****

****

**La santé mentale avant et pendant la pandémie de COVID-19**

**dans deux cohortes de la population britannique**

**Contexte :**

La pandémie de COVID-19 a entraîné des changements radicaux dans les sociétés du monde entier. Face à l'augmentation du nombre de cas infectés et de décès, de nombreux pays ont adopté des mesures de santé publique, notamment le confinement, la distanciation sociale, l'auto-isolement et la fermeture d'écoles et d'entreprises, entraînant un impact sans précédent sur l'économie mondiale, qui peut également avoir un effet profond sur la santé mentale. Plusieurs enquêtes transversales rapides menées pendant la pandémie de COVID-19 ont suggéré une prévalence plus élevée de l'anxiété, de la dépression et d'un faible bien-être par rapport aux estimations historiques. Cependant, ces études ne disposent pas d'informations sur les évaluations de la santé mentale et les facteurs de confusion potentiels chez les mêmes personnes avant la pandémie.

**Objectifs :**

Cette étude vise à utiliser les données de deux études de cohortes longitudinales indépendantes, toutes deux dotées d'importantes mesures de la santé mentale avant la pandémie, afin de quantifier l'évolution de la santé mentale entre les niveaux pré-pandémiques et la pandémie de COVID-19, et d'identifier les groupes de la population présentant un risque accru de détérioration de la santé mentale pendant la pandémie. Le premier de ces objectifs est important pour étudier l'impact du COVID-19 et de sa gestion sur la santé mentale et l'augmentation potentielle de la mauvaise santé mentale à long terme. Le second est important pour cibler les besoins en matière de soins de santé mentale dès à présent et lors de toute vague ultérieure, et pour identifier les groupes qui pourraient bénéficier d'un suivi à long terme après la pandémie.

**Méthode :**

La présente étude a sélectionné deux études de cohorte comparables, pour permettre la réplication dans différentes régions du Royaume-Uni, toutes deux présentant des calendriers similaires de mesures de la santé mentale avant et pendant la pandémie de COVID-19. Cette étude utilise les données de 3720 individus de la cohorte ALSPACparents et 2973 individus de la cohorte ALSPAC-jeunes qui ont rempli un questionnaire en ligne sur l'impact et les conséquences de la pandémie de COVID-19 entre le 9 avril et le 14 mai 2020. Dans Génération Ecosse, les données proviennent de 4233 individus qui ont rempli un questionnaire en ligne similaire sur le COVID-19 entre le 17 avril et le 17 mai 2020.

Les symptômes dépressifs ont été mesurés à l'aide du Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ), un instrument en 13 points dont les scores vont de 0 à 26. Chez Generation Scotland, les symptômes dépressifs ont été mesurés à l'aide du Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), un instrument en neuf points dont les scores varient entre 0 et 27, les scores les plus élevés indiquant des symptômes dépressifs plus graves. Les symptômes d'anxiété de l'ALSPAC et de la Génération Ecosse ont été mesurés à l'aide du Generalised Anxiety Disorder Assessment-7 (GAD-7), un instrument en sept points dont les scores varient entre 0 et 21. Le bien-être mental dans l'étude ALSPAC et dans l'étude Generation Scotland a été mesuré à l'aide de la Short Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS), un instrument en sept points dont les scores vont de 7 à 35, les scores les plus élevés indiquant un meilleur bien-être mental. Ces mesures ont des seuils recommandés pour examiner la proportion de personnes présentant une dépression probable (≥11 sur le SMFQ et ≥10 sur le PHQ-9), un trouble anxieux généralisé (≥10 sur le GAD-7) et un mauvais bien-être mental (≤17 sur le SWEMWBS), avec une bonne sensibilité et spécificité pour identifier les troubles cliniques, en utilisant des entretiens et des instruments validés, et sont largement utilisées dans les soins primaires et les essais cliniques.

**Résultats :**

**Prévalence des problèmes de santé mentale pendant la pandémie de COVID-19 :** La prévalence de la dépression probable pendant la pandémie de COVID-19 était la plus élevée chez les jeunes (18-40 ans), et diminuait avec l'âge dans les groupes ALSPAC et Generation Scotland. Des résultats similaires ont été observés pour l'anxiété probable et la baisse du bien-être.

**Différences des scores avant et pendant la pandémie de COVID-19 dans la cohorte ALSPAC-jeunes :** Le pourcentage de participants à l'étude ALSPAC-jeunes souffrant d'une dépression probable était plus faible pendant la pandémie, soit 18,14 % par rapport à 24,35 % lors de l'évaluation pré-pandémique la plus récente. Toutefois, le pourcentage de participants présentant un trouble anxieux probable a presque doublé pendant la pandémie, s'établissant à 24,35 % par rapport aux niveaux prépandémiques, tout comme le pourcentage de participants présentant un bien-être moindre, soit 13,27 % par rapport à 7,59 %.

**Facteurs sociodémographiques pré-pandémiques :** Le fait d'être une femme et les problèmes financiers pré-pandémiques ont été associés à une dépression et une anxiété plus importantes pendant la pandémie de COVID-19 dans les cohortes ALSPAC-parents, ALSPAC-jeunes et Generation Scotland. Un niveau d'éducation plus faible était associé à une plus grande dépression dans les cohortes ALSPAC-parents et Génération Ecosse, mais pas dans la cohorte ALSPAC-jeunes, et à une plus grande anxiété dans les cohortes ALSPAC-parents et ALSPAC-jeunes, mais pas dans la cohorte Génération Ecosse. Un revenu plus élevé avant la pandémie a été associé à une dépression plus faible dans les cohortes des parents et de la génération écossaise du CAASP, mais pas dans la cohorte des jeunes du CAASP ; et à une anxiété plus faible dans les cohortes des jeunes du CAASP et de la génération écossaise, mais pas dans les cohortes des parents du CAASP. Le fait d'être parent d'un jeune enfant était associé à un niveau d'anxiété plus élevé dans la cohorte ALSPAC-jeunes, mais pas dans la cohorte Generation Scotland (non évalué dans la cohorte ALSPAC-parents), et n'était pas associé à la dépression dans les deux cohortes.

**Facteurs de santé physique :** L'obésité pré-pandémique était associée à une dépression et une anxiété plus élevées dans toutes les cohortes. L'asthme pré-pandémique a été associé à une anxiété plus élevée dans les cohortes ALSPAC-jeunesse et Generation Scotland, mais pas dans la cohorte ALSPAC-parents, et à une dépression plus élevée dans la cohorte Generation Scotland, mais pas dans les deux cohortes ALSPAC.

**Facteurs spécifiques à COVID-19 :** Un diagnostic autodéclaré de COVID-19 suspecté ou confirmé était associé à une dépression et une anxiété plus élevées dans la cohorte ALSPACparents, mais seulement à une dépression plus élevée dans les cohortes Generation Scotland et ALSPAC-jeunes. Le fait de vivre seul pendant la pandémie était également associé à une dépression plus importante dans toutes les cohortes, mais n'était pas associé à l'anxiété. L'auto-isolement était associé à une dépression et une anxiété plus élevées dans les cohortes ALSPAC-parents et ALSPAC-jeunes, mais n'a pas été mesuré dans la cohorte Generation Scotland.

**Discussion :**

Environ deux fois plus de jeunes adultes ont souffert de troubles anxieux probables et d'une baisse de bien-être pendant la pandémie, par rapport aux évaluations longitudinales précédentes. L'incertitude et le changement soudain de la vie quotidienne, ainsi que les préoccupations concernant la santé, peuvent expliquer pourquoi l'anxiété a initialement augmenté, plutôt que la dépression. L'augmentation apparente chez les plus jeunes peut refléter les effets des mesures d'atténuation (c'est-à-dire le confinement et la distanciation sociale) plutôt qu'un risque d'infection par le COVID-19 (potentiellement plus élevé dans les populations plus âgées). En outre, la dépression est généralement liée à un sentiment de perte, alors que l'anxiété est liée à une menace, qui, dans ce cas, pourrait être un changement rapide de la société et le risque de conséquences sociales et psychologiques négatives. Il est également prouvé que l'anxiété évolue plus rapidement que la dépression après un traitement. Ce qui distingue cette pandémie des épidémies historiques, c'est son impact mondial. Ce facteur, ainsi que l'esprit communautaire, peut avoir été initialement protecteur contre l'auto-culpabilité et la culpabilité intrinsèques à la dépression. En effet, les éléments de la dépression qui ont obtenu des scores plus faibles lors de la pandémie, par rapport aux évaluations pré-pandémie, étaient liés aux sentiments d'auto-culpabilité.

En tenant compte de la dépression et de l'anxiété pré-pandémique, une infection au COVID-19 déclarée ou suspectée était un facteur de dépression et d'anxiété plus élevé pendant la pandémie dans les cohortes ALSPAC-parents et Generation Scotland, reflétant peut-être le risque élevé perçu pour la santé physique à un âge plus avancé et soutenant des recherches antérieures, mais doit être interprété avec une certaine prudence car le statut COVID-19 dans cette étude inclut largement la perception des participants qu'ils ont le COVID-19 (en raison d'un manque de tests à ce stade de la pandémie). Il se peut que les personnes souffrant de dépression et d'anxiété préexistantes soient également plus susceptibles de percevoir que leurs symptômes sont liés au COVID-19, et qu'elles soient donc sujettes à une causalité inverse. Les participants à l'étude ALSPAC et à l'étude Generation Scotland ont montré que les groupes à risque précédemment associés au COVID-19, tels que les personnes souffrant d'obésité pré-pandémique et, dans une certaine mesure, d'asthme pré-pandémique, souffraient davantage de dépression et d'anxiété pendant la pandémie, ce qui pourrait refléter des inquiétudes quant au risque d'infection perçu ou les effets d'une distanciation sociale plus stricte.

Les personnes qui s'isolaient étaient plus exposées à l'anxiété et à la dépression, mais le fait de vivre seul était systématiquement associé à une plus grande dépression uniquement. La manifestation de la dépression plutôt que de l'anxiété chez les personnes vivant seules peut être liée à la solitude, qui est amplifiée par les contacts physiques limités au sein du foyer, reflétant à nouveau le fait que la dépression est liée à l'absence et à la perte plutôt qu'à la menace, alors que l'auto-isolement (qui dans ce contexte est lié à l'exposition au COVID-19) peut être lié à l'anxiété par la menace associée au virus. Les parents de jeunes enfants étaient plus anxieux dans l'étude ALSPAC, ce qui peut refléter le stress lié au changement soudain de mode de garde. Les problèmes financiers, les faibles revenus et les privations étaient associés à un risque plus élevé de dépression et d'anxiété dans les cohortes ALSPAC-parents et Generation Scotland. Les problèmes financiers étaient également associés à un risque plus élevé de dépression et d'anxiété dans la cohorte ALSPAC-jeunes.

**Conclusion :**

La dépression au cours de la pandémie était similaire aux niveaux pré-pandémiques dans la génération de l'indice ALSPAC, mais les personnes souffrant d'anxiété avaient presque doublé, à 24% par rapport à un niveau pré-pandémique de 13%. Dans les deux études, l'anxiété et la dépression pendant la pandémie étaient plus importantes chez les jeunes membres, les femmes, les personnes souffrant de problèmes de santé mentale/physique préexistants et les personnes en situation d'adversité socio-économique, même en tenant compte de l'anxiété et de la dépression pré-pandémique. Des travaux futurs sont nécessaires pour comprendre les mécanismes et l'interaction entre les facteurs pré-pandémiques et spécifiques à COVID- 19 et la santé mentale pendant la pandémie de COVID-19.

**Dr. Omar EL OUMARY**

**Service de psychiatrie**

**CHU Agadir**

**Juin 2021**