

# Covid-19 : L'irruption de la santé mentale dans le débat public

**Delphine Moreau,**  
sociologue, professeure à l'École des hautes études en santé publique (EHESP), Rennes.

« La troisième vague sera-t-elle psychiatrique ? » se questionnait-on à l'automne 2020<sup>1</sup> : la santé mentale n'aura jamais autant fait les titres des journaux que depuis le début de l'épidémie de Covid-19, à l'initiative notamment de professionnels de la santé mentale, de la psychiatrie adulte et de la pédopsychiatrie, de psychologues de l'Éducation nationale et libéraux, mais aussi de personnes alertant sur leur propre situation : soignants ; travailleurs à distance et en première ligne ; étudiants, qui subissent à la fois une précarité et un isolement renforcés tout en poursuivant leurs études dans des conditions dégradées. Autant d'alertes relayées par les médias.

## La santé mentale longtemps marginalisée

Cette diffusion rapide est la marque d'une nouvelle préoccupation publique pour la santé mentale : celle-ci s'est traduite par une vigilance dès les débuts de l'épidémie à l'initiative d'une série d'acteurs : soignants, journalistes, enseignants, acteurs de santé publique, mais aussi chercheurs de différents domaines, qui ont essayé de documenter et d'objectiver la manière dont l'épidémie et les mesures prises pour l'endiguer ont affecté notre santé mentale. Cette mobilisation traduit la reconnaissance dont fait aujourd'hui l'objet cette dimension de la santé, longtemps marginalisée et stigmatisée. Cette préoccupation en faveur de la santé mentale est devenue légitime depuis qu'elle permet d'attirer l'attention sur

les conditions de vie et de travail des différents publics successivement mis en lumière : enfants, personnes âgées, personnels soignants dans les hôpitaux et les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad), et plus largement l'ensemble de la population.

## La Covid-19 place la santé mentale sous la lumière

La pandémie de Covid-19 n'a pas seulement conduit à une vigilance sur notre condition biologique et sur les conditions de contamination infectieuse. Elle a été l'occasion de mettre en lumière la santé mentale en tant qu'enjeu public. Les professionnels de la santé mentale ont pu alerter sur l'afflux de situations de détresse auxquelles ils ont été confrontés (pas pendant le premier confinement comme il était craint, mais plutôt après celui-ci). Cette préoccupation n'a pas surgi après coup : l'inquiétude a été présente très tôt dans la pandémie. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) publie dès le 18 mars 2020 des *Considérations liées à la santé mentale et au soutien psycho-social pendant la pandémie de Covid-19* [1], à un moment où un pays comme la France vient seulement de prendre conscience de l'extension potentielle de l'épidémie (le premier confinement est annoncé le 16 mars).

Les menaces identifiées pour la santé mentale sont tout d'abord associées à l'épidémie elle-même, son extension rapide et l'incertitude de son évolution : facteurs de détresse et d'anxiété face aux conséquences des formes graves et longues de la maladie et aux décès, facteurs d'inquiétude quant à la possibilité d'être soi-même contaminé ou de voir des proches l'être, facteurs de désarroi

## L'ESSENTIEL

La crise liée à la Covid-19 met en lumière le fait que la santé mentale concerne la population dans son ensemble, et pas seulement une minorité. Outre le fait qu'elle accentue de façon aiguë des problématiques de santé mentale, la pandémie est le révélateur des vulnérabilités, des inégalités au sein de la population. Elle soulève des interrogations sur le long terme concernant le développement psychique et global des enfants, l'entrée dans l'emploi et l'accès à l'autonomie des jeunes. Elle met au jour une crise de la psychiatrie, en particulier de la pédopsychiatrie, qui préexistait. Elle représente un tournant dans la façon d'aborder la santé mentale : la préoccupation des politiques de santé mentale ne concerne plus uniquement l'organisation des soins en psychiatrie. Elle déploie plus globalement son action vers la santé mentale des populations, les actions de prévention et de promotion de la santé : avec le déploiement accéléré de dispositifs de prévention du suicide, de lignes d'écoute, mais aussi en mobilisant – outre les professionnels de santé – tous les acteurs susceptibles d'intervenir en faveur de la santé mentale, du secteur social, du logement, de l'éducation.

face à l'ignorance initiale des modes de contamination et des façons de s'en protéger, mais aussi face aux controverses et aux discours contradictoires qui les entourent.

Les mesures de confinement sont presque toutes perçues comme pouvant altérer la santé mentale : une revue de littérature est publiée

dans le *Lancet* dès février 2020 sur les impacts psychologiques des quarantaines, à partir d'expériences antérieures d'épidémies [2]. Sont alors évoquées les différentes façons dont ces mesures affectent l'activité économique et l'emploi, les conditions de travail et d'études (avec le télétravail et le risque d'isolement social ou le travail en présentiel et le risque de contamination). Ces mesures affectent plus généralement toutes les dimensions de notre vie en commun : le domicile familial peut ainsi devenir un lieu de promiscuité et voir majorées les violences qui s'y déploient ; elles touchent les modes de sociabilité, les activités de loisir (sport ; activités associatives, culturelles, etc.), c'est-à-dire tout le cours ordinaire de la vie individuelle et collective au sein de laquelle chaque personne trouve son équilibre.

### Effets paradoxaux du confinement

Les premiers témoignages dans la presse ou sur les réseaux sociaux mettent aussi parfois en évidence des effets paradoxaux : certains groupes subissaient déjà des limitations dans leur participation sociale (personnes vivant avec une maladie chronique ou un handicap, dont psychique) ; certaines personnes témoignent, parfois avec ironie, que leurs liens et leurs activités extérieures ne sont pas affectées par un confinement à domicile dont elles ne sont déjà que trop familières. Pour autant, certaines sont de ce fait coupées de ressources qu'elles mobilisaient habituellement : lieux de socialisation, activités et/ou liens jusqu'ici préservés, comme la fréquentation d'un groupe d'entraide mutuelle – GEM (voir article « *Les habitants qui avec la Covid expérimentent le mal-être psychique poussent désormais notre porte* » dans ce dossier), lieux de distribution alimentaire pour les plus précaires, etc. Certaines solutions transitoires se mettent en place : contacts téléphoniques, activités en ligne, nouvelles modalités de distributions alimentaires ; mais pas toujours, ni partout, et pas toujours accessibles à tous.

Viennent ensuite les alternances de phases de déconfinement, reconfinement et mesures de restrictions

diverses souvent changeantes et pas toujours lisibles, créant des difficultés à se projeter, facteurs de désarroi et de pessimisme.

### L'altération de la santé mentale objectivée par les études

Très tôt pendant la pandémie, de très nombreuses recherches sont lancées afin de suivre les effets de la crise sur certaines dimensions de la santé mentale. Il s'agit également de documenter l'accroissement de l'anxiété, des troubles de l'humeur et des symptômes de dépression, des altérations du sommeil, des idées suicidaires, des addictions et des consommations de toxiques, etc. en population générale (enquête Covi-Prev lancée par Santé publique France en mars 2020 ; enquête Coconel, début avril 2020) ou chez des publics spécifiques (étude Confeado portant sur les enfants et les adolescents ; enquête Coclico, menée par l'Irdes, dont un volet concerne spécifiquement les « *personnes vivant avec une pathologie chronique ou un handicap* » ; PsyCOVer, sur les professionnels soignants)<sup>2</sup>. D'autres données sont mobilisées pour des études rétrospectives, comme l'évolution du recours à SOS-médecins, etc.

De même, différents articles sont publiés dans la presse dès le printemps 2020, exprimant notamment une préoccupation pour des populations spécifiques : personnes aux conditions de travail particulièrement difficiles (soignants dans les hôpitaux et les Ehpad, exposés à la contamination et à de nombreux décès), personnes dont les conditions de vie et d'activité sont particulièrement affectées (personnes résidant en Ehpad ou en institution, étudiants, personnes ayant perdu leur emploi, enfants, migrants, sans-domicile fixe), personnes ayant déjà des troubles psychiques, etc.

La crise de la Covid-19 apparaît ainsi comme ayant des effets immédiats sur la santé mentale, avec par exemple une majoration du risque suicidaire (voir article « *L'impact de la pandémie Covid-19 sur la santé mentale des Français* » dans ce dossier). Elle soulève aussi des interrogations sur les moyen et long termes, notamment pour le développement psychique et

global des enfants ; sur le parcours des jeunes à un moment de transition personnel et social important (études, entrée dans l'emploi, accès à l'autonomie). Cette pandémie révèle, par ailleurs, une crise de la psychiatrie (voir article : « *Psychiatrie et santé mentale demeurent au second plan dans notre société* » dans ce dossier) et particulièrement de la pédopsychiatrie, qui préexistait et qui est mise en difficulté par la multiplication des situations de crise.

### La santé mentale des enfants et des adolescents au cœur des débats

L'enjeu de la santé mentale des enfants et des adolescents émerge à l'automne 2020 à l'initiative des professionnels de la pédopsychiatrie, qui voient arriver dans leurs services des enfants dans des états de crise aiguë (anxiété généralisée, crise suicidaire, etc.).

Ces professionnels soulignent que les enfants sont particulièrement sensibles à l'anxiété de leurs proches et de l'ensemble de la population ; ils mettent en garde contre les effets du huis-clos familial lors des confinements et des couvre-feux successifs, avec une augmentation des violences intra-familiales ; contre les conditions de scolarité altérées (suppression d'activités à l'école, accès restreint aux cours de récréation, etc.) et contre les protocoles sanitaires changeants qui font l'objet de nombreux débats et provoquent de fortes tensions.

Une controverse éclate entre les personnes favorables aux mesures de prévention significative à l'école, afin de limiter la contagion au sein de ce lieu collectif, et celles qui sont inquiètes précisément des conséquences de ces mesures sur la santé mentale des enfants : ces controverses se sont focalisées sur des hypothèses de reconfinement, mais aussi sur le port du masque et sur la vaccination. D'aucuns alertaient sur le risque pour la santé mentale des enfants, que pouvait représenter un reconfinement et/ou le port du masque, quand d'autres considéraient que le masque notamment était un geste de prévention finalement peu coûteux au regard du risque que pouvait représenter une contagion large

via l'école : risque pour les enfants, leurs proches, la population générale, et en particulier pour les personnes vivant avec une maladie chronique ou qui sont immunodéprimées, et qui peuvent être elles-mêmes des élèves, des parents, des enseignants, leurs proches. Ajoutons à cette liste les personnes craignant de nouvelles vagues épidémiques et pour qui le risque représente une limitation potentielle de leurs activités ou une augmentation de leur anxiété. Ces mesures ont ainsi fait l'objet de débats éthiques et politiques sur la balance bénéfices-risques pour les enfants et sur ce qui devait être privilégié entre intérêts collectifs et intérêts individuels.

## Conclusion

L'importante mobilisation autour de l'enjeu de la santé mentale pendant la pandémie de Covid-19 marque sa nouvelle place dans le débat public. La crise de la Covid a jeté une lumière vive sur le fait que la santé mentale concerne la population dans son ensemble, et pas seulement « une personne sur cinq » comme il est souvent dit, en référence au nombre de personnes pouvant être concernées par des épisodes sévères<sup>3</sup>. Elle est le révélateur des vulnérabilités et des inégalités au sein de la population, et accentue de façon aiguë des problématiques de santé mentale, quand elle n'en initie pas. La situation des étudiants met particulièrement en évidence à la fois la majoration d'une souffrance, mais aussi le fait que parler de sa santé mentale permet de révéler des conditions de vie et d'études délétères, entre précarité et exigences académiques ; ces éléments apparaissent de façon récurrente dans les enquêtes de l'Observatoire de la vie étudiante antérieures à l'épidémie et ont été fortement majorés par celle-ci.

La pandémie de Covid-19 cristallise la nouvelle importance donnée à la santé mentale et les transformations dans la manière de l'aborder, que marquaient les objectifs de la *Feuille de route Santé mentale et psychiatrie* [4] du ministère des Solidarités et de la Santé en 2018. La préoccupation majeure des politiques de santé mentale n'a plus vocation à être seulement



Liam, 6 ans

l'organisation des soins en psychiatrie, mais plus largement la santé mentale des populations, les actions de prévention et de promotion de la santé. Ces actions englobent le déploiement accéléré de dispositifs de prévention du suicide, de lignes d'écoute et surtout la mobilisation, outre celle des professionnels de santé, de tous les acteurs susceptibles d'intervenir en faveur de la santé mentale : les acteurs du secteur social, du logement, de l'éducation. C'était le sens de la loi sur la modernisation de notre système de santé en 2016, qui soutenait le déploiement large de dispositifs de concertation comme les conseils locaux de santé mentale, dont certains ont pu se mobiliser pendant la crise. Cette crise est possible l'occasion de renforcer les intentions affichées de ces politiques publiques et d'en appuyer la légitimité auprès d'un public plus large. La mobilisation en faveur de la santé mentale trouve ainsi pleinement sa place dans une perspective de santé globale, à condition de n'être pas dissociée d'une attention aux conditions de vie, aux inégalités sociales et d'accès aux droits, qui sont autant de facteurs de vulnérabilité. ■

1. Après le premier confinement, c'était le thème de la « deuxième vague psychiatrique » qui était évoqué, suivi très (trop ?) rapidement à l'automne 2020 de l'expression « troisième vague », après la deuxième « vague » Covid bien vite survenue. On en est

aujourd'hui à la huitième vague Covid ; combien de « vagues psychiatriques » en parallèle ?  
2. Voir l'ensemble des articles de ce numéro spécial.  
3. Ce chiffre est souvent cité dans la presse, mais aussi par exemple dans le rapport Laforcade [3] sans que sa source soit toujours claire. Le dossier de presse de la *Feuille de route Psychiatrie et Santé mentale* [4] cite le chiffre de 1 sur 4 en se référant à l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Organisation mondiale de la santé (OMS). *Considérations liées à la santé mentale et au soutien psychosocial pendant la pandémie de COVID-19*. OMS, 18 mars 2020 : 6 p. En ligne : <https://www.who.int/fr/publications-detail/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1>
- [2] Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 26 février 2020, vol. 395, n° 10227 : p. 912-920. En ligne : [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- [3] Laforcade M. *Rapport relatif à la santé mentale*. Ministère des Affaires sociales et de la Santé, octobre 2016 : 190 p. En ligne : [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport\\_laforcade\\_mission\\_sante\\_mentale\\_oct\\_2016.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_laforcade_mission_sante_mentale_oct_2016.pdf)
- [4] Comité stratégique de la santé mentale et de la psychiatrie. *Feuille de route Santé mentale et psychiatrie*. Paris : ministère des Solidarités et de la Santé, 28 juin 2018. En ligne : [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/180628\\_-\\_dossier\\_de\\_presse\\_-\\_comite\\_strategie\\_sante\\_mentale.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/180628_-_dossier_de_presse_-_comite_strategie_sante_mentale.pdf)