

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 30 de l'enquête CoviPrev (30 novembre - 7 décembre 2021)

Indicateurs clés de la santé mentale des Français lors de la vague 30 (30 novembre - 7 décembre 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]

18 % des Français montrent des signes **d'un état dépressif**

[Niveau élevé, + 8 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 stable par rapport à la vague précédente]

68 % des Français déclarent **des problèmes de sommeil** au cours des 8 derniers jours

[Niveau élevé, + 19 points par rapport au niveau hors épidémie, tendance stable 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 30, aucune évolution statistiquement significative des indicateurs de santé mentale (états dépressifs et anxieux, satisfaction de vie, problèmes de sommeil et pensées suicidaires) n'a été observée par rapport à la vague précédente.

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), puis une diminution au mois de novembre (23 % en vague 29), la prévalence des états anxieux est restée stable au mois de décembre (Figure p. 4).

Le pourcentage de personnes déclarant des problèmes de sommeil se situe toujours à un niveau élevé (68 % vs 49 % dans le Baromètre santé 2017), 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), puis une baisse au mois de novembre (66 % en vague 29), la prévalence des problèmes de sommeil est restée stable au mois de décembre (Figure p. 4).

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 (+5 points) avec 18 % observés en vague 30. Le niveau des états dépressifs est comparable à celui observé au début du premier confinement (20 % en vague 2 ; 30 mars -1^{er} avril) (Figure p. 4).

En vague 30, 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 actuellement une perception positive de leur vie (80 %) reste inférieur à celui observé hors épidémie (-5 points par rapport aux données du Baromètre santé 2017). Il s'avère néanmoins 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 30

• **Pour les 4 indicateurs (états anxieux, états dépressifs, problèmes de sommeil, pensées suicidaires)** : les 18-24 ans, les inactifs, les personnes ayant une situation financière difficile, celles déclarant des antécédents de trouble psychologique ainsi que celles ayant déclaré avoir déjà eu des symptômes de la 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** pour les états anxieux et dépressifs ainsi que les problèmes de sommeil ;
- **les étudiants** pour les états anxieux, les problèmes de sommeil et les pensées suicidaires ;
- **les 25-34 ans et les personnes vivant dans un logement surpeuplé** pour les états anxieux et dépressifs ainsi que pour 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 actifs occupés** pour les états anxieux ;
- **les chômeurs** pour les pensées suicidaires.

Conclusion

- **La santé mentale des personnes interrogées reste dégradée** (enquête CoviPrev du 30 novembre au 7 décembre 2021). Dans un contexte de stabilité par rapport à la vague précédente, le niveau des différents indicateurs reste élevé. Près d'un tiers des personnes interrogées présentent un état anxieux ou dépressif. Quel que soit l'indicateur considéré, les profils de la population les plus en difficulté sont les jeunes (18-24 ans), les inactifs et les personnes déclarant une situation financière difficile, celles déclarant des antécédents de trouble psychologique, ainsi que celles ayant déjà eu des symptômes de la 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)**.
- **La prochaine vague de CoviPrev aura lieu du 11 au 18 janvier 2022.**

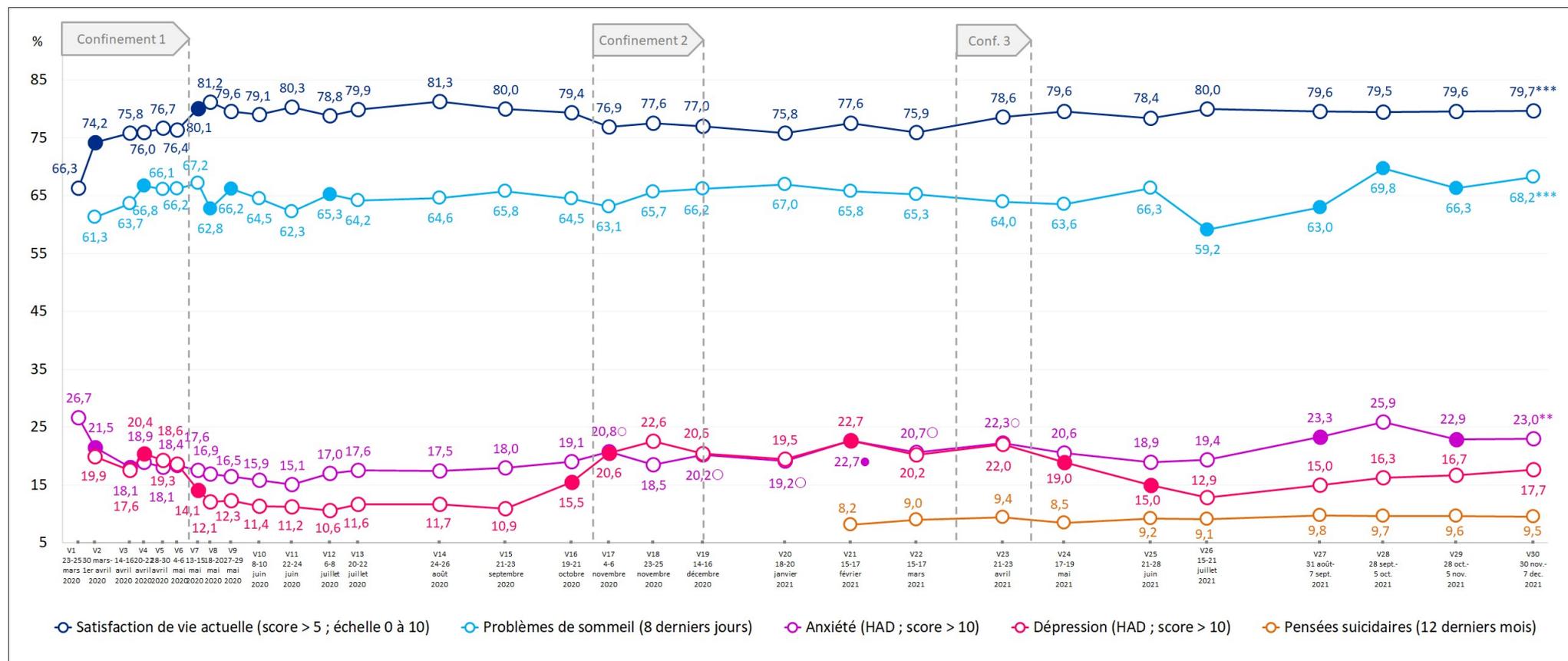
+ d'info sur la santé mentale et les ressources disponibles

- <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 !

Citer ce document : Comment évolue la santé mentale des Français pendant l'épidémie de Covid-19 ? Résultats de la vague 30 de l'enquête CoviPrev (30 novembre - 7 décembre 2021). Le point sur. 23 décembre 2021. Saint-Maurice : Santé publique France, 4 p. Directrice de publication : Pr Geneviève Chêne. Dépôt légal : 23 décembre 2021.

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*.