

**L'impact de la pandémie Covid19 et du confinement sur la santé mentale :
une revue de la littérature internationale**
**The impact of the Covid 19 pandemic and the lockdown on mental health:
A Review of the international literature**

Zoubir Boussafsaf

boussafsafzoubir@gmail.com

University of 20 August 1955, Skikda ,Algérie

Receipt date: 12/11/2020; Acceptance date: 21/01/2021; Publishing Date: 31/08/2021

Abstract. This literature review aimed at investigating the impact of the Covid19 pandemic and the lockdown on mental health of individuals. We selected 34 international studies which met our inclusion criteria from databases of sciences direct, Springer and with scholar Google. Overall, results showed a less severe impact of the pandemic covid19 and the lockdown on mental health.

Keywords. Covid19, pandemic, lockdown, mental health, individuals

Résumé. Cette revue de la littérature a pour objectif d'explorer l'impact de la pandémie covid19 et le confinement sur la santé mentale des individus. Nous avons recensé 34 études internationales qui répondent à nos critères d'inclusions à partir des plateformes sciences direct, Springer et avec Scholar Google. Globalement, les résultats ont montré un impact moins sévère de la pandémie Covid19 et du confinement sur la santé mentale.

Mots clés . Covid19, pandémie, confinement, santé mentale. Individus.

I. Introduction

La Covid19 désigne une maladie infectieuse qui a fait son apparition le 31 décembre 2019 en Chine et s'est propagée ensuite dans l'ensemble des pays du monde. Il est question d'un nouveau coronavirus appelé « Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus2 » ou (SARS -CoV2). Cette maladie se caractérise selon l'organisation mondiale de la santé (OMS 2020) par les symptômes fréquents suivants : la fièvre, la fatigue et une toux sèche. D'autres symptômes peuvent se déclarer, notamment les douleurs, l'écoulement nasal, les maux de gorge ou la diarrhée ; Quant aux symptômes graves, ils se résument aux : essoufflement, perte d'appétit, état confusionnel, douleurs ou sensation d'oppression persistantes dans la poitrine et une température élevée (supérieure à 38°).

L'OMS a déclaré la pandémie Covid 19 comme une urgence de santé publique internationale ainsi jusqu'au 9/11/2020, cette pandémie a causé la mort de 1.257.747 personnes et la contamination de 50.493.472 (fr.statista.com).

Pour entraver la propagation du virus, la majorité des pays du monde ont pris des mesures sanitaires préventives dont le plus connu est le confinement. Il est défini comme « l'ensemble des mesures de distanciation physique et restrictions à la liberté de circulation à grande échelle » OMS (2020). Le confinement vise d'une part à circonscrire le contact direct entre les personnes et limite leurs déplacements et leurs activités d'autre part.

L'objectif de cette revue de la littérature internationale est d'explorer l'impact de la pandémie Covid 19 en tant qu'événement stressant et traumatisant par sa gravité et son envergure et le confinement comme mesure sanitaire restrictive sur la santé mentale des personnes sans distinction ni d'âge ou de sexe ou de statut professionnel.

Dans cet article, la santé mentale ne se limite pas uniquement à l'absence des troubles mentaux, mais prend la définition proposée par L'OMS (2004) « Un état de bien-être dans lequel la personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et fructueux et contribuer à la vie de sa communauté ».

2. Méthode et outils

Afin de réaliser cette revue de la littérature, nous avons recensé l'ensemble des études portant sur l'impact de la Covid19 et le confinement sur la santé mentale publié sur les plateformes suivantes : Springer, Science direct, Algerian Scientific Journal Platform (ASJP) et par le moteur de recherche Scholar Google, en croisant plusieurs mots en français et en anglais : santé mentale et Covid19, mental health and Covid 19, impact psychologique et Covid19, psychological impact and Covid 19, confinement et santé mentale, impact psychologique et confinement, lockdown and mental health, psychological impact and lockdown.

Critères d'inclusion :

- Toutes les études portant sur l'impact de la pandémie Covid 19 et du confinement sur la santé mentale des individus, depuis janvier 2020 jusqu'au octobre 2020.
- Les études doivent être revues par les paires.

Critères d'exclusion :

Seront exclus de cette revue, les travaux d'analyse, de synthèses, les commentaires, ainsi que les manuscrits qui traitent de l'impact de la Covid 19 ou du confinement sur la santé mentale.

Le choix des données :

Au total, nous avons obtenu 34 études résumées dans le tableau ci-dessous (Voir tableau N°1

Tableau N° 1: résumé des études

Etudes	Pays	Nature étude	échantillon	instruments
1- Wang et al	Chine	Quantitative	1210	-IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. -DASS-21 mesure : anxiété, dépression et stress.
2- Wang et al.	Chine	Quantitative	1738	-Questionnaire qui mesure les symptômes physiques et le contact avec les patients et les connaissances de la Covid19 -IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. -DASS-21 mesure : anxiété dépression et stress.
3- Cao et al.	Chine	Quantitative	7143	-GAD-7 mesure anxiété
4- Tian et al.	Chine	Quantitative	1060	-SCL-90 mesure la détresse et symptômes psychopathologiques
5- Zhang et al.	Chine	Quantitative	263	- IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. -Questionnaire pour évaluer les effets négatifs avant et après la pandémie. -Questionnaire pour évaluer l'impact sur le support social et familial. -Questionnaire évalue les changements au mode de vie avant et après la pandémie.
6- Xiao et al.	Chine	Quantitative	170	-PSCI-16 mesure le capital social. -SASR mesure le stress. SAS mesure l'anxiété. - PSQI évalue la qualité du sommeil.
7- Jiang et al.	Chine	Quantitative	6 049	-PCL-5 mesure le PTSD -ERQ évalue l'inhibition émotionnelle et la réévaluation cognitive
8- Liu et al.	Chine	Quantitative	285	-PCL-5 mesure le PTSD. -PSQI mesure la qualité du sommeil
9- Li et al.	Chine	Quantitative	740	- Questionnaire sur le traumatisme vicariant.
10- Xu et al.	Chine	Quantitative	120	-Anxiety scale mesure l'anxiété ; -Dépression score mesure la dépression. - Dream anxiety scale mesure les rêves anxieux. Echelle SF-36 évalue la qualité de santé.
11- Tan et al.	Singapour	Quantitative	470	-DASS-21 mesure l'anxiété, dépression et stress. - IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement.

12- Kang et al.	Chine	Quantitative	994	- PHQ-9 mesure la dépression. - GAD-7 mesure anxiété - ISI mesure insomnie, - IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement..
13- Lai et al.	Chine	Quantitative	1257	-GAD-7 mesure anxiété, - ISI mesure Insomnie, - IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement.
14- Xiao et al.	Chine	Quantitative	180	-SSRS mesure le niveau et le type du support social. SAS mesure anxiété. - GSES mesure auto-efficacité. - SASR mesure la réaction de stress aigu. - PSQI mesure la qualité du sommeil.
15- Li et al.	Chine	Quantitative	17865	- Online Ecological Regonition évalue le profil psychologique. -Text Mind System pour extraire les caractéristiques du contenu.

16- Alkhamees et al	Arabie saoudite	Quantitative	1160	-IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. --DASS-21 mesure l'anxiété, dépression et stress.
17- Paulino et al	Portugal	Quantitative	1052 9	-IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. --DASS-21 mesure l'anxiété, dépression et stress.
18- Romero et al.	Espagne	Quantitative	3109	PSAS: mesure le stress psychologique et l'adaptation au travail.
19- El-Zoghby et al	Egypte	Quantitative	510	-IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. - 6 questions pour évaluer la santé mentale négative. - 5 questions pour évaluer le support provenant de la famille et des amis.
20- Duan et al	Chine	Quantitative	3613	-SCAS: Spence Child Anxiety Scale, mesure l'anxiété. -CDI: Child Depression Inventory, mesure la dépression. - SV-SAS: Smartphone Addiction Scale, mesure l'addiction au smartphone. - IAS: Internet Addiction Scale: mesure l'addiction à internet.
21- Gualano et al	Italie	Quantitative	1515	- PHQ-2 mesure la dépression. - GAD-2 mesure l'anxiété

22- Rodríguez-Rey et al	Espagne	Quantitative	3055	-IES-R mesure le stress perçu et l'impact de l'événement. --DASS-21 mesure l'anxiété, dépression et stress.
23- Liang et al	Chine	Quantitative	584	-GHQ-12 : General Health Questionnaire Scale: mesure l'état de santé générale. -PCL-C PTSD Checklist-Civilian Version: mesure ptsd.
24- Saurabh et al	Inde	Quantitative	121	- Entretien avec les parents
25- Sun et al	Chine	Qualitative	20	Entretien
26- Rossi et al	Italie	Quantitative	1814 7	-GPS-PTSS: Global Psychotrauma Screen: mesure ptsd. - PHQ-9 mesure la depression. - GAD-7 mesure l'anxiété - ISI : Insomnia Severity Index: mesure la sévérité de l'insomnie. -PSS : perceived stress scale : mesure le stress perçu. - IADQ : International Adjustment Disorder Questionnaire : mesure les troubles de l'ajustement.
27- Spinelli et al	Italie	Quantitative	854	- COVID-Contact Risk Index: evalue le nombre de contacts des parents avec les personnes infectées par la covi19. - Home Environment Risk Index: evalue les facteurs liés à la qualité de vie de la famille. - Quarantine Parent Risk Index: evalue les difficultés vécues par les parents lors de l'isolement. -PSI :Parenting-Stress Index: mesure le stress parental. - DASS: Depression Anxiety Stress Scale: mesure la dépression et l'anxiété. -SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire) : évalue les problèmes psychologiques chez les enfants rapportés par les parents.
28- Pierce et al.	Royaume Uni	Quantitative	1745 2	GHQ-12 : General Health Questionnaire : mesure l'état de santé générale.
29- Hamadani et al.	Bangladesh	Quantitative	2424	- HFIAS: Household Food Insecurity Access Scale: mesure la sécurité alimentaire.

				- Epidemiologic Studies Depression Scale: mesure la depression. - GAD-7: mesure l'anxiété. -questions sur la violence conjugale.
30- Moghanibashi-Mansourieh	Iran	Quantitative	1075 4	DASS-21 mesure l'anxiété
31- Temsah et al	Arabie Saoudite	Quantitative	582	GAD-7 mesure l'anxiété.
32-Madani et al	Algerie	Quantitative	678	Questionnaire mesure l'impact psychologique.
33-Khiari et al	Algerie	Quantitative	202	Questionnaire évalue l'impact sur le bien-être et sur le travail de recherche
34-Senouci et al.	Algerie	Quantitative	446	Questionnaire évalue la santé mentale

3. Résultats et discussion

3.1. Résultats

Nous avons réparti les résultats des études en fonction des sujets concernés : la population générale, les enfants et les adolescents et le personnel soignant.

3.1.1 L'impact psychologique dans la population générale :

Vingt deux études ont étudié les conséquences de la pandémie Covid 19 et le confinement sur la santé mentale de la population générale en évaluant son impact psychologique ainsi que les niveaux d'anxiété, de dépression, de stress, de détresse psychologique, le trouble du stress post-traumatique et les troubles du sommeil.

Les résultats de l'impact psychologique de la pandémie Covid 19 sur la population générale, ont montré des scores allant de modéré à sévère comme suit : 53.8% Wang et al, 2020 et Wang et al, 2020 ; 52% El-Zoghby et al 2020 ; 49,2% Paulino et al 2020 ; 36,6% Rodríguez-Rey et al (2020) ; 23.6 % Alkhamees et al 2020 ; 7.6%. Zhang et al 2020.

L'impact psychologique révèle les retentissements de la pandémie Covid 19 sur la vie quotidienne de la population avec les restrictions qui en découlent ; il est lié au risque de contamination des personnes, en particulier s'ils étaient en contact avec des personnes infectées ou suspectées de l'être. L'impact psychologique est corrélé positivement avec l'apparition chez les personnes de certains symptômes physiques comme les maux de tête, la toux...etc.

Il se traduit aussi par des symptômes d'anxiété, de dépression et de stress comme le montre respectivement les résultats des études suivantes : 6,2%, 1.1 % et 0.0 % Paulino et al 2020 (Portugal) ; Rodríguez-Rey et al (2020) : 14%, 14.8% et 9% (Espagne) ; Alkhamees et al 13.9% ,16.4% et 13,7% (Arabie Saoudite) ; Wang et al, 2020 et Wang et al, 2020 : 8.4%, 4.3%, 2.6% (Chine), Rossi et al (Italie) 20.8% , 17, 3%, 21.8%. De plus deux études ont évalué uniquement l'anxiété, ainsi Moghanibashi-Mansourieh (2020) a montré que 19.1% des participants iraniens présentent un niveau sévère d'anxiété, par contre Cao et al 2020, ont trouvé que 3.6% des étudiants en médecine présentent des niveaux modérés et sévères d'anxiété.

En effet, plus l'impact psychologique est important, plus les symptômes d'anxiété, de dépression et de stress sont élevés, notamment chez les femmes, d'abord pour des raisons méthodologiques (elles sont surreprésentées dans toutes les études), ensuite les charges familiales qui leur incombent et enfin les facteurs économiques comme c'est le cas en Espagne (Rodríguez-Rey et al 2020) où elles sont les plus employées dans les usines et dans les structures de santé. Les jeunes (entre 18 et 30 ans) enregistrent également des niveaux élevés d'impact psychologique, d'anxiété, de dépression et de stress et ils sont aussi surreprésentés dans toutes les études. Les travailleurs présentiels et les étudiants sont affectés psychologiquement du fait des répercussions de la pandémie sur l'activité professionnelle des premiers et la fermeture des écoles et des universités pour les seconds ; les étudiants expriment leur incertitude quant à la poursuite de l'enseignement et l'avancement dans les travaux de recherche comme le montre une étude (Khiari et Khiari 2020) réalisée en Algérie auprès de 202 étudiants préparant soit un mémoire de master 2 soit une thèse de doctorat. Les résultats ont montré que 68.9% des étudiants n'arrivent pas à terminer ni mémoires ni thèses en raison de la fermeture des universités et la suspension du transport urbain et inter-wilayas en plus de la souffrance psychologique des étudiants.

La pandémie Covid19 suscite des inquiétudes chez (52%) des répondants dans l'étude de Zhang et al 2020) et 53.9% dans l'étude El-Zoghby et al 2020 ; Dans cette dernière étude, 52% des participants se disent impuissants et 66.3% révèlent leurs appréhensions en raison du stress généré par la crise financière et les conflits au sein des ménages causés par la pandémie. Il est à signaler que selon ces deux études (Zhang et al 2020 ; El-Zoghby et al 2020), le support social a augmenté lors de la pandémie. De leur côté Senousi et Djellouli 2020 ont identifié deux indicateurs d'une mauvaise santé mentale chez un échantillon de 446 participants algériens à savoir : la peur de contracter la Covid 19 et l'impuissance qu'éprouve les participants à protéger les membres de leurs familles de la pandémie.

Les effets psychologiques de la Covid 19 ont été également étudiés en analysant d'un point de vue linguistique et psychologique des messages postés par les utilisateurs sur une plateforme « Weibo » (Chine) entre le 13 janvier et le 26 février 2020 (Li et al 2020). Les auteurs en sont arrivés à prédire des modèles à partir des indicateurs émotionnels et cognitifs. Les résultats obtenus ont montré des changements significatifs dans le contenu des messages postés après la date de 20 janvier 2020 : une récurrence des émotions négatives (anxiété, dépression, et indignation) parmi les utilisateurs de cette plateforme et une diminution des émotions positives. Les individus se préoccupent de plus en plus de leur santé et celle de leurs proches. Dans le même sillage, Moghanibashi-Mansourieh 2020 a montré que le niveau d'anxiété est important chez les personnes qui suivent l'actualité de la pandémie Covid19 dans les médias car ceux-ci transmettent des informations frustrantes et décevantes.

Dans quatre études, l'impact psychologique est corrélé à l'apparition des troubles post-traumatiques (PTSD) dans les populations. Les trois études réalisées en Chine ont relevé des niveaux différents : 6.1% (Jiang et al 2020), 7% (Liu et al, 2020) et 14,4% (Liang et al 2020). La dernière étude menée en Italie (Rossi et al 2020) sur le plus important échantillon de toutes les études effectuées en Europe (18.147 participants) a indiqué que 37% de l'échantillon ont rapporté des symptômes du PTSD ; d'autres troubles sont également signalés : les troubles de l'ajustement (22.9%) et l'insomnie (7,3%). Cette étude a souligné que le confinement est associé particulièrement aux symptômes de stress post-traumatique, d'anxiété et troubles de

l'ajustement, alors que la pandémie Covid19 est responsable de tous les symptômes enregistrés.

Si l'ensemble des études sont unanimes pour dire que les femmes, les jeunes, les hommes d'affaires et les travailleurs constituent les personnes à risque, une seule étude (Liang et al 2020) a indiqué que les hommes sont plus susceptibles de développer du PTSD parce qu'ils assument des responsabilités fort stressantes qui les y prédisposent. En outre, cette étude a montré qu'un niveau scolaire bas (niveau collège au maximum) est associé à la détérioration de la santé mentale chez les jeunes, ainsi les auteurs pensent qu'avoir un niveau élevé permettrait de faire face au PTSD et à la détresse psychologique.

La sévérité des symptômes psychologiques a été étudiée (Tian et al, 2020) sur une population provenant de 31 provinces Chinoises dont l'âge varie entre 13 et 76 ans. Les résultats ont révélé que plus de 70% des répondants présentent des niveaux modérés et sévères des quatre symptômes suivants : les symptômes obsessionnels (comme les inquiétudes à propos de la propreté des vêtements, le lavage des mains de manière répétitive), la sensibilité interpersonnelle (notamment le sentiment de malaise en mangeant dans les lieux publics, le fait de se sentir vulnérable, de se sentir inférieur, le psychoticisme (avoir des pensées qui ne viennent pas de soi et la nécessité d'être puni pour être soi-même) et les phobies (la peur de prendre des moyens de transport en général, le sentiment de malaise dans la foule), en plus une détérioration de l'appétit et des insomnies. Les hommes, selon cette étude, les personnes âgées (plus de 50 ans) et les agriculteurs sont parmi les plus impactés psychologiquement à cause de la mortalité élevée chez les deux premiers et de l'impact de la pandémie sur l'agriculture pour les derniers.

A la suite d'une étude longitudinale réalisée au Royaume Uni, Pierce et al 2020 ont constaté que le niveau de la détresse psychologique de la population anglaise est passé de 11.5% pour l'année 2018-2019 à 12.5 % en avril 2020 en plein confinement. Selon les auteurs, la pandémie Covid19 a mis à rude épreuve et de manière inégale la santé mentale de la population en particulier les femmes, les personnes vivant avec des enfants (notamment en âge préscolaire), les jeunes et les personnes mises en chômage à cause de la pandémie.

Le confinement et l'isolement, en tant que mesures visant à faire face à la pandémie, ont des retentissements sur la santé mentale des individus comme le signale l'étude de Gualano et al (2020) en Italie. Ainsi, les troubles du sommeil affectent 42.2% des répondants, dont 17% varient entre modérés et sévères, la dépression et l'anxiété touchent respectivement 24.7% et 23.2%. Selon cette étude les femmes, la durée de connexion à internet (notamment sur les réseaux sociaux où abondent les messages anxieux), l'évitement des activités quotidiennes en raison des messages de haine et de stigmatisation transmis dans les médias à l'encontre de ceux qui quittent leurs domiciles, augmentent la probabilité d'être atteint au moins d'un trouble mental.

En Algérie le confinement a eu des effets psychologiques importants sur la population selon l'étude de Madani, A., Boutebal, S. E., & Bryant, C. R. (2020). Les auteurs ont relevé l'anxiété chez 50.3% des répondants, le stress chez 48.2%, 46.6% sont de mauvaise humeur et 47,4% sont complètement absorbés par la pandémie et ils ne cessent de spéculer sur les moyens nécessaires pour y faire face, ce qui provoque bien évidemment un épuisement et une

fatigue quotidienne. Selon cette étude le confinement a opéré des changements dans le comportement des répondants, ainsi en ce qui concerne le sommeil, 87.91% des répondants ne se couchent pas avant minuit. Quant à la durée passée devant la télévision, 54.72% des répondants affirment qu'ils y passent entre 5H et 15H et concernant la durée de connexion à internet, 71.83% passent entre 5H à 15H par jour, majoritairement (51.92%) connectés aux réseaux sociaux.

Il est important de signaler que 87,9% des répondants ont exprimé leur difficulté à respecter les mesures de confinement.

Hamadani et al 2020 en Bangladesh, ont relevé que le confinement a eu un impact psychologique sur les 2424 mères participantes qui font partie du programme BRISC (Benefits and risks of Iron interventions in children). En effet, les symptômes de la dépression ont augmenté lors du confinement avec 6 point d'écart (10.3), tout comme l'anxiété (2.2%). Ces résultats sont dûs à l'impact de la pandémie et le confinement sur l'activité professionnelle des pères dans les familles, ce qui a entraîné une augmentation de l'insécurité alimentaire (modéré et sévère chez 51.8%) et la recrudescence de la violence conjugale (la violence émotionnelle (19.9%), physique (6.5%) et sexuelle (3%).

Pour leur part, Xiao et al, 2020 montrent que l'isolement individuel pendant 14 jours des personnes suspectées d'être infectés ou qui étaient en contact avec des patients atteints ou encore des personnes présentant des symptômes légers engendre des niveaux élevés d'anxiété, de stress et un niveau bas de sommeil à cause de la peur des conséquences de l'infection, le manque d'espace pour l'exercice des activités physiques et l'absence des interactions sociales. Selon ces résultats le capital social améliore la qualité du sommeil et réduit le niveau d'anxiété.

3.1.2. Les conséquences sur les enfants et les adolescents :

Quatre études ont exploré les conséquences psychologiques de la pandémie et le confinement sur les enfants et les adolescents. Au fait, Tian et al, 2020 ont inclus dans leur étude portant sur la sévérité des symptômes psychologiques dans la population générale, un groupe d'adolescents (entre 13 et 18 ans) qui fait partie des groupe à haut risque avec un score des plus élevé (72.89) de GSI (Global severity index). Ces adolescents présentent des symptômes comme l'anxiété, la dépression et les troubles paniques en conséquence du confinement et l'arrêt de la scolarité présentielle. Dans le même sillage, Duan et al 2020 ont affirmé que l'anxiété est plus présente chez les enfants et les adolescents (26.57%), la dépression chez 22,8% et 6.3% rapportent des scores supérieurs au seuil clinique d'addiction à internet. En plus, (54.69%) des enfants et (35.65%) des adolescents révèlent l'impact de la pandémie Covid19 sur leurs apprentissages et leurs études.

Les auteurs ont expliqué ces résultats par la peur d'être infecté exprimée par les participants, l'inquiétude concernant un membre de la famille ou un ami atteint par le coronavirus ; l'addiction à l'internet et au Smartphone (plus de 5 heures/jour) entraîne des problèmes psychologiques, notamment les troubles de l'humeur. Ajoutons à cela, la région de résidence, (Wuhan) où les enfants et les adolescents sont souvent isolés pendant de longues durées et le recours aux stratégies de coping centrées sur les émotions (évitement, endurance ... etc).

En Inde (Saurabh et al 2020), l'isolement est à l'origine de la détresse psychologique chez 68% des enfants et des adolescents à savoir : les inquiétudes (68.59%), l'impuissance (66.11%) et la peur (61.98%). Cette détresse psychologique est en rapport avec la situation économique et

financière difficile des familles des enfants et des adolescents, notamment la mise en chômage les pères, le risque de contaminer autrui pour certains enfants et adolescents, tout en sachant qu'ils sont moins respectueux des règles barrières au sein des familles (7,43%) ou au sein de la communauté (17,35%).

Spinelli et al 2020 ont, de leur part, exploré la santé mentale des enfants (entre 2 et 14 ans) et des parents au sein de la structure familiale durant la période de confinement. Les résultats ont montré que la perception de la situation comme stressante par les parents et leur difficultés à y faire face sont associés aux troubles psychologiques chez leurs enfants. En plus, les parents les plus stressés sont ceux qui manquent de temps et d'espaces leur permettant de s'adonner aux activités habituelles d'avant le confinement.

3.1.3. Les effets psychologiques sur le personnel soignant :

Huit études ont examiné les effets psychologiques de la pandémie Covid19 en termes d'anxiété, de dépression, de stress, d'insomnie et de PTSD sur le personnel soignant (médecins, infirmiers...etc) qui est au front depuis le début de cette pandémie. Les résultats obtenus diffèrent d'une étude à une autre : Kang et al, 2020 ont réparti l'ensemble de l'échantillon de 994 soignants travaillant à Wuhan en quatre groupes en fonction des résultats obtenus, ainsi le quatrième groupe (6.2%) rapporte des symptômes sévères : Anxiété (15.1), dépression (15.1), insomnie (15.6) et détresse (60). Selon cette étude, l'impact psychologique sur les soignants est lié au degré de leur exposition aux malades atteints de coronavirus, à titre d'exemple le niveau d'exposition du quatrième groupe est de 75.8% en comparaison avec celui du premier groupe (12.8%).

Des résultats analogues ont été enregistrés en Espagne : Romero and al 2020 ont montré que l'importance de la détresse psychologique chez le personnel soignant (médecins (42.3) et infirmiers (43)) est corrélée au contact direct avec les malades de la Covid 19, notamment dans les services de pneumologie (48.3) et de gériatrie (47.6). Selon cette étude, la détresse psychologique est supérieure chez le personnel des tranches d'âge entre 20-29 et 30-39 ans : (46.7 et 45.5).

Par ailleurs, Temsah et al 2020 ont indiqué que le souci principal du personnel soignant en Arabie Saoudite est le risque de contaminer les membres de la famille. Il est à noter que 11% des participants ont obtenu un niveau d'anxiété qui oscille entre très modéré et très sévère.

Lai et al, 2020 rapportent une prévalence importante des symptômes psychologiques chez 1257 participants provenant de 34 hôpitaux dont la majorité est située dans la ville de Wuhan : 50.4% anxiété, 44.% dépression, 34% insomnie et 71.5% détresse psychologique.

Pour cette étude les facteurs de risque sont : le lieu de travail du personnel (ici Wuhan centre de l'épidémie), les femmes par rapport aux hommes, les infirmiers en raison du risque élevé d'infection, les heures de travail prolongées et enfin le personnel qui exerce en première ligne et qui est en contact direct avec les malades de la Covid 19 par rapport au personnel qui exerce dans d'autres services. Il est important de signaler que les femmes sont surreprésentées dans l'échantillon (76.7%).

Xu et al (2020) de leur part ont comparé deux groupes de personnels de chirurgie (chirurgien, anesthésiste...etc) dans le but de mesurer les niveaux d'anxiété et de dépression durant deux périodes différentes : la première en pleine épidémie (28 /01/2020 au 29/02/2020) et la

deuxième en l'absence de l'épidémie (02/03/2020 au 21/03/2020). Les résultats ont révélé comme attendu que les niveaux d'anxiété et de dépression sont plus importants lors de la première période par rapport à la deuxième période : anxiété (7.817 vs 5.283), dépression (7.333 vs 4.933), rêves d'anxiété (17.365 vs 1.974) étant donné le contact très proche avec les malades (intubation...etc) et par conséquent un risque élevé de contamination.

Dans le même sillage des études comparatives, Li et al, 2020 se sont interrogés sur la possibilité pour le personnel soignant de contracter le traumatisme vicariant au contact avec les malades atteints de la Covid19. Alors ils ont comparé les infirmières qui exercent en première ligne avec les infirmières qui travaillent dans d'autres services et avec le grand public. Contre toute attente, les résultats ont indiqué que le traumatisme vicariant est très présent chez les infirmières qui exercent dans d'autres services (75.5%) et dans la population générale (75.5%). Cela est expliqué par le fait que les infirmières exerçant en première ligne ont été sélectionnées en fonction de leur grande expérience professionnelle et de leur préparation psychologique. Par surcroît, elles disposent d'une information sûre et fiable à propos de la covid19, ce qui n'est pas le cas pour leurs collègues qui travaillent dans d'autres services et le grand public.

Des résultats semblables ont été mentionnés dans l'étude de Tan et al, 2020, réalisée à Singapour. De ce fait, le personnel non-soignant (techniciens, pharmaciens, administrateurs...etc) présente un niveau d'anxiété supérieur (20.7%) par rapport au personnel soignant (10.8%). Cela est dû selon les auteurs à leur inaccessibilité au soutien psychologique dont disposent les soignants au contact des malades de la Covid19, au manque d'informations sur l'épidémie et l'absence de formation concernant les équipements de protection individuelle et les mesures de contrôle des infections.

Xiao et al 2020 ont examiné la corrélation du support social pour les soignants à un ensemble de variables: l'anxiété, le stress, l'auto-efficacité et la qualité du sommeil. Les résultats ont montré un niveau bas du sommeil chez le personnel soignant (8.583), étant donné la pression et l'intensité continue de la charge de travail dans les services. Selon cette étude le support social est corrélé positivement à l'auto-efficacité et à la qualité du sommeil et négativement au stress et à l'anxiété. Le support social dont les soignants ont besoin, agit directement sur la qualité du sommeil, ce qui permet la réduction du stress et de l'anxiété et accroît leur auto-efficacité des soignants.

Une seule étude qualitative s'est penchée sur l'expérience subjective d'une vingtaine d'infirmières qui s'occupaient des malades atteints de la Covid19 (Sun et al 2020). Quatre thèmes ont émergé des entretiens : l'importance des émotions négatives exprimées par les infirmières, notamment lors de la première semaine de travail ; le recours aux mécanismes de défense (isolation, rationalisation, distraction...etc) et des techniques de décompressions comme tenir un journal quotidien, la relaxation, expression émotionnelle...etc ; la maturation sous la pression, la quasi-totalité des infirmières expriment leurs reconnaissances à leurs familles, leurs amis, leurs collègues...etc suite au support et au soutien dont ils étaient l'objet ; les émotions positives surviennent simultanément ou progressivement aux émotions négatives, ainsi après une semaine de travail, les émotions positives ont prévalu chez 70% des infirmières.

3.2. Discussion

Cette revue de la littérature internationale porte sur l'impact de la pandémie Covid19 et du confinement sur la santé mentale des individus. Il s'agit principalement des études quantitatives, majoritairement chinoises qui utilisent des questionnaires et/ou des échelles d'évaluation visant à mesurer les retentissements psychologiques de la Covid 19 et du confinement en termes d'impact psychologique, d'anxiété, dépression, stress, détresse psychologique, de PTSD...etc dans la population générale, les enfants et les adolescents et le personnel soignant et une seule étude qualitative s'est attelée à décrire l'expérience subjective des soignants.

Globalement, les résultats ont montré moins de symptômes sévères chez les participants en raison du risque de contamination par le coronavirus au contact des personnes suspectées ou malades, de l'impact du confinement sur la liberté et les activités des personnes (notamment scolaires et professionnelles). Ces résultats sont également expliqués par les différences méthodologiques des études (la taille et les caractéristiques de l'échantillon, les instruments de collecte de données...etc) ainsi que la période de la réalisation des différentes enquêtes (quelques semaines après l'apparition de l'épidémie dans certains pays) où l'impact psychologique ne s'est encore pas transformé en pathologie (Alkhamees et al 2020 ; Paulino et al 2020).

Cette revue de la littérature a permis d'identifier les personnes à risque : concernant le genre, les femmes sont susceptibles d'être plus impactées que les hommes à cause des charges familiales, des facteurs socio-économiques car elles exercent majoritairement dans les usines et les structures de santé (Rodríguez-Rey et al 2020), la recrudescence des conflits au sein des ménages (El-Zoghby et al 2020) et de la violence conjugale subie (Hamadani et al 2020. Pour l'âge, les jeunes (entre 18 et 40) constituent avec les femmes, le lot des étudiants et des travailleurs affectés psychologiquement par la pandémie et le confinement. Privés de l'enseignement présentiel, les étudiants sont confrontés à l'incertitude de leur avenir (Cao et al 2020 ; Maria et al 2020) et la mise en chômage des travailleurs quelque soit leur professions, aggrave leur situation financière et les rend plus vulnérable au stress, dépression...etc (Hamadani et al 2020 ; Tian et al, 2020 ; Gualano et al 2020). A propos des personnes âgées et celles souffrant de maladies chroniques, la fragilité de leurs systèmes immunitaires les rend plus vulnérables (El-Zoghby et al 2020).

Les enfants et les adolescents ne sont pas à l'abri des conséquences psychologiques de la pandémie et du confinement suite à l'arrêt de la scolarité, la quantité du temps passé sur les réseaux sociaux, le non-respect des mesures sanitaires, ce qui les rend contagieux à autrui (Duan et al 2020, Saurabh et al 2020), sans oublier l'impact de la perception stressante de la situation sanitaire par les parents et la précarité de la situation financière de la famille.

La santé mentale du personnel soignant de manière générale, est susceptible d'être affectée à cause du risque de contracter la maladie en raison du contact direct avec les malades atteints par la Covid19, le souci de contaminer les membres de la famille et des amis (Kang et al, 2020 ; Romero et al 2020, Temsah et al 2020) et l'intensité de la charge de travail (Xiao et al 2020).

Cette revue a mis en évidence également, l'incidence psychologique des médias et des réseaux sociaux sur la santé mentale des personnes par la transmission et la publication des messages anxieux et véhiculant la haine et la stigmatisation.

4. Conclusion

L'avènement de la pandémie Covid 19 et la mise en place des mesures sanitaires, notamment le confinement ont bouleversé la vie des personnes à travers le monde, en mettant à rude épreuve leur santé mentale, exposée dans cette revue de la littérature. Par conséquent, il est primordial de fournir une prise en charge psychologique adéquate, en particulier pour les personnes vulnérables. Il est impératif également de veiller à transmettre une information fiable et claire sur cette maladie, ses voies de transmission et les mesures de prévention.

Pour d'éventuels travaux de recherche, nous suggérons d'explorer les effets psychologiques de la Covid 19 et du confinement sur de larges échantillons dans différents pays et différentes cultures, d'évaluer leurs conséquences psychologiques à moyen et à long terme. Il est important également de réaliser des études qualitatives afin d'explorer les expériences subjectives des personnes lors de l'épidémie Covid19 et les mesures sanitaires.

Références

- Alkhamees, A. A., Alrashed, S. A., Alzunaydi, A. A., Almohimeed, A. S., & Aljohani, M. S. (2020). The psychological impact of COVID-19 pandemic on the general population of Saudi Arabia. *Comprehensive psychiatry*, 102 (n/a), 152192.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 87 (n/a), 112934.
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *Journal of affective disorders*, 275 (n/a), 112-118.
- El-Zoghby, S. M., Soltan, E. M., & Salama, H. M. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Social Support among Adult Egyptians. *Journal of Community Health*, 45(n/a), 689-695.
- Gualano, M. R., Lo Moro, G., Voglino, G., Bert, F., & Siliquini, R. (2020). Effects of Covid-19 lockdown on mental health and sleep disturbances in Italy. *International journal of environmental research and public health*, 17(13), 4779.
- Hamadani, J. D., Hasan, M. I., Baldi, A. J., Hossain, S. J., Shiraji, S., Bhuiyan, M. S. A., ... & Grantham-McGregor, S. (2020). Immediate impact of stay-at-home orders to control COVID-19 transmission on socioeconomic conditions, food insecurity, mental health, and intimate partner violence in Bangladeshi women and their families: an interrupted time series. *The Lancet Global Health*, 8 (11), e1380-e1389.

- Jiang, H. J., Nan, J., Lv, Z. Y., & Yang, J. (2020). Psychological impacts of the COVID-19 epidemic on Chinese people: Exposure, post-traumatic stress symptom, and emotion regulation. *Asian Pacific Journal Tropical Medicine*,13(6),252.
- Kang, L., Ma, S., Chen, M., Yang, J., Wang, Y., Li, R., ... & Hu, S. (2020). Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross-sectional study. *Brain, behavior, and immunity*, 87 (n/a), 11-17.
- Khiari, E., Khiari, R. (2020). The psychological and behavioural side-effects of coronavirus outbreak (covid-19) on the Algerian researchers' scientific work and academic plans: the case of master two and phd students. *Journal of Studies in Language, Culture and Society* 03(02),102-111. Disponible sur le site: <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/125381>. Consulté le 15/12/2020.
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., ... & Tan, H. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA network open*, 3(3), e203976-e203976.
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International journal of environmental research and public health*, 17(6), 2032.
- Liang, L., Ren, H., Cao, R., Hu, Y., Qin, Z., Li, C., & Mei, S. (2020). The effect of COVID-19 on youth mental health. *Psychiatric Quarterly*,91(3), 841-852.
- Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., ... & Liu, W. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry research*,287(n/a), 112921.
- Li, Z., Ge, J., Yang, M., Feng, J., Qiao, M., Jiang, R., ... & Zhou, Q. (2020). Vicarious traumatization in the general public, members, and non-members of medical teams aiding in COVID-19 control. *Brain, behavior, and immunity*, 88 (n/a),916-919.
- Madani, A., Boutebal, S. E., & Bryant, C. R. (2020). The psychological impact of confinement linked to the coronavirus epidemic COVID-19 in Algeria. *International journal of environmental research and public health*, 17(10), 3604.
- Moghanibashi-Mansourieh, A. (2020). Assessing the anxiety level of Iranian general population during COVID-19 outbreak. *Asian journal of psychiatry*, 51(n/a),102076.
- Nombre de personnes infectées par le coronavirus (COVID-19) dans le monde au 9 novembre 2020 [Number of people infected by the coronavirus (COVID-19) in the world on 9 November 2020]. Disponible sur le site: <https://fr.statista.com/statistiques/1091585/morts-infections-coronavirus-monde/>. Consulté 10/11/2020.
- Nombre de personnes décédées à cause du coronavirus (COVID-19) dans le monde au 9 novembre 2020 [Number of death due to coronavirus (Covid19) worldwide on 9 November

2020]. Disponible sur le site <https://fr.statista.com/statistiques/1101324/morts-coronavirus-monde/>. Consulté le 10/11/2020

Nguyen, H. C., Nguyen, M. H., Do, B. N., Tran, C. Q., Nguyen, T. T., Pham, K. M., ... & Duong, T. H. (2020). People with suspected COVID-19 symptoms were more likely depressed and had lower health-related quality of life: The potential benefit of health literacy. *Journal of clinical medicine*, 9(4), 965.

Organisation mondiale de la santé (2020) : Immunité collective, confinement et COVID-19 [Coronavirus disease (COVID-19): Herd immunity, lockdowns and COVID-19]. Consulté le 20/09/2020 sur le site www.who.int/fr/news-room/q-a-detail/herd-immunity-lockdowns-and-covid-19

Organisation mondiale de la santé (2020) : Covid19 : ce qu'il faut savoir [Covid19 :What you need to know]. Consulté le 20/09/2020 sur le site www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses#:~:text=symptomes

Paulino, M., Dumas-Diniz, R., Brissos, S., Brites, R., Alho, L., Simões, M. R., & Silva, C. F. (2020). COVID-19 in Portugal: exploring the immediate psychological impact on the general population. *Psychology, Health & Medicine*, 26(1) 44-55.

Pierce, M., Hope, H., Ford, T., Hatch, S., Hotopf, M., John, A., ... & Abel, K. M. (2020). Mental health before and during the COVID-19 pandemic: a longitudinal probability sample survey of the UK population. *The Lancet Psychiatry*, 7(10), 883-892

Rodríguez-Rey, R., Garrido-Hernansaiz, H., & Collado, S. (2020). Psychological impact and associated factors during the initial stage of the coronavirus (COVID-19) pandemic among the general population in Spain. *Frontiers in psychology*, 11 (n/a), 1540.

Romero, C. S., Catalá, J., Delgado, C., Ferrer, C., Errando, C., Iftimi, A., ... & Otero, M. (2020). COVID-19 psychological impact in 3109 healthcare workers in Spain: the PSIMCOV group. *Psychological Medicine*, n/a (n/a), 1-7.

Rossi, R., Soggi, V., Talevi, D., Mensi, S., Niolu, C., Pacitti, F., ... & Di Lorenzo, G. (2020). COVID-19 pandemic and lockdown measures impact on mental health among the general population in Italy. *Frontiers in Psychiatry*, 11(n/a), 790.

Saurabh, K., & Ranjan, S. (2020). Compliance and Psychological Impact of Quarantine in Children and Adolescents due to Covid-19 Pandemic. *Indian Journal of Pediatrics*, 87(n/a),532-536.

Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents' stress and children's psychological problems in families facing the COVID-19 outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology*, 11(n/a), 1713.

Sun, N., Wei, L., Shi, S., Jiao, D., Song, R., Ma, L., ... & Liu, S. (2020). A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients. *American journal of infection control*, 48(6), 592-598.

Tan, B. Y., Chew, N. W., Lee, G. K., Jing, M., Goh, Y., Yeo, L. L., ... & Shanmugam, G. N. (2020). Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Health Care Workers in Singapore. *Annals of Internal Medicine*, 173 (4), 317-320.

Temsah, M. H., Al-Sohime, F., Alamro, N., Al-Eyadhy, A., Al-Hasan, K., Jamal, A., ... & Al-Subaie, S. (2020). The psychological impact of COVID-19 pandemic on health care workers in a MERS-CoV endemic country. *Journal of Infection and Public Health*, 13 (6), 877-882.

Tian, F., Li, H., Tian, S., Yang, J., Shao, J., & Tian, C. (2020). Psychological Symptoms of Ordinary Chinese Citizens Based on SCL-90 during the Level I Emergency Response to COVID-19. *Psychiatry Research*, 288 (n/a), 112992.

- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729.

- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., ... & Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87(n/a), 40-48.

- World Health Organization. (2004). Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice- Summary Report. Genève, Suisse : WHO

- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., & Yang, N. (2020). The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Medical science monitor: International medical journal of experimental and clinical research*, 26 (n/a), e923549-1.

- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., & Yang, N. (2020). Social capital and sleep quality in individuals who self-isolated for 14 days during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in January 2020 in China. *Medical science monitor: International medical journal of experimental and clinical research*, 26 (n/a), e923921-1.

- Xu, J., Xu, Q. H., Wang, C. M., & Wang, J. (2020). Psychological status of surgical staff during the COVID-19 outbreak. *Psychiatry Research*, 288 (n/a), 112955.

- Zhang, Y., & Ma, Z. F. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2381.

-سنوسي، بومدين و جلولي، زينب. (2020) الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد 19 و التباعد الاجتماعي Mental Health in Light of the Spread of the Coronavirus (COVID-19) and Social Distancing مجلة التمكين الاجتماعي 2(2): 65-80. متوفر بموقع :
2020/12/15 : تاريخ الاسترجاع: <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/123149>