

Déterminants sociaux associés à la détresse psychologique des enfants et des adolescents en pandémie de Covid-19

L'équipe Confeado :

Mégane Estevez,

épidémiologiste, université de Bordeaux, Bordeaux Population Health (BPH), Inserm U1219,

Stéphanie Vandentorren,

médecin épidémiologiste, Direction scientifique et internationale, Santé publique France, université Bordeaux, Bordeaux Population Health (BPH), Inserm U1219, Phare Team,

Nicolas Oppenheim,

maître de conférences en sociologie, université de Tours, UMR 7324 Citeres,

Dalila Rezzoug,

maître de conférences, PH de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, université Paris-13, UTRPP – hôpital Avicenne – AP-HP, CESP U1018, Bobigny, Centre national de ressources et de résilience (CN2R), Lille,

Carla De Stefano,

psychologue clinicienne et de recherche, université Paris-13, UTRPP – hôpital Avicenne – AP-HP, CESP U1018, Bobigny, Centre national de ressources et de résilience (CN2R), Lille,

Imane Khireddine-Medouni,

médecin épidémiologiste, Santé publique France.

Afin de limiter la propagation du SARS-CoV-2 responsable de la maladie à Covid-19, la France a mis en place son premier confinement national du 16 mars 2020 au 11 mai 2020 : une période éprouvante pour la population, en particulier pour un grand nombre d'enfants et d'adolescents [1]. Les changements physiques, émotionnels et sociaux de la fin de l'enfance et de l'adolescence en font une période sensible pour le développement et le bien-être mental. Les difficultés à faire face

aux situations stressantes de la vie représentent un plus grand défi pour les jeunes qui sont davantage exposés que les adultes aux stress associés à la pandémie et à leurs conséquences sur la santé mentale. Le stress vécu par le jeune dépendra de la perception qu'il en a et des ressources qu'il pourra mobiliser.

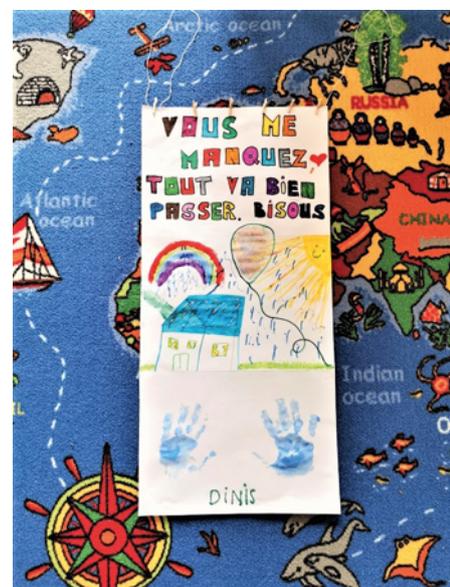
Étude Confeado : le mental des jeunes et la pandémie

Les mesures prises durant la pandémie – comme la fermeture d'écoles – ont pu détériorer la santé mentale des jeunes en raison de la diminution des interactions sociales et de l'activité physique, de l'augmentation du temps passé devant un écran, des habitudes de sommeil irrégulières et d'une alimentation moins appropriée. Tous ces facteurs peuvent avoir un impact négatif sur la santé mentale à court et à long termes [2–6]. Les problèmes de santé mentale entravent le développement de l'enfant et de l'adolescent, avec des conséquences qui peuvent perdurer à l'âge adulte [7 ; 8]. La pandémie de Covid-19 n'a pas affecté tous les jeunes de la même manière. Les difficultés socio-économiques sont connues pour augmenter le risque de dégradation de la santé mentale, notamment du fait que les ressources de résilience sont plus difficilement mobilisables dans les situations de vulnérabilité, en particulier pour les jeunes.

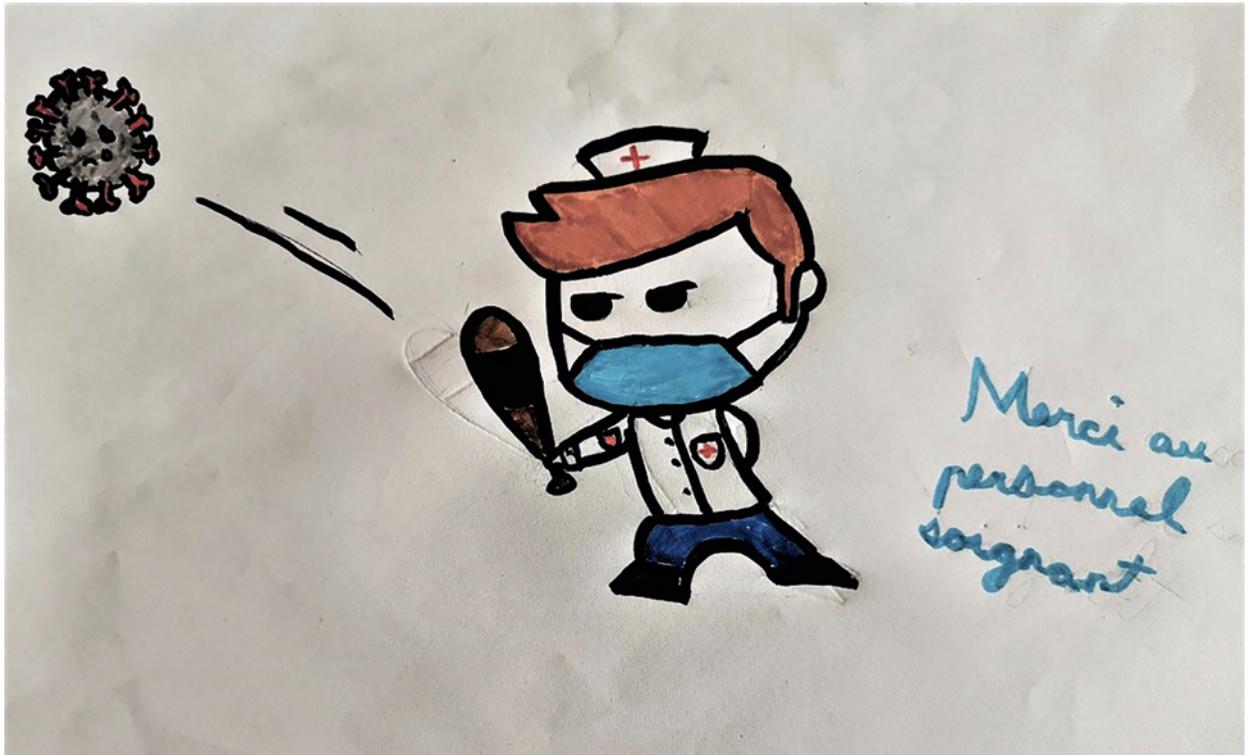
Bien que les crises sanitaires et les mesures qui en découlent (les périodes de confinement) contribuent fortement à exacerber les

L'ESSENTIEL

▣ **L'étude Confeado a exploré les déterminants sociaux associés à la détresse psychologique des enfants et des adolescents pendant et au décours du premier confinement lié à la Covid-19 en France. Les résultats soulignent la nécessité de promouvoir la santé mentale des adolescents et des enfants, et de porter une attention soutenue aux filles et aux familles vulnérables sur le plan socio-économique. Cette étude met en lumière les déterminants structurels qui influent sur la santé mentale des jeunes et insiste sur l'importance de politiques publiques socialement différenciées lors des pandémies pour atténuer leurs effets délétères.**



Dinis, 6 ans



Adèle, 9 ans

inégalités sociales et à amplifier ces situations de vulnérabilité, peu d'études ont cependant été menées en France pour identifier l'impact des conditions de vie sur la santé mentale des enfants et des jeunes pendant le confinement.

L'étude Confeado [9], lancée conjointement par Santé publique France, en partenariat avec d'autres institutions (hôpital Avicenne de Bobigny, université Sorbonne Paris Nord, Institut national de la santé et de la recherche médicale – Inserm, université de Tours, Centre national de ressources et de résilience – CN2R, École des hautes études en sciences sociales – EHESS, *Lab School Network*, Centre national de la recherche scientifique – CNRS et Fonds Fédération hospitalière de France – FHF), est une étude transversale sur la façon dont les enfants et les adolescents ont vécu le premier confinement dans le contexte épidémique de la Covid-19. Elle a été menée – *via* un questionnaire en ligne – auprès d'un échantillon de 3 898 enfants et adolescents âgés de 9 ans à 18 ans, parmi lesquels 81 jeunes pris en charge par la protection de l'enfance, entre le 9 juin 2020 et le 14 septembre 2020.

Résultats

Il résulte essentiellement de l'étude Confeado que les facteurs associés à une détresse psychologique sévère étaient le fait d'être une fille *versus* un garçon, d'être un adolescent *versus* un enfant et d'avoir des antécédents de troubles émotionnels, affectifs ou du développement.

Les enfants et les adolescents issus de familles en situation de vulnérabilité socio-économique avaient plus fréquemment souffert d'une détresse psychologique. Les difficultés alimentaires durant le confinement, l'absence de soutien social des parents, et l'incapacité pour le jeune à s'isoler dans le logement étaient des facteurs associés à la détresse psychologique sévère.

Le fait de se sentir dépassé par le travail scolaire et le fait de s'entendre moins bien que d'habitude avec les parents et les frères et sœurs étaient également des facteurs de risque de la détresse psychologique sévère.

D'autres facteurs de risque de détresse psychologique sévère durant le confinement ont été détectés : passer plus de cinq heures par jour à regarder la télévision ; ne pas faire d'activités ludiques : jeux de société, jeux vidéo, bricolage, jardinage, cuisine, couture, etc. avec les adultes ;

ressentir négativement – comme une forte contrainte – les tâches domestiques et éducatives (s'être occupé d'un frère ou d'une sœur ou avoir travaillé pour aider ses parents). Le fait de passer plus de cinq heures par jour sur les réseaux sociaux était associé à une détresse psychologique modérée.

En revanche, les jeunes qui habitaient dans une ville très peu peuplée, qui n'allaient jamais sur les réseaux sociaux et qui ne regardaient jamais la télévision souffraient moins souvent de détresse psychologique.

L'effet de l'utilisation des écrans sur la santé mentale dépend de leur usage et du temps qui y est consacré. Les réseaux sociaux permettent aux jeunes de créer de nouveaux espaces relationnels et sont un lieu d'expression identitaire et d'apprentissage. Ils peuvent avoir des effets enrichissants pour la santé mentale, comme le renforcement des amitiés, mais également être néfastes, engendrant des comportements de comparaison à outrance, de cyber-harcèlement ou encore d'addiction par un usage excessif [10]. La pandémie de Covid-19 et le confinement ont contribué à l'augmentation du temps consacré aux écrans dans les familles. Passer de longues heures devant les écrans – en l'absence d'autres activités possibles

dans certaines familles – prive le jeune d'interactions sociales enrichissantes et importantes pour son développement.

Préconisations pour promouvoir la santé mentale des jeunes

Les résultats ont fait ressortir une nette fracture sociale ; ils soulignent l'importance d'avoir des politiques publiques socialement différenciées notamment pour soutenir et pour accompagner les familles en situation de fragilité socio-économique (familles monoparentales, dont les revenus du ménage sont faibles) afin de garantir les besoins de tous les jeunes.

Ainsi, la campagne « #JenParleA » a été lancée en juin 2021 pour inciter les adolescents (11-17 ans) à parler. Il s'agit de vidéos de quinze secondes diffusées sur les réseaux sociaux. L'objectif est de contribuer à limiter les impacts de la crise sanitaire sur la

santé mentale des jeunes adolescents, en les incitant à parler à un tiers de confiance et à recourir au dispositif d'aide à distance Fil Santé Jeunes. Ce service anonyme et gratuit à destination des jeunes de 12 ans à 25 ans propose une ligne d'écoute et un site Internet permettant de faciliter l'accès aux ressources et aux coordonnées des professionnels de santé [11].

La continuité pédagogique reste primordiale dans les contextes d'urgence sanitaire – en particulier le retour le plus rapide possible en classe pour limiter le sentiment d'être dépassé par le travail scolaire, et son impact sur la santé mentale en cas de nouveau confinement.

Enfin, il est nécessaire de promouvoir un encadrement des usages d'Internet, des smartphones et des médias sociaux chez tous les jeunes pour réduire les risques qui y sont associés et qui pourraient être exacerbés en raison de l'utilisation

accrue des écrans en contexte de pandémie. Les parents, les écoles et les jeunes doivent être mieux informés pour prendre des décisions éclairées et agir efficacement en matière d'utilisation numérique. Un outillage adapté serait souhaitable pour que les adultes puissent encadrer l'utilisation des écrans par l'enfant et qu'ils puissent le guider dans ses choix de jeux ou de contenus visionnés. Il est important de promouvoir les activités sans écran et les activités ludiques partagées : passer du temps avec l'enfant, jouer à des jeux de société, cuisiner ensemble [12 ; 13]. Les facteurs de protection tels que la qualité des relations au sein de la famille peuvent être renforcés à travers une information sur la situation, accessible et adaptée aux parents et aux enfants. Des ressources sont mobilisables par les familles qui subissent des situations de violences infra-familiales [14]. ■

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

[1] Antona D., Barret A.-S., Chéreau F., Daniau C., Francconi L., Gorza M. *et al.* Covid-19 chez l'enfant (moins de 18 ans). *État des lieux de la littérature en amont de la réouverture annoncée des crèches et des écoles. État de la littérature au 24 avril 2020. Synthèse rapide Covid-19*. Santé publique France, 2020 : 28 p. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-et-infections-respiratoires/infection-a-coronavirus/documents/synthese-rapide-des-connaissances/covid-19-chez-l-enfant-moins-de-18-ans--etat-des-lieux-de-la-litterature-en-amont-de-la-reouverture-annoncee-des-creches-et-des-ecoles--etat-de-l>

[2] Wang G., Zhang Y., Zhao J., Zhang J., Jiang F. Mitigate the effects of home confinement on children during the Covid-19 outbreak. *The Lancet*, 4 mars 2020, vol. 395 : p. 945-947. En ligne : <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2820%2930547-X>

[3] Ghosh R., Dubey M. J., Chatterjee S., Dubey S. Impact of Covid-19 on children: special focus on the psychosocial aspect. *Minerva Pediatrica*, 2020, vol. 72, n° 3 : p. 226-235. En ligne : https://www.researchgate.net/publication/341214452_Impact_of_COVID-19_on_children_Special_focus_on_psychosocial_aspecthttps://

[4] Imran N., Zeshan M., Pervaiz Z. Mental health considerations for children & adolescents in Covid-19 Pandemic. *Pakistan Journal of Medical Science*,

19 mai 2020, vol. 36 : S67-72. En ligne : <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2759>.

[5] Guessoum S. B., Lachal J., Radjack R., Carretier É., Minassian S., Benoit L. *et al.* Adolescent psychiatric disorders during the Covid-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*, 2020, vol. 291 : 113264. En ligne : <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113264>.

[6] Li W., Wang Z., Wang G., Ip P., Sun X., Jiang Y. *et al.* Socioeconomic inequality in child mental health during the Covid-19 pandemic: First evidence from China. *Journal of Affective Disorders*, 15 mai 2021, vol. 287 : p. 8-14. En ligne : <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.03.009>.

[7] Centers for Disease Control and Prevention (CDC). *What is children's mental health?* Gouvernement des États-Unis, Department of Health and Human Services (CDC). 19 avril 2022. En ligne : <https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/basics.html>

[8] Mohler-Kuo M., Dzemaili S., Foster S., Werlen L., Walitza S. Stress and mental health among children/adolescents, their parents, and young adults during the first Covid-19 lockdown in Switzerland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, vol. 18, n° 9 : 4668. En ligne : <https://doi.org/10.3390/ijerph18094668>.

[9] Confeado : une étude destinée aux enfants sur le vécu du confinement lié à l'épidémie de Covid-19. *Santé publique France*, 20 mai 2021. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/confeado-une-etude-destinee-aux-enfants-sur-le-vecu-du-confinement-lie-a-l-epidemie-de-covid-19>

[10] Valkenburg P. M., Peter J. Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation

versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 2007, vol. 12, n° 4 : p. 1169-1182. En ligne : <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00368.x>

[11] Santé mentale des enfants et adolescents : un suivi renforcé et une prévention sur mesure. *Santé publique France*, 17 janvier 2022. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2022/sante-mentale-des-enfants-et-adolescents-un-suivi-renforce-et-une-prevention-sur-mesure>
Voir aussi en ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2022/sante-mentale-des-adolescents-sante-publique-france-rediffuse-et-renforce-sa-campagne-jenparlea>

[12] *L'utilisation des écrans et la santé des jeunes : Réflexions issues du forum d'experts*. Québec : ministère de la Santé et des Services sociaux, 2020 : 24 p. En ligne : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-289-12W.pdf>

[13] Comité en promotion et prévention – thématique habitudes de vie. *L'utilisation des écrans en contexte de pandémie de Covid-19. Quelques pistes d'encadrement*. Québec : Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), 27 mai 2020 : 8 p. En ligne : <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/3015-utilisation-ecrans-pistes-encadrement-covid19.pdf>

[14] Le Gouvernement pleinement mobilisé contre les violences conjugales et intrafamiliales. [Communiqué de presse], ministère de la Santé et de la Prévention, 25 mars 2020. En ligne : <https://solidarites-sante.gouv.fr/archives/archives-presse/archives-communiqués-de-presse/article/le-gouvernement-pleinement-mobilise-contre-les-violences-conjugales-et>