

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 29 de l'enquête CoviPrev (28 octobre - 5 novembre 2021)

Indicateurs clés de la santé mentale des Français lors de la vague 29 (28 octobre - 5 novembre 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 par rapport à la vague précédente]
- 17 %** des Français montrent des signes **d'un état dépressif**
[Niveau élevé, + 7 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance stable par rapport à la vague précédente]
- 23 %** des Français montrent des signes **d'un état anxieux**
[Niveau élevé, + 9 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance en baisse, - 3 points par rapport à la vague précédente]
- 66 %** des Français déclarent **des problèmes de sommeil** au cours des 8 derniers jours
[Niveau élevé, + 17 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance en baisse, - 4 points par rapport à la vague précédente]
- 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 par rapport à la vague précédente]

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

En vague 29 (28 octobre – 5 novembre), une diminution significative des états anxieux (-3 points) et des problèmes de sommeil (-4 points) est observée par rapport à la vague précédente (vague 28, 28 septembre-5 octobre) (Figure p. 4).

La prévalence des états anxieux apparaît toujours élevée (23% vs 13,5% dans le Baromètre santé 2017) avec, cependant, un niveau inférieur à celui observé au début du premier confinement (27 % en vague 1 ; 23-25 mars 2020). Après une augmentation importante observée entre mi-juillet (19 % en vague 26) et début octobre (26 % en vague 28), la prévalence des états anxieux a diminué de 3 points par rapport à la vague précédente (Figure p. 4).

Le pourcentage de personnes déclarant des problèmes de sommeil se situe toujours à un niveau élevé (66 % vs 49 % dans le Baromètre santé 2017) et supérieur à celui observé au début du premier confinement (61 % en vague 2 ; début avril 2020). Après une augmentation importante observée entre mi-juillet (59 % en vague 26) et début octobre (70 % en vague 28), la prévalence des problèmes de sommeil repart à la baisse (-4 points par rapport à la vague précédente) (Figure p. 4).

En vague 29, aucune évolution statistiquement significative des états dépressifs, de la satisfaction de vie et des pensées suicidaires n'est observée par rapport à la vague précédente.

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 (+4 points) avec 17 % observés en vague 29. 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).

En vague 29, 31 % des personnes interrogées présentent les signes d'un état anxieux ou d'un état dépressif (14 % un état anxieux seulement, 8 % un état dépressif seulement et 9 % un état à la fois dépressif et anxieux).

La prévalence des pensées suicidaires est 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 s'avère cependant nettement 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 quatre indicateurs (états anxieux, états dépressifs, problèmes de sommeil, pensées suicidaires)** : les inactifs, les personnes ayant une situation financière difficile, celles déclarant des antécédents de trouble psychologique ainsi que celles présentant un risque de développer une forme grave de COVID-19. On n'observe pas d'évolution particulière par rapport aux vagues précédentes sur ces profils.

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

- **les femmes et les 35-49 ans** pour les états anxieux et dépressifs ainsi que les problèmes de sommeil ;
- **les 18-24 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 25-34 ans, les chômeurs et les personnes vivant dans un logement surpeuplé** pour les états anxieux et les pensées suicidaires ;
- **les actifs occupés** pour les états anxieux ;
- **les étudiants** pour les pensées suicidaires.

Conclusion

- **La santé mentale des personnes interrogées reste préoccupante** (enquête CoviPrev du 28 octobre au 5 novembre 2021). Malgré une amélioration des états anxieux (-3 points) et des problèmes de sommeil (-4 points), le niveau des différents indicateurs reste élevé. Le pourcentage de personnes montrant des problèmes de sommeil se situe toujours à un niveau supérieur à celui observé lors du premier confinement et près d'un tiers des personnes interrogées présentent un état anxieux ou dépressif.

Quel que soit l'indicateur considéré, les profils des populations les plus en difficulté sont les inactifs et les personnes déclarant une situation financière difficile, celles déclarant des antécédents de trouble psychologique ainsi que celle présentant un risque de développer une forme grave de COVID-19.

- **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)).

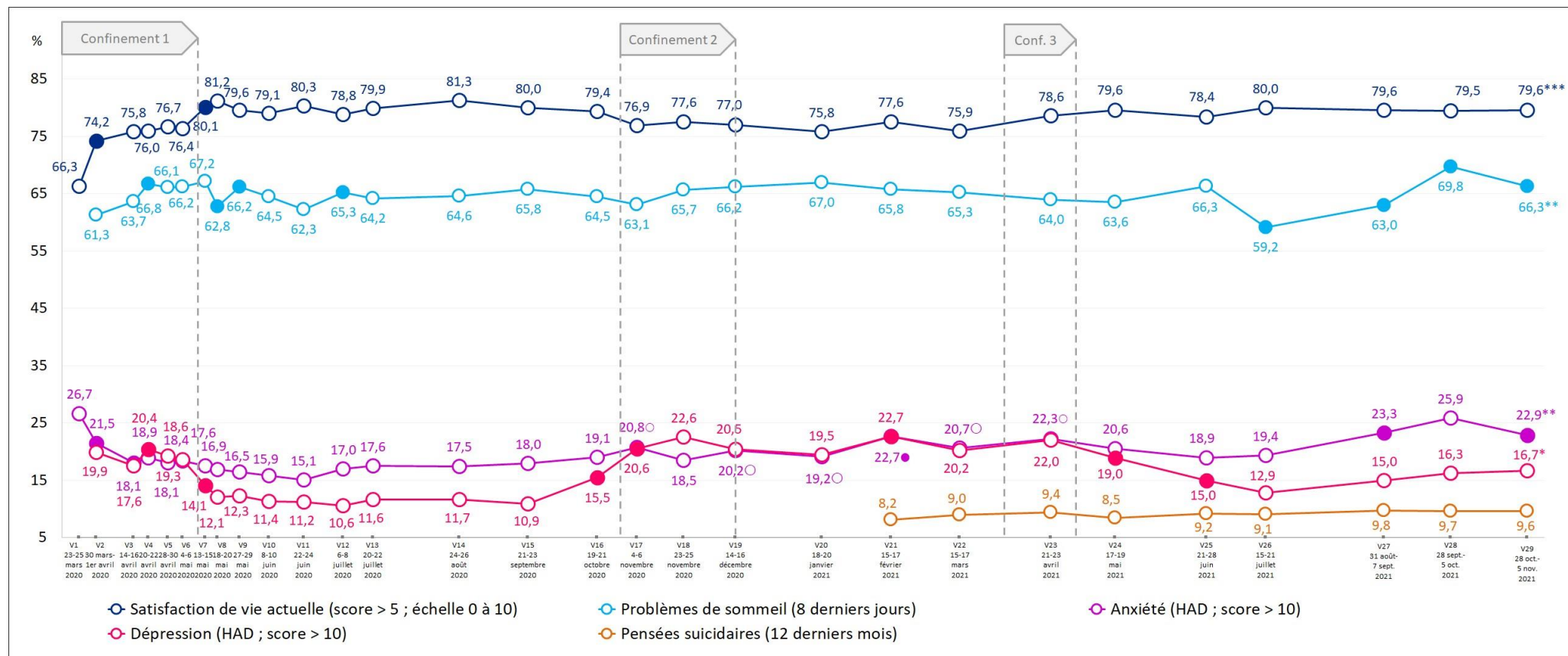
- **La prochaine vague de CoviPrev aura lieu du 30 novembre au 7 décembre.**

+ 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*.