

Recherche UCLouvain

Santé mentale vs Santé physique : six ans après le premier confinement, qu'avons-nous appris ?

EN BREF :

- Six ans après le premier confinement dû à la pandémie de **COVID-19**, une étude de l'**UCLouvain**, indique que, lors d'urgences de santé publique, la **santé mentale** est jugée souvent **aussi importante** que la santé physique. Alors que la population est en faveur d'une véritable « parité » entre santé physique et santé mentale, les résultats montrent que les décideurs attribuent une importance encore plus grande à la santé mentale qu'à la santé physique.
- Paradoxalement, les décideurs sont aussi **plus favorables** aux **restrictions de mobilité**. Un décalage qui expliquerait pourquoi certaines mesures ont été **mal comprises** lors de la pandémie du COVID-19.
- Les scientifiques préconisent des **pistes concrètes** (adaptation des messages, ciblage des publics réticents, ...) pour des politiques de **gestion de crise** intégrant les enjeux de santé mentale.

CONTACT(S) PRESSE :

Vincent Lorant, professeur en Faculté de Santé Publique à l'UCLouvain : **0497 45 98 69**, vincent.lorant@uclouvain.be

Il y a six ans, le 18 mars, la Belgique imposait son premier **confinement** lors de la pandémie du **COVID-19**. La priorité : sauver des vies, au prix d'une **crise de santé mentale** sans précédent (anxiété, isolement, burn-out).

Une étude du groupe **MHSR** (Mental Health Services Research) de l'**UCLouvain**, vient d'être publiée dans la revue [Social Science and Medicine](#). Cette recherche révèle que, lors d'urgences de santé publique, la **santé mentale** est jugée souvent **aussi importante** que la santé physique. En effet, la **détresse psychologique** représentait **34 %** de l'importance relative, contre **30 %** pour les **hospitalisations**. Paradoxalement, les décideurs attribuent une **importance plus grande** à la santé mentale que le grand public mais sont, à l'inverse, **plus favorables** aux **restrictions de mobilité**. Enfin, les personnes ayant des **préjugés** envers les **troubles mentaux** étaient significativement **moins enclines à prioriser la santé mentale**.

Pourquoi ces résultats sont importants ?

Ces données ne sont pas qu'un bilan : elles servent de **feuille de route** pour les gouvernements et les acteurs de santé publique.

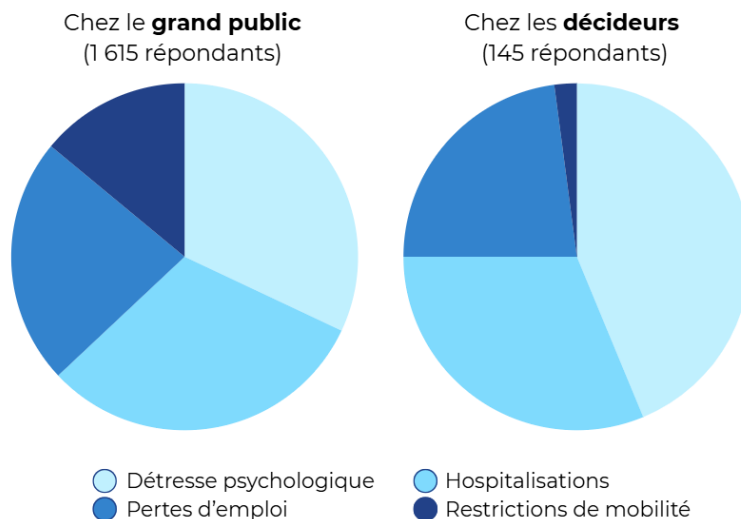
Parmi les pistes concrètes :

- **Intégrer la santé mentale** : les plans pandémiques devront intégrer la santé mentale, sous peine de perdre l'**adhésion** du public.
- **Adapter les messages** : les gouvernements doivent expliquer **pourquoi** certaines restrictions sont nécessaires, sans négliger leur **impact psychologique**.
- **Cibler les publics réticents** : les campagnes de sensibilisation devront insister sur les **bénéfices concrets** (ex : moins d'arrêts maladie, meilleure productivité).

Cette recherche consistait principalement à interroger **1 615 citoyens** et **145 responsables politiques/sanitaires** en Europe pour récolter leurs opinions sur la santé mentale et les **décisions politiques** qui devrait être prises en cas de **pandémie**. L'étude a été menée via une enquête en

ligne dans huit pays européens : Belgique, France, Allemagne, Italie, Pays-Bas, Espagne, Suède et Royaume-Uni. Pour éviter tout biais, les participant·es devaient choisir entre des scénarios de crise, différant selon quatre critères reflétant les **conséquences des politiques pandémiques** : hospitalisations, détresse psychologique, pertes d'emploi et restrictions de mobilité.

Importance relative des conséquences des politiques pandémiques



Ces **six années de recul** montrent que la santé mentale est désormais perçue comme un **enjeu aussi crucial que la santé physique** en période de crise sanitaire. À l'avenir, il sera essentiel d'adapter les mesures pour mieux intégrer cette dimension et garantir des réponses plus équilibrées.