

SOUFFRANCE PSYCHIQUE ET TROUBLES PSYCHIATRIQUES LIES A L'EPIDEMIE DE COVID-19 ET AUX DIFFICULTES DE LA VIE EN CONFINEMENT, [Bva](#) – mai 2020

Santé publique France

Face à l'épidémie de Covid-19 et depuis les mesures gouvernementales de confinement du 16 mars 2020, Santé publique France a lancé avec Bva un dispositif d'enquêtes en population générale afin de suivre l'évolution des comportements de prévention et de l'état de santé de la population.

Comment les Français réagissent-ils ?

Comment cette crise sanitaire inédite modifie-t-elle les comportements, les connaissances, les croyances ? Quel retentissement psychologique dans la population ? Quelles sont les populations les plus vulnérables pendant cette période ?

Cette étude permet notamment d'observer l'impact de cette épidémie inédite et des mesures de confinement sur la santé mentale des Français et identifier les plus vulnérables. La peur de la maladie et les conditions de vie bouleversées ou plus précaires en cette période ont effectivement des conséquences sur la santé mentale des Français.

Plusieurs facteurs associés à une plus forte anxiété ont été identifiés : sexe féminin, un âge inférieur à 50 ans, le fait d'être dans une situation financière difficile, d'être actuellement en situation de télétravail, d'être parent d'enfant de 16 ans et moins, d'avoir un proche ayant des symptômes évocateurs du Covid-19, de percevoir le Covid-19 comme une maladie grave, d'avoir une mauvaise connaissance des modes de transmission du virus, de se sentir peu capable d'adopter les mesures préconisées et d'avoir peu confiance dans les pouvoirs publics.

Ces résultats ont confirmé l'importance, pour Santé publique France, de mobiliser les professionnels de santé et d'agir avec des dispositifs adaptés sur les facteurs qui favorisent la réduction des états anxieux.

Epidémie, des conséquences inévitables sur la santé mentale

Sras, Ebola, H1n1 et aujourd'hui Covid-19, ces épidémies ont des effets importants sur l'activité, les comportements, le moral et la santé de nos concitoyens. Les premières études menées en Chine sur l'impact de l'épidémie actuelle font état d'un nombre important de troubles anxieux et dépressifs ainsi que de troubles du sommeil.

D'autres travaux menés antérieurement évoquent un risque d'augmentation de conduites suicidaires, de symptômes d'allure psychotique, de symptômes psychosomatiques, de symptômes de stress post-traumatique et de consommations de substances psychoactives (alcool, tabac...). A titre d'exemple : un état d'anxiété davantage déclaré par les Français en cette période de confinement.

La situation de confinement et ses conséquences psychosociales et économiques mais aussi la peur, pour soi et ses proches, de la contamination, du virus, de la maladie et de ses conséquences (atteintes somatiques graves et décès) sont des facteurs qui agissent sur la santé mentale des Français. Depuis le 23 mars, Santé publique France a déployé avec Bva un dispositif d'enquête auprès de 2 000 internautes de 18 ans et plus. Il permet de suivre l'évolution de l'adhésion des Français aux mesures de prévention et d'évaluer la prévalence de troubles psychiques (en particulier anxio-dépressifs) au sein de la population et d'identifier les segments de population les plus vulnérables pendant cette période.

Lors de la première vague d'enquête menée du 23 au 25 mars plus d'un quart (27 %) des répondants de l'échantillon ressentaient un état d'anxiété. Si le niveau d'anxiété de la population a diminué entre la 1ère et la 2nde vague d'étude, il reste cependant nettement supérieur (22 %) à celui observé en population générale en 2017 (13,5 %).

Les facteurs associés à une plus forte anxiété sont le sexe féminin, un âge inférieur à 50 ans, le fait d'être dans une situation financière difficile, d'être actuellement en situation de télétravail, d'être parents d'enfant de 16 ans et moins, d'avoir un proche ayant des symptômes évocateurs du Covid-19, de percevoir le Covid-19 comme une maladie grave, d'avoir une mauvaise connaissance des modes de transmission du virus, de se sentir peu capable d'adopter les mesures préconisées et d'avoir peu confiance dans les pouvoirs publics.

Ces résultats confirment l'importance de mobiliser les professionnels de santé et d'agir avec des dispositifs adaptés sur les facteurs qui favorisent la réduction des états anxieux.

Plusieurs recours pour les personnes en détresse psychologique

Les médecins généralistes, les professionnels de santé mentale (psychiatres, psychologues) et le monde associatif sont des recours essentiels pour répondre à ces personnes en souffrance et réduire les états anxieux générés par cette épidémie.

Pour faciliter l'accès à ces professionnels en cas de besoin, un espace dédié à la santé mentale a été créé sur le site internet de Santé publique France permettant de recenser tous les dispositifs d'aide à distance, classés selon les thématiques (violence, deuil, détresse psychologique, addictions, parentalité...).

Par ailleurs, Santé publique France en collaboration avec le Ministère en charge de la santé et le Service d'Information du Gouvernement a développé une série de vidéos courtes et informatives « Ma vie au quotidien » pour aider les Français à vivre le mieux possible les semaines de confinement. Une nouvelle vidéo complète cette collection. Elle aborde le stress que génère cette période et prodigue des conseils simples.

Le ton est rassurant : ressentir de l'inquiétude et de l'anxiété pendant cette période est bien légitime mais il est aussi possible de trouver des parades pour éviter que cela ne s'installe. « *En parler avec ses proches, organiser ses journées, se détendre avec des activités que l'on aime, être attentif à sa consommation d'alcool et de tabac, s'informer sans excès... et si c'est trop difficile, on peut en parler à son médecin ou appeler un numéro d'écoute* ».

Méthodologie

Depuis le 23 mars, Bva a ainsi mis en place pour Santé publique France, une enquête barométrique par internet auprès d'un échantillon national représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus, composé de 2 000 personnes.