



Revue de presse sur la santé mentale et la COVID-19 : groupes ciblés et facteurs d'influence

Jade Talbot ^{1,2}, Lily Lessard, ^{2,3,4}

¹ Département de géographie, Faculté de géographie géomatique et foresterie, Université Laval

² Chaire de recherche interdisciplinaire sur les services de santé et sociaux pour les populations rurales

³ Département des sciences de la santé, Université du Québec à Rimouski

⁴ Centre de recherche du CISSS de Chaudière-Appalaches

Contexte

La pandémie liée à la COVID-19 met à l'épreuve les capacités d'adaptation des populations et entraîne des effets sur leur santé mentale. Cette Quintessence présente les groupes ciblés et les facteurs influençant la santé mentale documentés à partir d'une revue de presse couvrant la période du 1er mai au 31 juillet 2020 (Talbot, Lessard, 2020).

Méthode

Les articles proviennent de la presse écrite traditionnelle et des nouveaux médias francophones. Ils ont été repérés grâce à la base de données Eureka avec les mots clés « santé mentale », « détresse », « COVID », « pandémie » et « coronavirus ». Les groupes ciblés étaient identifiés pour chaque article retenu. S'ils n'étaient pas spécifiés ou que plusieurs groupes étaient abordés, le groupe « population générale » était attribué. Les facteurs de risque et de protection pour la santé mentale ont été catégorisés en fonction des cinq catégories des déterminants de la santé (MSSS, 2010) : état de santé, caractéristiques individuelles, milieu de vie, systèmes et contexte global. Au total, 148 articles provenant de 34 médias font partie de la revue.

Résultats

Groupes ciblés

Les groupes les plus représentés, après celui de la population générale (n = 58, 40 %), sont les enfants et les adolescents (n = 20, 13 %) suivis des professionnels de la santé (n = 19, 13 %). Le nombre d'articles diminue dans le temps pour tous les groupes, sauf ceux des professionnels de la santé et des travailleurs, ce qui suggère que les problèmes de santé mentale perdurent dans ces groupes malgré le déconfinement. Peu d'articles traitent plus particulièrement de la santé mentale des aînés (n = 3, 2 %), bien que la COVID-19 ait fait des ravages dans les maisons d'hébergement et CHSLD, et que le groupe des 70 ans et plus ait été durement touché par les mesures de confinement.

Facteurs d'influence

ÉTAT DE SANTÉ : Être immunosupprimé, vivre avec une maladie chronique sensible à la COVID-19, être atteint d'un cancer, ou avoir déjà eu des problèmes de santé mentale ou psychosociaux (maladie mentale, problèmes d'isolement social et de socialisation, troubles du sommeil) est présenté comme des facteurs de risque pour la santé mentale. Même chose pour les personnes atteintes de la COVID-19 et celles vivant un deuil associé à cette maladie.

CARACTÉRISTIQUES INDIVIDUELLES : Caractéristiques biologiques et génétiques : Tous les groupes d'âge ont été repérés dans les articles consultés. **Compétences personnelles et sociales :** Des facteurs qui augmentent la vulnérabilité du point de vue de la santé mentale comprennent le fait d'hésiter à demander de l'aide, de craindre d'être infecté par la COVID-19 ou de contaminer les autres, d'éprouver des difficultés à trouver l'information ou à utiliser les outils de communication. Alors que de chercher de l'aide auprès de proches ou de professionnels de la santé et de services sociaux, de démontrer de l'ouverture et de la résilience face aux changements occasionnés par la pandémie, d'être connecté et de passer du temps avec ses proches

Peu d'articles traitent plus particulièrement de la santé mentale des aînés (n = 3, 2 %), bien que la COVID-19 ait fait des ravages dans les maisons d'hébergement et CHSLD, et que le groupe des 70 ans et plus ait été durement touché par les mesures de confinement.



sont identifiés comme des facteurs de protection. Même chose pour les personnes ayant un bon réseau social et un fort sentiment d'appartenance à un groupe. **Habitudes de vie et comportements** : Les changements de routine, la consommation d'alcool, de drogues ou de tabac et l'augmentation des tâches domestiques sont associés à des effets négatifs pour la santé mentale. À l'inverse, la poursuite des activités antérieures à la pandémie, le maintien ou l'adoption de bonnes habitudes de vie comme la pratique d'activités physiques, le repos et le temps pour soi, la bonne hygiène du sommeil, une saine alimentation, l'établissement de nouvelles routines et le suivi des recommandations de la santé publique ont été associés à des effets positifs. **Caractéristiques socio-économiques** : Les travailleurs de la santé, gestionnaires, entrepreneurs, ou ceux occupant un emploi jugé essentiel en temps de pandémie, sont exposés à des risques accrus d'épuisement professionnel. Même chose pour les personnes ayant perdu leur emploi, à faible revenu ou vivant de l'insécurité alimentaire. À l'inverse, le maintien de son emploi ou de son revenu et l'accès à différents moyens de télécommunication sont décrits comme des éléments protecteurs.

MILIEUX DE VIE : Milieu familial : Les personnes seules, monoparentales, celles qui vivent des défis de conciliation travail-famille ou qui sont victimes de violence domestique, sont considérées comme étant plus à risque. **Milieu scolaire et de garde** : La fermeture des écoles est associée à des effets négatifs pour la santé mentale des enfants et des jeunes. À l'inverse, le suivi des élèves par les enseignants ou d'autres professionnels du milieu de l'éducation, la capacité d'adaptation des étudiants et les moyens déployés pour offrir l'éducation à distance sont décrits comme protecteurs. **Milieu de travail** : Les effets du télétravail sur la santé mentale varient beaucoup en fonction du contexte et du milieu de travail. Ceux-ci sont parfois associés à la détresse pour certains ou ont des retombées positives sur la qualité de vie pour d'autres. Les programmes d'aide aux employés, le soutien et la reconnaissance des employés, dont les professionnels de la santé, sont identifiés comme des facteurs de protection. **Communauté locale et voisinage** : Vivre en milieu rural est associé à des effets négatifs pour la santé mentale liés à l'isolement et à l'éloignement des services.

SYSTÈME : Système de santé et de services sociaux : L'accès difficile aux ressources, aux soins et aux services, notamment en raison de la fermeture de certains lieux de soins, ou le report d'interventions, sont associés à des effets négatifs pour la santé mentale. L'accès facilité aux outils de dépistage des problèmes de santé mentale et d'autogestion des soins mis à disposition par le gouvernement et d'autres groupes et instances, les activités de promotion de la santé mentale et de sensibilisation aux problèmes associés à la COVID-19 et au contexte de pandémie, ainsi que l'accès à des informations fiables sont présentés comme des éléments protecteurs.

CONTEXTE GLOBAL : Contexte social et culturel : Les articles indiquent que certains sous-groupes de la population seraient plus à risque de développer des problèmes de santé mentale en temps de pandémie, dont les femmes, les membres des Premières Nations, les immigrants et les membres de la communauté LGBTQIA2+. **Contexte politique et législatif** : Les contradictions ou les confusions vécues pendant la pandémie dans les messages émanant de la santé publique et autres instances sont associées à des effets négatifs pour la santé mentale.

Conclusion

Cette revue de presse démontre la contribution des médias à la sensibilisation de l'opinion publique aux problèmes de santé mentale liés au contexte de pandémie et la réduction des tabous. Le constat voulant que les articles abordent les facteurs de risque et de protection sous l'angle de différents déterminants de la santé indique que les médias participent, à l'aide de la couverture de la situation à partir des témoignages d'expériences vécues par différents groupes de la population et des opinions d'experts, à une meilleure compréhension du phénomène.

Bibliographie

MSSS. (2010). *La santé et ses déterminants : Mieux comprendre pour mieux agir*. Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux.

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>

Talbot, J., Lessard, L. (2020). *Rapport-synthèse de la revue de presse francophone sur la santé mentale et la COVID-19 du 1er mai au 31 juillet 2020*. [Chaire interdisciplinaire Santé et services sociaux pour les populations rurales](#).

Les effets du télétravail sur la santé mentale (...) sont parfois associés à la détresse pour certains ou ont des retombées positives sur la qualité de vie pour d'autres.

