



RISQUES PSYCHOLOGIQUES LIÉS À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19

Par collectif Reinfocovid, le 8 décembre 2020

Temps de lecture : 8 minutes

Au printemps 2020, plus de 4 milliards d'individus, dans plus de 100 pays, ont été confinés à leur domicile dans le but de limiter la propagation de l'épidémie de Covid-19 [1]. Après une phase de déconfinement, de nombreux états, telle que la France, ont imposé à leur population un second confinement en automne. **Si l'efficacité du confinement semble peu significative [2], ses effets délétères sur la santé mentale des individus commencent à être évalués [3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11].**

Risques psychologiques liés au premier confinement

Ainsi l'IRDES (Institut de recherche et documentation en économie et santé) a conduit lors de la 4^{ème} semaine du premier confinement (3-13 avril 2020) une **enquête internet (COCLICO) permettant d'évaluer l'apparition d'une détresse psychologique dans la population française au cours de la première période de confinement [3]**. Sur un échantillon de **3200 personnes** majeures ayant complété le questionnaire en totalité, **la survenue d'une détresse psychologique a été observée chez un tiers des personnes interrogées** (12% des répondants présentaient une détresse d'intensité sévère), se traduisant en particulier par une aggravation des problèmes de tension et de stress, de sommeil, de concentration ainsi que du sentiment d'être malheureux ou déprimé. **Les facteurs associés ont été évalués afin de repérer les populations vulnérables nécessitant la mise en place d'un soutien.**

Ainsi, **les personnes exposées au coronavirus** (malades avérés ou vivant avec un malade, travailleurs exposés), **ou présentant des maladies chroniques** avaient une **probabilité plus élevée de survenue de détresse psychologique** liée au sentiment de risquer une infection sévère et à la crainte des difficultés d'accès aux soins intensifs.

En dehors de ces facteurs de risque liés à l'infection, le confinement a aggravé les fragilités psychologiques préexistantes. Ainsi, les personnes ayant eu recours à des soins de santé mentale dans les 12 mois précédant la crise (dont une forte proportion de



femmes) présentait un risque accru de détresse psychologique. La vulnérabilité de cette population est également mise en évidence dans l'étude menée par la fondation Jean Jaurès concernant plus particulièrement les idées suicidaires [4, 5, 6, 7]. Un **risque accru** de détresse psychologique a été constaté **chez les personnes en état de solitude** ou avec un soutien social faible, détresse s'expliquant par la rupture des liens sociaux habituels, induite par le confinement. Le soutien social apparaît même comme un facteur de risque plus marqué que le nombre de mètres carrés disponibles par occupant du foyer, sauf lorsque celui-ci est très faible. Au contraire, **le maintien des activités de loisirs habituelles et la réduction du temps passé à consulter les réseaux sociaux sont des facteurs limitant l'apparition de détresse psychologique.**

Une dégradation de la situation financière à la suite du confinement est également associée à un fort risque d'apparition de détresse psychologique, sans corrélation significative avec la situation vis-à-vis de l'emploi (chômage total, partiel, congés ...). Les mesures de chômage partiel pourraient avoir limité l'impact psychologique de ces modifications d'activité professionnelle.

Et depuis le déconfinement ?

L'enquête COCLICO se poursuit afin d'analyser l'impact des différentes mesures sur la santé mentale des français. Les résultats ne sont pas encore parus. On peut d'ores et déjà constater factuellement **le doublement du nombre de personnes diagnostiquées en dépression** (HAD score >10) **entre juillet et novembre** dans le suivi de santé publique France [8]. Ainsi, **fin novembre 22,6% de la population française** (plus d'une personne sur 5) a été **diagnostiquée en dépression**. Ce chiffre dépasse de 2 points le maximum atteint lors du premier confinement, les populations les plus à risque étant en particulier les jeunes adultes, les étudiants ou les personnes vivant seules, ainsi que les personnes déclarant une situation financière très difficile ou en situation de chômage partiel.

Face à une telle augmentation des détresses psychologiques, qu'en est-il des risques de suicides ?

Risques suicidaires

L'évaluation des risques suicidaires liés à la crise sanitaire a été menée par la Fondation Jean Jaurès et l'IFOP sur un échantillon de 2000 personnes du 21 au 28 septembre 2020 [4, 5, 6, 7]. Il apparaît **que 20% des personnes interrogées ont envisagé sérieusement de se suicider en 2020, dont 11% durant la période de confinement et 17% depuis la fin du confinement.**



La période post-confinement s'est donc accompagnée d'une augmentation des intentions suicidaires, contrairement à la période de confinement du printemps 2020.

Cette constatation peut sembler contre-intuitive, mais, comme cela a pu être observé en temps de guerre, une menace extérieure (ici virale) concernant l'ensemble de la population tend à renforcer la volonté de survie et à éliminer les pensées suicidaires au profit de dynamiques de protections collectives. D'autre part, en empêchant les moments d'isolement nécessaires à la mise en place d'un suicide, la période de confinement a rendu plus difficile le passage à l'acte.

Les résultats de 2020 sont à comparer avec les **précédentes grandes enquêtes menées sur le risque suicidaire** par l'Union Nationale pour la Prévention du Suicide et la fondation Jean Jaurès en **2000, 2006 et 2016, montrant respectivement un taux de pensée suicidaire de 13%, 17% et 20%**. Rappelons qu'en 2016, en France, le chômage de masse était à son maximum, suivi d'une baisse continue à partir de 2018. **Le fait que l'année 2020 présente un taux d'intention suicidaire équivalent à celui de 2016 montre que l'après confinement est une période de fragilisation psycho-sociale conduisant à une aggravation des pensées suicidaires.**

Encore plus inquiétant, l'étude montre, **chez les personnes ayant des pensées suicidaires, une augmentation entre 2016 et 2020 des passages à l'acte conduisant à une hospitalisation (de 22% en 2016 à 27% en 2020), avec un taux maximum pour les personnes de moins de 35 ans (de 26% en 2016 à 33% en 2020).** La gravité de risque suicidaire est donc à un niveau très préoccupant.

Les dirigeants d'entreprise (27%), les artisans-commerçants des secteurs hôtelier, de la restauration et du tourisme (25%) ainsi que les chômeurs (27%) présentent des taux d'intention suicidaire largement supérieurs aux autres secteurs d'activité. L'enquête montre que les petits entrepreneurs pourraient avoir une pratique suicidaire comparable à celle des agriculteurs, fortement touchés par ce fléau en France.

Et maintenant ?

Le second confinement n'a en commun avec le premier que le nom. Lorsqu'au printemps tout le monde était maintenu à son domicile (sauf exception), le second confinement maintient l'activité professionnelle (sauf exception), tout en imposant une cessation d'activité dans certains secteurs sans preuve évidente de leur responsabilité dans la propagation de l'épidémie. Il s'agit une nouvelle fois des artisans et commerçants des secteurs de l'hôtellerie, restauration, habillement, jouet, des activités culturelles et sportives. **Ces mesures sont d'autant plus inquiétantes qu'il a été montré que ces personnes présentaient le plus fort taux de pensée suicidaire ainsi que de passage à l'acte.**



Les études montrent que **les répercussions suicidaires des crises surviennent plusieurs mois ou année après** [9]. Ainsi, pour la crise de 1929, le taux de suicide a explosé aux USA en 1930 pour atteindre son pic en 1932, atteignant alors un taux de 21.3/100000. Ce délai ne permet donc pas de connaître actuellement les effets de la pandémie et des mesures sanitaires associées sur le risque suicidaire des Français. **Plusieurs mois seront nécessaires pour analyser les données statistiques relatives au suicide depuis le mois de mars en France.**

Le **Japon**, l'un des pays fournissant en temps réel les données liées au suicide, vient d'annoncer **en octobre, un nombre plus important de personnes décédées par suicide** (2153), **que de personnes décédées du coronavirus sur tout 2020** (2087 au 30/11/20) [10]. Si rien n'est fait pour soutenir les populations vulnérables, le risque suicidaire pourrait également devenir extrêmement préoccupant dans les prochains mois en France.

A RETENIR

- Lors du premier confinement, l'apparition d'une détresse psychologique a été observée chez 33% des répondants dont 12% en état de détresse sévère.
- Le confinement affecte plus fortement les populations déjà vulnérables et renforce les inégalités préexistantes.
- Le maintien des activités de loisirs habituelles et la réduction du temps passé à consulter les réseaux sociaux sont des facteurs limitant l'apparition de détresse psychologique.
- Fin novembre 22,6% de la population française a été diagnostiquée en dépression, soit 2 fois plus qu'en juillet.
- 20% des personnes interrogées ont envisagé sérieusement de se suicider en 2020.
- L'après confinement est une période de fragilisation psycho-sociale conduisant à une aggravation des pensées suicidaires.
- Augmentation entre 2016 et 2020 des passages à l'acte conduisant à une hospitalisation
- Les dirigeants d'entreprise, les artisans-commerçants des secteurs hôtelier, de la restauration et du tourisme, ainsi que les chômeurs, présentent des taux d'intention suicidaire maximum.
- Plusieurs mois seront nécessaires pour analyser les données statistiques relatives au suicide depuis le mois de mars
- Le Japon, comptabilise en octobre, un nombre plus important de personnes décédées par suicide, que de personnes décédées du coronavirus sur tout 2020.



RÉFÉRENCES

- [1] <https://www.lefigaro.fr/flash-actu/covid-19-plus-de-4-milliards-d-humains-appelés-a-se-confiner-20200407>
- [2] De Laroche Lambert Quentin, Marc Andy, Antero Juliana, Le Bourg Eric, Toussaint Jean-François, Covid-19 Mortality: A Matter of Vulnerability Among Nations Facing Limited Margins of Adaptation, *Frontiers in Public Health*, Vol(8), 2020, p 782
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2020.604339/full>
- [3] <https://www.irdes.fr/recherche/questions-d-economie-de-la-sante/249-les-inegalites-face-au-risque-de-detresse-psychologique-pendant-le-confinement-premiers-resultats-enquete-coclico.pdf>
- [4] <https://www.ifop.com/wp-content/uploads/2020/11/suicide-nbsp-l-autre-vague-a-venir-du-coronavirus-nbsp.pdf>
- [5] <https://www.ifop.com/publication/les-francais-et-le-suicide-2/>
- [6] <https://jean-jaures.org/nos-productions/suicide-l-autre-vague-a-venir-de-la-covid>
- [7] <https://www.ifop.com/wp-content/uploads/2020/11/117599-Rapport.pdf>
- [8] <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-et-infections-respiratoires/infection-a-coronavirus/documents/bulletin-national/covid-19-point-epidemiologique-du-3-decembre-2020>
- [9] <https://www.lapresse.ca/dossiers/crise-financiere/200812/25/01-813088-comme-en-1929-la-crise-economique-favorise-les-suicides.php>
- [10] <https://edition.cnn.com/2020/11/28/asia/japan-suicide-women-covid-dst-intl-hnk/index.html>