

ENQUÊTE COVIPREV

Depuis le 23 mars 2020, Santé publique France, en lien avec l'institut de sondage BVA, réalise l'enquête CoviPrev pour suivre l'évolution de la santé mentale et l'adoption des comportements de prévention dans le contexte de l'épidémie de Covid-19. Pour chaque vague d'enquête, un échantillon national représentatif de 2 000 personnes âgées de 18 ans et plus est interrogé par Internet.

+ d'info : www.santepubliquefrance.fr

[Covid-19, santé mentale]

Comment évolue la santé mentale des Français pendant l'épidémie de Covid-19 ?

Résultats de la vague 28 de l'enquête CoviPrev (28 septembre - 5 octobre 2021)

Indicateurs clés de la santé mentale des Français lors de la vague 28 (28 septembre - 5 octobre 2021)

80 % des Français déclarent avoir **une perception positive de leur vie en général**

[Niveau bas, - 5 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance stable]

16 % des Français montrent des signes **d'un état dépressif**

[Niveau élevé, + 6 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance en hausse, + 3 points par rapport à la vague 26 (15-21 juillet)]

26 % des Français montrent des signes **d'un état anxieux**

[Niveau élevé, + 12 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance en hausse, + 7 points par rapport à la vague 26 (15-21 juillet)]

70 % des Français déclarent **des problèmes de sommeil** au cours des 8 derniers jours

[Niveau élevé, + 20 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance en hausse, + 11 points par rapport à la vague 26 (15-21 juillet)]

10 % des Français **ont eu des pensées suicidaires** au cours de l'année

[Niveau élevé, + 5 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance stable]

► Évolution des indicateurs de santé mentale depuis le début de l'enquête

En vague 28 (28 septembre – 5 octobre), une augmentation significative des problèmes de sommeil (+7 points) est à nouveau observée par rapport à la vague précédente (vague 27, 31 août-7 septembre) (Figure p. 4).

Les problèmes de sommeil se situent à un niveau de plus en plus élevé (70% vs 49% dans le Baromètre santé 2017). Après avoir diminué au mois de juillet (59% en vague 26), les problèmes de sommeil des personnes interrogées ont augmenté successivement début septembre (63% en vague 27) puis début octobre pour atteindre un niveau significativement supérieur à celui observé au début du premier confinement (61% en vague 2 ; 30 mars-1^{er} avril) (Figure p. 4).

En vague 28, aucune évolution statistiquement significative des états anxieux, des états dépressifs, de la satisfaction de vie et des pensées suicidaires n'est observée par rapport à la vague précédente. Cependant, une augmentation significative de la prévalence des états anxieux et dépressifs est observée depuis juillet (vague 26 ; 15-21 juillet) (Figure p. 4).

La prévalence des états anxieux apparaît élevée (26% vs 13,5% dans le Baromètre santé 2017) avec un niveau comparable à celui observé au début du premier confinement (27% en vague 1 ; 23-25 mars 2020) (Figure p. 4). Depuis juillet (19% en vague 26), la prévalence des états anxieux en population générale a augmenté de 7 points.

La prévalence des états dépressifs, après avoir significativement diminué entre avril (22% en vague 23) et juillet (13% en vague 26) suit depuis une tendance significative à la hausse (+3 points avec 16% en vague 28). Le niveau des états dépressifs reste cependant inférieur à celui observé au début du premier confinement (20% en vague 2 ; 30 mars -1^{er} avril) (Figure p. 4).

■ 33% des personnes interrogées présentent les signes d'un état anxieux ou d'un état dépressif (17% un état anxieux seulement, 7% un état dépressif seulement et 9% un état à la fois dépressif et anxieux).

La prévalence des pensées suicidaires est restée stable depuis le 1^{er} point de mesure (vague 21 ; 15-17 février) mais se maintient à un niveau élevé (10% vs 5% dans le Baromètre Santé 2017) (Figure p. 4).

Le pourcentage de personnes ayant une perception positive de leur vie en général (80%) reste inférieur à celui observé hors épidémie (-5 points par rapport aux données du Baromètre santé 2017). Il est cependant supérieur à celui observé au début du premier confinement (66% en vague 1, 23-25 mars) (Figure p. 4).

► Profils de population ayant une santé mentale plus dégradée, en vague 28

● **Pour les 4 indicateurs (états anxieux, états dépressifs, problèmes de sommeil, pensées suicidaires)** : les chômeurs, les personnes déclarant des antécédents de trouble psychologique, ainsi que celles ayant une situation financière difficile.

● **Les autres profils de population ayant une santé mentale plus dégradée sont :**

- **les femmes** pour les états anxieux et dépressifs ainsi que les problèmes de sommeil ;
- **les 25-34 ans et les personnes ayant déjà eu des symptômes de la COVID-19** pour les états anxieux, les problèmes de sommeil et les pensées suicidaires ;
- **les personnes présentant un risque de développer une forme grave de COVID-19** pour les états dépressifs, les problèmes de sommeil et les pensées suicidaires ;
- **les 18-24 ans, les étudiants et les personnes vivant dans un logement surpeuplé** pour les états anxieux et les pensées suicidaires ;
- **les 35-49 ans et les actifs occupés** pour les états anxieux et les problèmes de sommeil ;
- **les inactifs** pour les états anxieux et dépressifs.

Conclusion

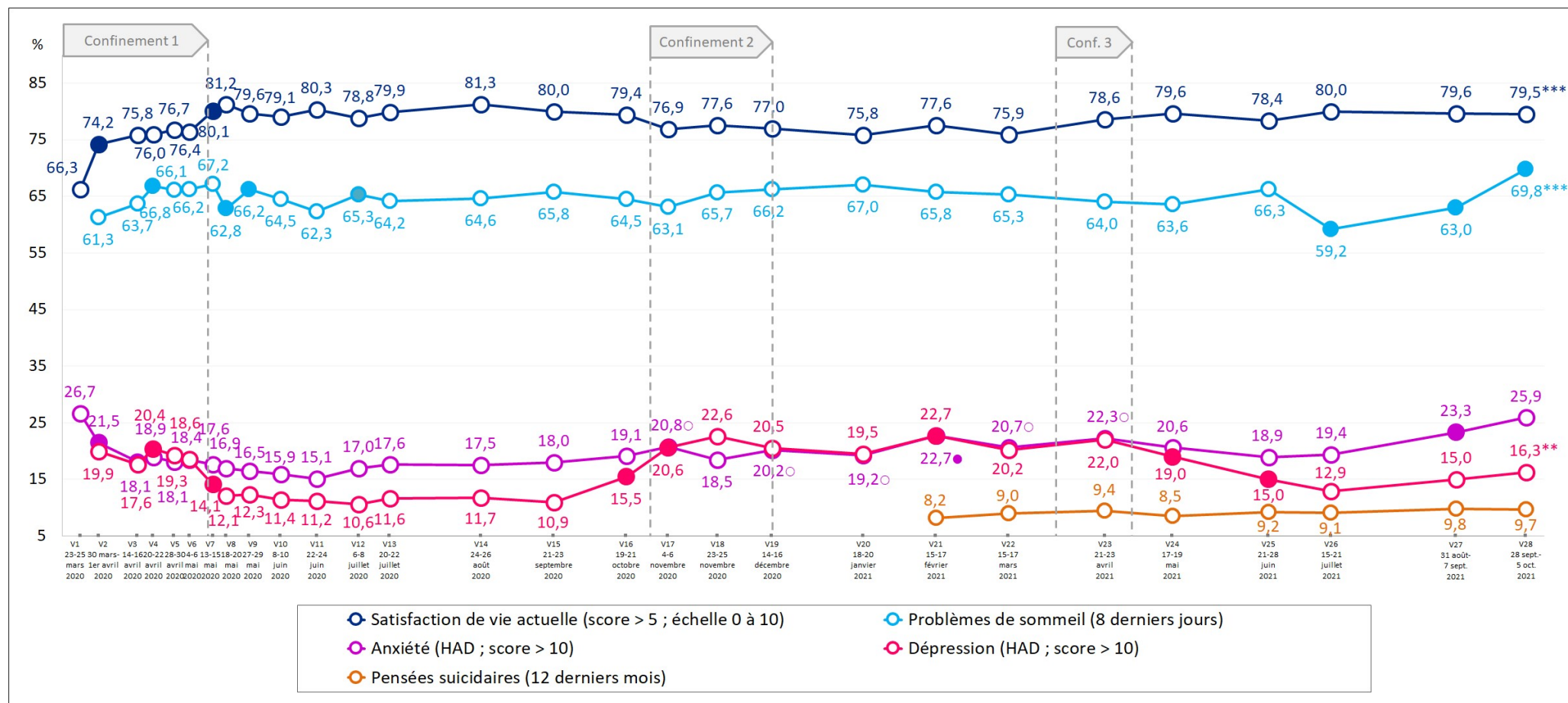
- **La santé mentale des personnes interrogées continue à se dégrader depuis la rentrée** (enquête CoviPrev du 28 septembre au 5 octobre 2021). L'augmentation des états dépressifs et surtout des états anxieux et des problèmes de sommeil se confirme avec respectivement +3, +7 et +11 points d'augmentation par rapport au mois de juillet (vague 26). Pour la seconde fois consécutive dans CoviPrev, le pourcentage de personnes montrant des problèmes de sommeil a significativement augmenté et se situe à un niveau supérieur à celui observé lors du premier confinement. Quel que soit l'indicateur considéré, les profils de la population les plus en difficultés sont les chômeurs, les personnes déclarant des antécédents de trouble psychologique ainsi que celles déclarant une situation financière difficile.
- **La crise sanitaire a affecté de façon durable et importante la santé mentale de la population**, en particulier en termes de symptomatologie anxio-dépressive et de problèmes de sommeil. Rappelons qu'en présence de signes de dépression (tristesse, perte d'intérêt, d'énergie) ou d'anxiété (tension, irritabilité), il est important de s'informer et d'en parler afin d'être conseillé sur les aides et les solutions disponibles. Il ne faut pas hésiter à prendre conseil auprès de son médecin, à appeler le **0 800 130 00** pour demander à être orienté vers une écoute ou un soutien psychologique, ou à s'informer sur le site du **Psycom** ([Psycom.org](https://www.psycom.org)).
- **La prochaine vague de CoviPrev aura lieu du 28 octobre au 5 novembre.**

+ d'info sur la santé mentale et les ressources disponibles

- <https://www.psycom.org/>
- <https://www.santepubliquefrance.fr/coronavirus/sante-mentale>
- <https://www.filsantejeunes.com/mal-etre/covid-et-mal-etre>

Rendez-vous dans un mois pour le prochain point sur l'enquête CoviPrev !

Figure. Prévalences et évolutions des indicateurs de santé mentale et des problèmes de sommeil (% pondérés). Enquête CoviPrev, France métropolitaine, 2020-2021



Notes de lecture. Évolutions testées entre échantillons comparables en termes de sexe, âge, CSP, taille d'agglomération et région d'habitation. Lorsqu'une marque (rond) est pleine, la proportion est significativement différente de celle de la vague précédente, test de Wald ajusté, $p < 0,05$. Lorsque la dernière proportion de la série est associée à une étoile, cette proportion est significativement différente de celle du premier point de la série (vague 1 ou 2 selon l'indicateur), test de Wald ajusté, * : $p < 0,05$; ** : $p < 0,01$; *** : $p < 0,001$. HAD : *Hospital Anxiety and Depression scale*.