



Dégradation de la santé mentale pendant le confinement



Une étude parue **dans la revue *Globalization and Health*** montre qu'il y a eu une dégradation de la santé mentale pendant le confinement. **Les niveaux d'anxiété, de dépression et la santé mentale perçue se sont fortement dégradés durant le confinement, en particulier chez les femmes, les plus jeunes et les plus âgés, et ceux disposant d'un logement de moins de 30 m2.**

En 2014, l'Inserm et l'université de Bordeaux se sont associés au centre d'expertise dédié à la prévention des risques Calyxis pour mettre en place l'Observatoire MAVIE destiné à étudier les accidents de la vie courante en France auprès de 10 000 volontaires. Lors de leur recrutement, il leur était proposé de remplir plusieurs questionnaires en ligne destinés à connaître leur état de santé et leur mode de vie. La survenue éventuelle d'accidents de la vie courante a ensuite été recensée pendant 6 ans. Au moment du premier confinement lié à la pandémie de SARS-CoV-2, partant du constat que l'état de santé mentale des volontaires de l'observatoire MAVIE avait fait l'objet d'une mesure lors du recrutement, une deuxième estimation de cet état de **santé mentale** a été réalisée, de façon à la comparer à la première. Les résultats ont montré une dégradation de la santé mentale pendant le confinement.

Deux échelles validées ont été utilisées : la première appelée Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) est destinée à mesurer les symptômes de dépression. La deuxième est le Generalized Anxiety Disorder 7-item Scale (GAD-7) qui donne une mesure des symptômes liés à l'anxiété. Un troisième indicateur a été introduit qui consistait à demander aux participants de noter leur état de santé mentale sur une échelle de 1 à 10.

1237 volontaires ont accepté de participer à cette étude en remplissant ce deuxième questionnaire. A partir de leurs réponses, les chercheurs constatent que la proportion de personnes présentant des **symptômes d'anxiété a cru de 17% à 20%**. En revanche, la part de volontaires présentant des symptômes de dépression



[Visualiser l'article](#)

n'a que peu évolué (de 27% à 28%). Le score de santé mentale perçue a, pour sa part, diminué de 7,77 à 7,58 mais il a moins diminué chez ceux qui avaient l'habitude de passer plus d'une heure par jour sur un écran, peut-être parce qu'il s'agit d'une activité compatible avec le confinement.

Les personnes ayant présenté plus de symptômes de dépression durant le confinement étaient les femmes, les jeunes, et les plus âgés, ainsi que ceux qui vivent dans un logement de moins de 30 m².

Les personnes présentant une santé physique mauvaise avaient un risque trois fois plus important de présenter plus de symptômes d'anxiété durant le confinement.

La même étude a été répétée pendant le deuxième confinement et les données sont en cours d'analyse. Les premiers résultats montrent une forte aggravation de ces trois mêmes indicateurs de santé mentale.

Inserm