Guillaume Le Moigne
18 Mars 2020

LE TRANSIT
centre de crise

Lancet 2020; 395: 912–20
The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence

Impact de l'effet du confinement sur les populations et l'importance de l'action communautaire

LES GROUPES LES PLUS VULNÉRABLES

- Jeunes de 18-30 ans
- Personnes agées de plus de 60 ans
- Personnes immigrantes
- Personnes à troubles préexistants
- Personnes ayant une maladie chronique nécessitant une assistance

UNE DURÉE SUPÉRIEURE 10 JOURS DE CONFINEMENT

Symptômes post-traumatiques, de comportements d'évitement et de colère

- Informations érronées
- Augmentation du taux de mortalité/infectés
- Maintien des mesures exceptionnelles
- Durcissement des mesures exceptionnelles

Développement de craintes et peurs

- Femmes enceintes
- Mères ayant des jeunes enfants
- Symptômes physiques qui amplifient la peur de l'infection
- Stress parental lié aux enfants et aux effets de l'isolement sur eux

L'interprétation et acquisition de l'information

- Absence de clarté sur les niveaux de risque
- Absence de transparence sur la sévérité de la pandémie
- Absence de protocoles et de guides de conduite clairs
- Confusion sur l'objectif du confinement

Conséquences de l'isolement

- Réduction des contacts physiques et sociaux
- L'ennui, la frustration et le sentiment d'isolement
- Les lacunes dans la distribution des biens de première nécessité

ACTION CONCERTÉE DE PRÉVENTION POUR RÉDUIRE LES RISQUES

- **Remercier, encourager** les personnes qui sont en situation de confinement pour **renforcer l'adhésion et l'observance des mesures** de confinement tout en les **informant sur les mesures de prévention**
- **Mise en place ou maintien des lignes téléphoniques** animées par des intervenants et des bénévoles qualifiés pour répondre aux questions des personnes qui ont des symptômes qui les inquiètent et **rassurer la population**
- Promouvoir **une communication plus centrée sur l'altruisme** que sur l'obsession
- Aider les familles éclatées à **rester en contact**
- L'**accessibilité de lignes d'écoutes et de crise** pour réduire l'isolement
- **Créer des groupes de soutien et d'échanges en ligne** sur le vécu d'expérience du confinement

CONSÉQUENCES DURABLES

- Perte des relations commerciales
- Difficultés à reprendre le travail
- Fragilisation élevée des travailleurs indépendants
- Conséquences économiques de la perte de revenus
- Détresse socio-économique globale
- Précarisation encore plus importante des personnes les plus fragiles au niveau économique et travaillant dans les métiers ne pouvant s'effectuer par télétravail
- Tension dans les couples liée aux types d'activités professionnelles plus ou moins à risque de chacun des partenaires
- Désolidaristation des services en santé mentale
- Séquelles psychologiques/cognitives durables
- Stigmatisation à l'égard des personnes représentant un danger de propagation ou issues d'une région surexposée