

COMMUNIQUE DE PRESSE : CONFINS

Date : 09/06/2020

Inquiétudes, évolution de la consommation et difficultés psychologiques des Français suite au confinement : les premiers résultats de l'étude CONFINS.

L'étude CONFINS s'intéresse à l'impact du Covid-19 et du confinement sur les Français. Cette e-cohorte pilotée par le centre de recherche Bordeaux Population Health de l'INSERM, l'université de Bordeaux, la CRO Kappa Santé et la start-up Kap Code livre des premiers résultats autour de l'état psychologique des 2 341 premiers participants ayant répondu avant le 11 mai 2020.

Quel est le niveau d'inquiétude lié au confinement ?

Une des premières informations pour comprendre l'impact du confinement sur l'état psychologique des participants à l'étude est celle d'une **baisse de la qualité de vie**. En effet, alors que cette dernière était estimée en moyenne à 7,5 sur une échelle de 0 à 10 avant le confinement, elle est maintenant à 6,6 en moyenne, soit quasiment un point plus bas. Les participants estiment en partie cette baisse comme passagère puisque la qualité de vie devrait remonter à 7,2 en moyenne après le confinement.

En parallèle, plusieurs inquiétudes sont soulevées avec la crise du Covid-19. Ces **inquiétudes** sont évidemment **liées à la santé** des participants, et surtout à celle de leurs parents (**52%**)ⁱ. En parallèle, une personne sur 5ⁱⁱ s'inquiète de **la situation financière** et la même proportion **du manque de soutien moral et affectif**.

Dans ce contexte de crise, **71%** des répondants déclarent discuter quotidiennement du coronavirus, dont 4% dix fois par jour ou plus.ⁱⁱⁱ

Comment les habitudes et la consommation ont-elles évoluées en période de confinement ?

Concernant la situation de confinement, **16%** des répondants sont **confinés seuls**, **32% avec une autre personne** et le reste avec deux personnes ou plus. Le sentiment de solitude n'apparaît pas comme un problème pour la majorité des

répondants, qui sont **80%** à avoir des **interactions sociales en ligne plusieurs fois par semaine**^{iv}.

Près de la moitié (**44%**) des participants sont **en télétravail** et les changements induits dans l'organisation professionnelle impactent la qualité du travail fourni, puisque seule la moitié seulement se dit satisfaite de son efficacité professionnelle^v.

Au sujet de la **consommation d'alcool**, les résultats sont encourageants, puisqu'on constate **plus de personnes ayant diminué leur consommation sans sentiment de manque (38%)** que de **personnes ayant augmenté leur consommation (22%)**. Chez ces derniers, une difficulté à contrôler cette augmentation est présente pour **5%** des participants.

Plus marquant encore, **47%** déclarent avoir **diminué ou arrêté la consommation de 6 verres d'alcool en une seule occasion et sur un temps**. Ces chiffres illustrent l'importance du facteur social et sociétal dans la consommation d'alcool.

Une **augmentation des consommations** plus généralisée est observée au sujet de :

- La consommation de **café, thé et/ou boissons énergisantes** pour **plus d'une personne sur 4** (1,3% ont du mal à contrôler cette augmentation),
- La consommation d'**aliments gras, sucrés et/ou salés** pour **38%** (6% ont du mal à contrôler cette augmentation)
- L'utilisation de **réseaux sociaux** pour **56%** des participants, et surtout, la **consommation d'écrans (TV, smartphone, tablette, ordinateur...)** pour **71%** des répondants, avec **30%** ayant **du mal à contrôler cette augmentation**.

Ces premiers résultats d'évolution des consommations doivent alerter les citoyens ainsi que les autorités de santé, notamment pour vérifier un retour à la normale maintenant que les mesures de confinement ont été allégées. En effet, ces comportements peuvent avoir à long terme un effet délétère sur la santé des citoyens, notamment sur l'augmentation de l'obésité, des problèmes cardiaques et la baisse de santé mentale.

Quelles difficultés psychologiques graves sont apparues suite au confinement ?

Même si **73%** des participants déclarent avoir trouvé des **éléments positifs dans le confinement** au cours des 7 derniers jours, de nombreuses **difficultés psychologiques ont été évoquées** dans l'étude CONFINS. Ces difficultés nécessitent des analyses plus poussées, néanmoins trois chiffres se détachent et semblent importants à partager :

- **13%** de nos participants déclarent une **augmentation de la fréquence de graves disputes** ou d'un **climat de violence** au sein de leur lieu de confinement^{vi}.
- Plus d'une personne sur 5 (**21,4%**) déclare avoir des **disputes plus fréquentes avec leur conjoint**^{vii}

- **10%** des participants déclarent avoir eu des **idées suicidaires** au cours de 7 derniers jours, dont **1,6% à de multiples reprises**.^{viii}

A propos de Kap Code & Kappa Santé :

Kap Code et Kappa Santé sont deux entreprises du même groupe dont l'activité est basée sur l'analyse de données de vie réelle. Kappa Santé est une CRO (clinical research organisation) spécialisée dans les études observationnelles, et Kap Code est une start-up spécialisée dans la santé digitale.

A propos du centre de recherche Bordeaux Population Health :

Le centre de recherche Bordeaux Population Health Inserm - Université de Bordeaux U1219 est spécialisé dans la recherche en épidémiologie, biostatistique et santé publique.

Contact : M. Adel Mebarki – 06 51 90 38 12 - adel.mebarki@kapcode.fr

ⁱ Sur une échelle de 1 (pas du tout inquiet) à 5 (très inquiet), quel est votre degré d'inquiétude vis-à-vis de vos parents : 4/5 : 31,5% ; 5/5 : 20,8%

ⁱⁱ Sur une échelle de 1 (pas du tout inquiet) à 5 (très inquiet), quel est votre degré d'inquiétude vis-à-vis de votre situation financière : 4/5 : 11,3%, 5/5 : 8,3%

Sur une échelle de 1 (pas du tout inquiet) à 5 (très inquiet), quel est votre degré d'inquiétude vis-à-vis d'un manque de soutien moral & affectif : 4/5 : 12%, 5/5 : 8,9%

ⁱⁱⁱ Fréquence des discussions autour du coronavirus :

- 1 fois par jour : 30,3%
- 2 à 4 fois par jour : 31,4%,
- 5 à 9 fois par jour : 6,2%,
- 10 fois et plus par jour : 3,8%

^{iv} Interactions sociales : au téléphone :

- Plusieurs fois par semaine : 40,6%
- Tous les jours : 22,8%

Par SMS :

- Plusieurs fois par semaine : 36,4%
- Tous les jours : 42,9%

Sur les réseaux sociaux :

- Plusieurs fois par semaine : 29,3%
- Tous les jours : 47,9%

^v Capacité à effectuer les tâches attendues dans l'environnement actuel pour les personnes en télétravail :

- Je suis satisfait de ce que j'arrive à faire : 24,3%
- Je travaille plutôt mieux que d'habitude : 4,1%

^{vi} Graves disputes ou climat de violence au sein de votre lieu de confinement :

- Oui, la fréquence a un peu augmenté : 10,5%
- Oui, la fréquence a beaucoup augmenté : 2,5%

^{vii} Avec le conjoint, disputes plus fréquentes :

- Oui, la fréquence a un peu augmenté : 18,4%
- Oui, la fréquence a beaucoup augmenté : 2,8%

^{viii} Au cours des 7 derniers jours, vous est-il arrivé de penser à vous suicider (d'avoir des idées suicidaires) ?

- Non, jamais : 89,8%
- Oui, quelquefois : 8,6%
- Oui, à de multiples reprises : 1,6%