

Les adolescents inégaux face à la souffrance psychique

Camille Davisse-Paturet,

Institut Pierre Louis d'épidémiologie et de santé publique (IPLESP),
Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm),
Sorbonne Université

Marie Navarro,

Bordeaux Population Health Center,
Inserm, université de Bordeaux

Junko Kose,

Centre de recherche en épidémiologie et santé des populations (Cesp),
Inserm, université Paris-Saclay

Cédric Galéra,

Bordeaux Population Health Center,
Inserm, université de Bordeaux,
Centre Hospitalier Charles-Perrens.

Alexandra Rouquette,

Centre de recherche en épidémiologie et santé des populations (Cesp),
Inserm, université Paris-Saclay, Assistance
Publique des Hôpitaux de Paris (AP-HP)

Maria Melchior,

Institut Pierre-Louis d'épidémiologie et de santé publique (IPLESP),
Inserm, Sorbonne Université.

de vie sous la Covid-19 (EpiCoV) a suivi près de 130 000 personnes âgées de 15 ans et plus, de mai 2020 à novembre 2022. Ses données ont notamment permis d'évaluer l'évolution des symptômes dépressifs des adolescents âgés de 15-18 ans tout au long de la pandémie.

Pour 10 % des jeunes, des symptômes dépressifs élevés et durables

Dans l'ensemble, le taux de jeunes ayant des niveaux de symptômes dépressifs élevés, susceptibles de requérir une prise en charge dédiée, a doublé au cours de la crise sanitaire, concernant jusqu'à un jeune sur quatre [1]. D'autres analyses ont montré que pour environ 10 % des jeunes ces symptômes dépressifs élevés ont perduré tout au long de la pandémie – notamment chez les filles, les adolescents ayant déjà des troubles psychiques et ceux consommant des médicaments psychotropes. Ces résultats soulignent l'impact disproportionnel de la pandémie sur la santé mentale des populations déjà vulnérables. Pour ce qui concerne les facteurs associés à un risque suicidaire plus élevé, les symptômes dépressifs et anxieux et les antécédents de comportements suicidaires étaient les plus prédictifs du risque suicidaire chez les adolescents de la cohorte, confirmant ainsi la vulnérabilité induite par l'histoire psychique des jeunes dans le contexte de la crise sanitaire. Enfin, les jeunes de moins de 25 ans de la cohorte EpiCoV s'identifiant parmi les diversités d'orientation sexuelle rapportaient plus de deux fois plus de symptômes dépressifs que leurs pairs s'identifiant comme hétérosexuels et près de quatre fois plus de pensées suicidaires. Ce risque accru de difficultés psychologiques chez les jeunes issus des diversités d'orientation

sexuelle a déjà été observé hors crise sanitaire et présente des explications multiples [2]. L'une d'entre elles, appelée *minority stress theory*, montre par exemple l'impact délétère du stress lié à la discrimination, à l'échelle individuelle ou sociétale, sur la santé mentale de ces personnes [3].

Ces résultats soulignent l'importance des inégalités sociales en tant que facteurs de risque des problèmes de santé mentale, notamment celles liées au genre, à la vulnérabilité psychique préexistante ou à l'orientation sexuelle. Toutefois, ces disparités peuvent être anticipées et donner lieu à des stratégies de prévention et de prise en charge adaptées afin de ne pas ajouter d'inégalités de prise en charge à celles pré-existantes.

Un outil en ligne pour détecter les signes précoces

Des études interventionnelles testent les façons de minimiser le risque voire d'améliorer la santé mentale des jeunes. Le projet européen Improva a ainsi l'ambition de promouvoir la santé mentale des adolescents au moyen d'une application en ligne². Cette application propose de brèves sessions interactives explorant l'estime de soi, la résolution des conflits, l'identité, les réseaux sociaux, la santé mentale et d'autres aspects de la vie des jeunes, dans l'objectif de donner aux adolescents des clés pour identifier les signes de difficultés psychologiques, gérer les situations de stress, et développer les compétences nécessaires pour faire face aux aléas de la vie. Le programme fournira également aux parents et aux enseignants des informations et des ressources leur permettant de repérer les signes de difficultés psychologiques chez les adolescents, de mieux comprendre leur développement et ainsi de se sentir plus en

L'ESSENTIEL

De mai 2020 à novembre 2022, le nombre d'adolescents ayant des symptômes dépressifs graves a doublé, concernant jusqu'à un jeune sur quatre. Les études montrent en outre des inégalités sociales, liées au genre, à l'orientation sexuelle et à une vulnérabilité psychologique préexistante, comme facteurs de risque. Pour prévenir les problèmes de santé mentale, une application en ligne, créée par des adolescents, des parents et des enseignants de quatre pays européens, est en cours d'expérimentation.

De nombreuses études¹ ont montré que la pandémie de Covid-19 a eu un impact particulier sur les adolescents et les jeunes adultes en termes de scolarité, opportunités de formation, sociabilité et aussi santé mentale. La cohorte Épidémiologie et conditions



confiance pour les accompagner dans cette étape de leur vie. Co-créée avec des adolescents, des parents et des enseignants de France, d'Allemagne, d'Espagne et de Roumanie, cette application est expérimentée simultanément au collège et au lycée dans ces quatre pays au cours de l'année scolaire 2024-2025. En France, deux académies sont parties prenantes, ainsi que le ministère de l'Éducation nationale et le ministère de la Santé et de la Prévention. Dans le cadre de l'évaluation en France, une attention particulière sera portée sur la manière dont l'application peut être diffusée et utilisée par des jeunes issus de milieux sociaux défavorisés et par leur entourage. En effet, ce dispositif, s'il est efficace, ne doit pas contribuer à creuser les inégalités sociales de santé mentale chez les jeunes ; au contraire, il doit participer à améliorer l'équité dans l'accès aux aides disponibles. ■

1. Par exemple : les travaux menés par la Direction de l'évaluation, de la prospective et de la performance (DEPP) de l'Éducation nationale sur l'impact de la crise sanitaire. En ligne : <https://www.education.gouv.fr/la-depp-et-l-impact-de-la-crise-sanitaire-305177>

2. <https://www.improva-project.eu/>

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Navarro M.-C., Galesne C., Bailhache M., Moulin F., Davaisse C., Falissard B. *et al.* Adolescents' depression symptoms after social distancing and restrictions: The EpiCoV French longitudinal population-Based cohort. *Journal of Adolescent Health*, 8 octobre 2024, sous presse. En ligne : [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(24\)00378-1/abstract](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(24)00378-1/abstract)
- [2] Poštuvan V., Podlogar T., Zadavec Šedivy N., De Leo D. Suicidal behaviour among sexual-minority youth: a review of the role of acceptance and support. *Lancet Child & Adolescent Health*, 2019, vol. 3, n° 3 : p. 190-198. En ligne : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30679139/>
- [3] Meyer I. H. Minority stress and mental health in gay men. *Journal of Health and Social Behavior*, 1995, vol. 36 : p. 38-56. En ligne : <https://www.jstor.org/stable/2137286>

Dossier

Inégalités sociales de santé : les leçons de la crise Covid