délais manqués, et des problèmes avec les collèguesⁱⁱ. Il n'est pas rare qu'un adulte atteint du TDAH change d'emploi et de carrière de manière impulsive sans se rendre compte que le TDAH influe sur son rendement et sa satisfaction au travail.

« Dans la plupart des cas, le TDAH ne disparaît pas avec l'âge; les adultes investissent donc beaucoup d'efforts et d'énergie pour compenser son incidence quotidienne, a déclaré D^{re} Annick Vincent, spécialiste du TDAH. Beaucoup de mes patients ont vraiment du mal à composer avec les symptômes du TDAH dans leur vie professionnelle et personnelle – ils semblent souvent désorganisés et distraits, alors qu'en fait ils n'ont pas été bien préparés pour réussir. Il est important que les patients comprennent mieux la façon dont leur cerveau fonctionne et adoptent des stratégies d'adaptation et de traitement qui leur permettent de maximiser leur potentiel. »

Les employeurs peuvent jouer un rôle crucial dans le succès d'un employé atteint de TDAH, en créant tout d'abord un milieu où l'employé ne craint pas de mener un dialogue franc. Souvent, lorsque l'employé et l'employeur collaborent pour mettre en place des stratégies et des mesures d'adaptation simples, le succès est garanti pour les deux parties.

Rick Green, acteur et comédien, parle de son propre TDAH et donne des conseils aux Canadiens : « Pour moi, recevoir un diagnostic de TDAH a transformé ma vie parce que, tout à coup, j'ai compris pourquoi j'avais du mal à accomplir certaines choses assez simples. Plus que pour tout autre problème de santé mentale, je crois que la sensibilisation au TDAH est cruciale – quand j'ai commencé à traiter mon TDAH, la vie est devenue tellement plus facile! Si vous êtes atteint de ce trouble, vous pourriez souffrir inutilement. »

Dans le cadre d'une série d'activités au cours du Mois de sensibilisation au TDAH, le CADDAC lance de nouveaux messages d'intérêt public mettant en vedette Rick Green pour aider à sensibiliser les Canadiens au TDAH et à en connaître les faits saillants. Pour afficher les derniers messages d'intérêt public, visitez la [page du CADDAC](#) ou téléchargez une version haute résolution en [clicquant ici](#). Le CADDAC a également ajouté une mine de nouveaux renseignements sur le TDAH chez l'adulte et, plus précisément, le TDAH en milieu de travail. L'ensemble du matériel sur le TDAH chez l'adulte est en vente sur clé USB et contient plus de 50 documents utiles pour employés et employeurs – une excellente ressource pour tout le monde.

Selon la *Loi canadienne sur les droits de la personne*, les employeurs ont une « obligation d'adaptation », afin de donner à tous les employés des chances égales de réussir; ils doivent notamment prendre des mesures d'adaptation qui profitent aux employés atteints d'une invalidité. Le CADDAC encourage vivement tous les employeurs canadiens à créer un milieu où les employés peuvent confortablement révéler une invalidité et discuter des mesures de réadaptation possibles.

À PROPOS DU TROUBLE DÉFICITAIRE DE L'ATTENTION AVEC HYPERACTIVITÉ (TDAH)

Touchant plus d'un million de Canadiens, le TDAH est le trouble psychiatrique le plus prévalent chez l'enfant, au pays. Il atteint autant les garçons que les filles¹ et affecte

autant les enfants que les adultes. Le TDAH ne définit pas une personne. Bien qu'il n'y ait pas de remède pour enrayer ce trouble, la plupart des patients sont en mesure de le prendre en charge grâce à des traitements appropriés, ce qui leur permet de réussir à l'école, au travail et dans leur vie personnelle et ainsi, de mener une vie productive.

À PROPOS DU CADDAC

Le CADDAC, un organisme national sans but lucratif, est un chef de file en matière d'éducation, de sensibilisation et de défense des droits tant pour les organismes de soutien que pour les personnes atteintes d'un TDAH. Le CADDAC fournit une vaste gamme d'information aux parents, adultes, enfants/adolescents, enseignants et fournisseurs de soins de santé sur son site Web, www.caddac.ca. En outre, vous trouverez sur le site de l'information sur l'atelier d'une journée complète sur le TDAH chez l'adulte, qui aura lieu le 4 octobre prochain à Toronto, ainsi que sur le prochain congrès organisé à Vancouver, les 1^{er} et 2 novembre, et les activités éducatives futures.

Pour de plus amples renseignements sur la Semaine de sensibilisation au TDAH, visitez <http://adhdawareness.ca/fr/>; pour obtenir de l'information sur le TDAH durant les différentes étapes de la vie, consultez www.caddac.ca.

La D^{re} Annick Vincent a également conçu un nouveau site Web contenant de l'information à jour sur le TDAH. Il est accessible au www.attentiondeficit-info.com.

Pour plus d'information :

Ethan Pigott[?]

ethan@pigott.ca

Téléphone : 416 558-2783

Heidi Bernhard, directrice nationale du CADDAC

heidi.bernhardt@caddac.ca[?]

Téléphone : 905 471-3524

ⁱ Étude socioéconomique menée par le CADDAC en 2013 –

<http://adhdawarenessweek.ca/fr/documents/Socioeconomic%20Policy%20Paper%20FRENCH.pdf>

ⁱⁱ Site Web du CADDAC : <http://www.caddac.ca/cms/page.php?260>