



Octobre 2020

Anxiété et dépression en ce temps de pandémie dans Lanaudière

Marjolaine Lamoureux Théorêt
Service de surveillance, recherche et évaluation
Direction de santé publique de Lanaudière

Collaboration spéciale de Mélissa Généreux
Médecin-conseil, Direction de santé publique de l'Estrie / INSPQ
Coordonnatrice du Programme Santé, Ouranos
Professeure agrégée, DSSC, Université de Sherbrooke

Québec 

L'actuelle pandémie de coronavirus (COVID-19) amène son lot de changements et de bouleversements. La population doit s'adapter rapidement à une nouvelle réalité remplie d'inconnus. Ce contexte peut affecter les personnes sur le plan physique, mais aussi sur le plan psychologique, dont entraîner de la peur et augmenter l'inquiétude et le stress (OMS, 2020a). Le deuil, l'isolement et la perte de revenu peuvent également causer ou aggraver des pathologies mentales, dont l'anxiété et la dépression (OMS, 2020b). Par conséquent, il importe de mieux saisir la nature, l'ampleur et la distribution des impacts psychosociaux de la pandémie, ainsi que les facteurs de risque ou de protection qui y sont associés, et ce, afin de soutenir la prise de décisions et les interventions de santé publique (Généreux et al., 2020).

L'Enquête sur les Impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 a été menée par la firme Léger du 4 au 14 septembre 2020 auprès de 6 261 adultes, dont 1 003 résidents lanauchois. Sept régions y ont participé, soit la Montérégie, la Mauricie-Centre-du-Québec, Montréal, Laval, les Laurentides, Lanaudière et l'Estrie. Les variables étudiées sont, entre autres, l'anxiété généralisée, la dépression majeure, les pensées de mort ou les idées suicidaires, le sentiment de cohérence et la propension à la vaccination.

Quels sont les impacts psychosociaux de la pandémie dans Lanaudière? Les jeunes adultes sont-ils plus affectés que les autres par la COVID-19? Quels sont les facteurs de risque qui influencent la santé mentale dans ce contexte? Le présent bulletin survole quelques-uns des principaux résultats de la région¹.

Impacts psychosociaux au sein de la population adulte lanauchoise

Avant la pandémie de COVID-19, la prévalence de Canadiens présentant des symptômes compatibles avec un trouble d'anxiété généralisée était de 2,8 % chez les 18 ans et plus (Pelletier et al., 2017), alors que la proportion des 12 ans et plus ayant des symptômes de dépression majeure probable était estimée à 6,8 % (Lukmanji et al., 2019) (Généreux et al., 2020).

Dans Lanaudière, les résultats de l'enquête démontrent qu'en septembre 2020, un adulte sur six (16 %) présente un trouble de santé mentale probable (anxiété ou dépression) et un adulte sur treize (7,4 %) rapporte avoir eu des pensées de mort ou des idées suicidaires dans les deux semaines précédant l'enquête (Généreux et al., 2020). Comparativement aux six autres régions participantes, ces prévalences sont cependant parmi les plus faibles.

¹ Le lecteur est invité à consulter le document suivant : GÉNÉREUX, Mélissa, Marc D. DAVID, Marie-Ève CARIGNAN, Olivier CHAMPAGNE-POIRIER, Gabriel BLOUIN-GENEST et Mathieu ROY. *Impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 : Résultats d'une large enquête québécoise – Données de la région de Lanaudière*, Sherbrooke, Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Estrie, Direction de santé publique, 2020, 18 p.

Distribution de la réponse psychologique (ou troubles de santé mentale) de la population adulte, selon sept régions du Québec, 4-14 septembre 2020 (%)

Régions sociosanitaires	Anxiété généralisée probable	Dépression majeure probable	Anxiété ou dépression probable	Pensées de mort ou idées suicidaires
Mauricie-Centre-du-Québec	10,1 (-)	13,0 (-)	15,3 (-)	12,4
Estrie	14,5	15,3	20,4	13,1
Montréal	17,8 (+)	21,5 (+)	26,5 (+)	20,1 (+)
Laval	16,9	19,3	24,0	17,6
Lanaudière	11,9	12,7 (-)	16,2 (-)	7,4 (-)
Laurentides	10,2 (-)	13,8 (-)	17,2 (-)	9,5 (-)
Montérégie	13,9	16,3	21,1	12,6 (-)

(+) Région se distinguant significativement à la hausse par rapport aux autres régions ($p < 0,05$)

(-) Région se distinguant significativement à la baisse par rapport aux autres régions ($p < 0,05$)

Les impacts psychologiques face à la pandémie diffèrent, notamment, selon le genre, l'âge, le niveau de scolarité, les risques associés à certaines conditions et le fait d'être un travailleur essentiel². Dans Lanaudière, **les femmes**, de même que **les adultes avec une scolarité de niveau secondaire ou moins** sont proportionnellement plus susceptibles de rapporter avoir des troubles anxieux ou dépressifs. **Les travailleurs essentiels** et **les personnes faisant partie des groupes à risque**³ sont, en proportion, plus nombreux à mentionner avoir eu des pensées de mort ou des idées suicidaires. L'enquête révèle également que **les personnes âgées de 18 à 44 ans**, mais plus particulièrement les jeunes adultes de 18 à 24 ans (pour l'ensemble des sept régions participantes), présentent davantage de risque de développer un trouble de santé mentale et d'avoir des pensées de mort ou des idées suicidaires.

Réponse psychologique selon certaines caractéristiques sociodémographiques, Lanaudière, 4-14 septembre 2020 (%)

Caractéristiques sociodémographiques	Anxiété généralisée probable	Dépression majeure probable	Anxiété ou dépression probable	Pensées de mort ou idées suicidaires
Sexe				
Femme	16,7	16,1 (NS)	21,8	7,3 (NS)
Homme	6,9	9,1 (NS)	10,4	7,5 (NS)
Âge				
18-44 ans	16,8	16,8	20,8	9,2
45-64 ans	9,4	12,8	15,7	7,3
65 ans et plus	7,3	4,6	8,7	3,7
Enfant(s) à la maison				
Oui	13,3 (NS)	13,0 (NS)	17,8 (NS)	8,2 (NS)
Non	11,1 (NS)	12,3 (NS)	15,3 (NS)	6,8 (NS)
Niveau de scolarité				
Secondaire ou moins	14,7 (NS)	16,8	21,3	8,7 (NS)
Collégial	10,1 (NS)	10,4	13,8	6,4 (NS)
Universitaire	11,6 (NS)	11,6	14,6	7,0 (NS)
Travailleurs essentiels				
Oui	11,8 (NS)	14,2 (NS)	17,6 (NS)	10,0
Non	12,0 (NS)	12,0 (NS)	15,8 (NS)	6,3
Groupes à risque				
Oui	11,8 (NS)	13,4 (NS)	16,9 (NS)	10,2
Non	11,5 (NS)	11,6 (NS)	15,4 (NS)	5,1

NS = Absence de différences significatives entre les groupes ($p \geq 0,05$)

² Les secteurs des services essentiels : santé, services sociaux, police, service d'urgence, fournisseur de biens essentiels (ex. épicerie, dépanneurs), autres secteurs.

³ Personne davantage à risque de complications de COVID-19, incluant les personnes âgées de 70 ans ou plus, ainsi que les personnes vivant avec l'une des conditions suivantes : maladie cardiaque, hypertension, diabète, MPOC (maladie pulmonaire obstructive chronique), immunosuppression (Généreux et al., 2020).

Même si cela ne ressort pas de façon significative dans Lanaudière, les analyses réalisées au sein des sept régions étudiées mettent aussi en évidence des disparités marquées selon le statut d'anglophone, d'immigrant ou le fait de travailler dans le secteur de la santé et des services sociaux.

Facteurs influençant les impacts psychosociaux

Les impacts psychologiques de la COVID-19 (anxiété généralisée, dépression majeure, idées suicidaires) peuvent être reliés à différents facteurs de risque. Dans les régions participantes, les six facteurs identifiés comme ayant une association plus forte avec les troubles de santé mentale sont :

- un faible sentiment de cohérence⁴ (3 à 5 fois plus de risque);
- un niveau de croyances erronées élevé (2 à 4 fois plus de risque);
- le fait d'être victime de stigmatisation (2 à 3 fois plus de risque);
- un faible niveau de confiance envers les autorités (1 à 2 fois plus de risque);
- l'utilisation d'Internet comme source d'information (souvent ou toujours) (1 à 2 fois plus de risque);
- une perception de menace élevée pour soi-même ou sa famille (1 à 2 fois plus de risque) (Généreux et al., 2020).

Ratio entre la réponse psychologique et les facteurs de risque et de protection dans sept régions du Québec, 4-14 septembre 2020

Facteurs de risque ou de protection	Influence sur le risque d'anxiété généralisée	Influence sur le risque de dépression majeure	Influence sur le risque de pensées de mort ou d'idées suicidaires
Facteurs liés à la pandémie			
Perception d'une menace élevée pour soi-même/sa famille	2,14	1,83	1,33
Perception d'une menace élevée pour son pays/le monde	1,46	1,26	0,84
Isolement volontaire ou obligatoire	1,47	1,55	1,38
Expérience de COVID-19	1,75	1,73	1,98
Pertes financières	1,94	1,64	1,67
Victime de stigmatisation	2,16	2,14	3,06
Facteurs liés à l'information			
Score de confiance envers les autorités faible (1 ^{er} quartile comparativement au 4 ^e)	2,17	1,87	2,28
Utilisation de l'entourage comme source d'information (souvent ou toujours)	1,22	1,18	1,28
Utilisation des réseaux sociaux comme source d'information (souvent ou toujours)	1,69	1,62	2,06
Utilisation d'Internet comme source d'information (souvent ou toujours)	1,59	1,82	2,32
Utilisation de sources d'information en ligne (souvent ou toujours)	1,75	1,71	2,12
Score de croyances erronées élevé (4 ^e quartile comparativement au 1 ^{er})	2,23	2,46	4,53
Ressources psychologiques individuelles			
Sentiment de cohérence faible	3,16	3,97	5,07

Note : Le ratio correspond à la prévalence de chaque trouble de santé mentale chez les personnes avec un facteur de risque versus chez celles ne le présentant pas.

⁴ S'appuie sur trois questions ciblant chacune une des trois composantes du sentiment de cohérence (compréhensibilité, signification, gérabilité) :

1. Habituellement, ressentez-vous que les choses qui vous arrivent sont difficiles à comprendre?
2. Habituellement, percevez-vous votre vie comme une source de satisfaction personnelle?
3. Habituellement, voyez-vous une solution aux problèmes et aux difficultés que d'autres trouvent sans espoir? (Généreux et al., 2020).

L'Enquête a d'ailleurs démontré que plus le sentiment de cohérence est élevé, plus la capacité à affronter l'adversité est grande (Généreux et al., 2020). Comparativement aux six autres régions participantes, les résidents de Lanaudière sont proportionnellement moins nombreux à avoir subi les impacts directs de la pandémie (notamment en termes d'isolement, de pertes financières et de stigmatisation). Ils sont par ailleurs plus susceptibles de faire confiance au gouvernement et ils sont moins enclins à utiliser des sources d'information informelles comme celles véhiculées dans les réseaux sociaux et sur Internet pour s'informer sur la COVID-19 (Généreux et al., 2020).

Distribution des facteurs de risque et de protection, Lanaudière et six autres régions, 4-14 septembre 2020 (%)

Facteurs de risque ou de protection	Lanaudière	Autres régions
Facteurs liés à la pandémie		
Perception d'une menace élevée pour soi-même/sa famille	33,7 (NS)	36,5 (NS)
Perception d'une menace élevée pour son pays/le monde	67,2 (NS)	68,9 (NS)
Isolement volontaire ou obligatoire	48,4	57,4
Expérience de COVID	12,6 (NS)	14,4 (NS)
Pertes financières	34,8	39,5
Victime de stigmatisation	5,9	8,8
Facteurs liés à l'information		
Confiance élevée envers le gouvernement	27,4	23,1
Confiance élevée envers les organisations de santé nationales	38,1 (NS)	38,5 (NS)
Confiance élevée envers les scientifiques et les experts en santé	49,9 (NS)	50,2 (NS)
Score de confiance élevé envers les autorités (4 ^e quartile)	23,6 (NS)	22,1 (NS)
Utilisation des médias (télévision) comme source d'information (souvent ou toujours)	55,5 (NS)	52,3 (NS)
Utilisation de l'entourage comme source d'information (souvent ou toujours)	27,5 (NS)	29,8 (NS)
Utilisation des réseaux sociaux comme source d'information (souvent ou toujours)	15,6	19,9
Utilisation d'Internet comme source d'information (souvent ou toujours)	10,0	15,0
Utilisation de sources d'information en ligne (souvent ou toujours)	19,8	26,5
Score de croyances erronées élevé (4 ^e quartile)	22,0 (NS)	25,0 (NS)
Ressources psychologiques individuelles		
Sentiment de cohérence élevé	46,3 (NS)	43,8 (NS)

NS = Absence de différences significatives entre les groupes ($p \geq 0,05$)

Propension à la vaccination

Malgré la peur et les perturbations que suscite la pandémie au sein de la population, ce sont près de deux Lanaudois sur trois (65 %) qui accepteraient de recevoir un vaccin homologué contre la COVID-19 (Généreux et al., 2020). Les personnes âgées de 65 ans et plus, les résidents plus scolarisés, les personnes faisant partie des groupes à risque et les hommes se disent davantage prêts à le recevoir. Les femmes, quant à elles, seraient plus hésitantes. Parmi ceux qui refuseraient le vaccin, les proportions sont plus importantes chez les individus de 18 à 44 ans, les travailleurs essentiels et les personnes moins scolarisées.

Propension à recevoir un vaccin homologué contre la COVID-19 chez la population adulte de sept régions du Québec, selon les régions étudiées, 4-14 septembre 2020 (%)

Régions sociosanitaires	Acceptation	Refus	Hésitation
Mauricie-Centre-du-Québec	60,1 (-)	18,9 (+)	21,0
Estrie	60,7 (-)	18,3	21,1
Montréal	64,2	14,5	21,3 (+)
Laval	62,4	17,6	20,1
Lanaudière	65,1	16,5	18,4
Laurentides	64,8	18,7 (+)	16,5
Montérégie	71,4 (+)	12,9 (-)	15,8 (-)

(+) Région se distinguant significativement à la hausse par rapport aux autres régions

(-) Région se distinguant significativement à la baisse par rapport aux autres régions

Caractéristiques sociodémographiques associées à la propension à recevoir un vaccin homologué contre la COVID-19, Lanaudière, 4-14 septembre 2020 (%)

Caractéristiques sociodémographiques	Acceptation	Refus	Hésitation
Sexe			
Femme	58,6	18,0 (NS)	23,3
Homme	71,8	14,8 (NS)	13,4
Âge			
18-44 ans	59,8	22,0	18,3 (NS)
45-64 ans	64,1	15,4	20,4 (NS)
65 ans et plus	77,0	7,8	15,2 (NS)
Enfant(s) à la maison			
Oui	61,6 (NS)	18,6 (NS)	19,8 (NS)
Non	67,0 (NS)	15,3 (NS)	17,7 (NS)
Niveau de scolarité			
Secondaire ou moins	56,6	20,3	23,4
Collégial	63,9	17,3	18,6
Universitaire	74,5	12,5	13,0
Travailleurs essentiels			
Oui	60,3	21,1	18,6 (NS)
Non	67,2	14,8	17,9 (NS)
Groupes à risque			
Oui	74,8	10,7	14,5
Non	60,1	20,0	20,0

NS = Absence de différences significatives entre les groupes ($p \geq 0,05$)

Conclusion

Les femmes, les jeunes adultes, les travailleurs essentiels, les personnes appartenant aux groupes à risque et les Lanaudois ayant un niveau de scolarité plus faible déclarent davantage être affectés par la pandémie.

Selon l'INSPQ, plusieurs stratégies pourraient contribuer à réduire les impacts psychosociaux de la pandémie dans les communautés québécoises. Elles concernent, entre autres, l'accessibilité aux équipes interdisciplinaires en santé mentale et aux services de première ligne offrant une intervention de proximité (Généreux et al., 2020; Roberge et al., 2020). Par exemple, il pourrait s'agir de miser sur le leadership local, le réseautage et la participation citoyenne, de promouvoir les saines habitudes de vie,

ou d'avoir des stratégies de communication pour réduire la stigmatisation, les croyances erronées et la peur (Généreux et al., 2020; Roberge et al., 2020). Le renforcement du soutien communautaire et l'intégration des besoins psychosociaux dans les services de base offerts aux personnes et aux communautés sont également essentiels (Généreux et al., 2020; Roberge et al., 2020).

Afin d'étudier l'évolution de la santé mentale de la population depuis septembre 2020, une nouvelle collecte aura lieu en novembre 2020. Les termes abordés seront, notamment :

- le niveau de stress quotidien;
- les problèmes de sommeil;
- l'anxiété généralisée probable;
- la dépression majeure probable;
- les idées suicidaires;
- les violences domestiques;
- le niveau d'activité physique.

Ceci mènera, dès que les résultats de Lanaudière seront disponibles, à la publication d'un deuxième bulletin.

Références

GÉNÉREUX, Mélissa, Marc D. DAVID, Marie-Ève CARIGNAN, Olivier CHAMPAGNE-POIRIER, Gabriel BLOUIN-GENEST et Mathieu ROY. *Impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 : Résultats d'une large enquête québécoise – Données de la région de Lanaudière*, Sherbrooke, Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Estrie, Direction de santé publique, 2020, 18 p.

LUKMANJI, Aysha, Jeanne V.A. WILLIAMS, Andrew G.M. BULLOCH, Asmita BHATTARAI et Scott B. PATTEN. Seasonal variation in symptoms of depression ; A Canadian population based study, *Journal of Affective Disorders*, 2019, n° 255, p.142-149 doi:10.1016/j.jad.2019.05.040

ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (OMS). 2020a. Mental Health & COVID-19. Repéré à <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/covid-19>

ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (OMS). 2020b. Selon une enquête de l'OMS, la COVID-19 perturbe les services de santé mentale dans la plupart des pays. Repéré à <https://www.who.int/fr/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>

PELLETIER, Louise, Siobhan O'DONNELL, Louise MCRAE et Jean GRENIER. *The burden of generalized anxiety disorder in Canada*, Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada, 2017, n° 37, p.54-62

ROBERGE, Marie-Christine, Pascale BERGERON, Julie LÉVESQUE et Dave POITRAS. *COVID-19 : la résilience et la cohésion sociale des communautés pour favoriser la santé mentale et le bien-être*, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2020, 19 p.

Rédaction

Marjolaine Lamoureux Théorêt
Mélissa Généreux (coll.)

Coordination

Élizabeth Cadieux

Relecture

Louise Lemire, Service de surveillance, recherche et évaluation
Caroline Richard, Service de surveillance, recherche et évaluation
Stéphane Thibault, Service de promotion, prévention et organisation communautaire

Conception graphique et mise en page

Carolle Gariépy

Pour toute information supplémentaire concernant ce document, veuillez communiquer avec :

Marjolaine Lamoureux Théorêt au 450-759-6660
sans frais au 1 855 759-6660, poste 4341
marjolaine.lamoureuxtheoret.cisslan@ssss.gouv.qc.ca

La version électronique de ce document est disponible sur notre site au www.ciss-lanaudiere.gouv.qc.ca sous Documentation/Santé publique/COVID-19.

À condition d'en mentionner la source, sa reproduction à des fins non commerciales est autorisée. Toute information extraite de ce document devra porter la source suivante :

LAMOUREUX THÉORÊT, Marjolaine et MÉLISSA GÉNÉREUX (coll.).
Anxiété et dépression en ce temps de pandémie dans Lanaudière, Joliette, Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Service de surveillance, recherche et évaluation, octobre 2020, 8 pages.

Source de l'image : Pixabay

© Direction de santé publique, CISSS de Lanaudière, 2020.

Dépôt légal

Quatrième trimestre 2020

ISBN : 978-2-550- 87893-3 (en ligne)

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

**Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière**

Québec 

