

10 janvier 2025

# PERSPECTIVES

L'EFFICIENCE AU CŒUR DU SYSTÈME DE SOINS ET DE SANTÉ QUÉBÉCOIS

## Les effets délétères sur la santé mentale des mesures de restrictions en période de crise sanitaire

**AMY CISSÉ**

Assistante de recherche, École de santé publique de l'Université de Montréal

Les mesures de santé publique mises en place en période de crise sanitaire, bien que nécessaires pour préserver la santé des plus vulnérables, ont des impacts sur les habitudes de vie et de travail d'un grand nombre d'individus. On pense aux impacts sur le bien-être physique, mental et social des individus, lesquels peuvent influencer sur la productivité au travail et la situation d'emploi. Une étude CIRANO (Cissé et al. 2024) montre que les effets délétères des mesures de restrictions ont été importants durant la pandémie de COVID-19 au Québec et ont perduré à moyen terme. La qualité de la vie reliée à la santé (QVRS) s'est particulièrement détériorée pour ceux et celles qui étaient en emploi et les difficultés de conciliation de leurs vies familiale et professionnelle se sont aggravées, d'où l'importance de la prise en compte de la santé mentale dans les milieux professionnels.

**THOMAS PODER**

Professeur agrégé, École de santé publique, Université de Montréal  
Chercheur CIRANO

Le 11 mars 2020, la COVID-19 est déclarée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) comme une pandémie avec 118 319 cas confirmés depuis son apparition, dont 4292 décès à travers le monde (WHO, 2020). La pandémie est alors perçue comme un choc conjoncturel brutal, avec des conséquences économiques inquiétantes en raison des différentes mesures prises pour arrêter la propagation de la maladie et qui peuvent contraindre l'économie de marché. Dès mars 2020, la Conférence des Nations Unies sur le Commerce et le Développement (CNUCED) prévoyait une baisse de la croissance annuelle mondiale en dessous de 2,5 %, soit le seuil de récession de l'économie mondiale (ONU, 2020).

Pour lutter contre la propagation du virus pour lequel il n'existait pas encore de traitement durable et efficace, les gouvernements ont été contraints de mettre en place des mesures de restrictions : couvre-feu, arrêt de certaines activités économiques – surtout commerciales –, confinement, preuve de vaccination, etc. Ces mesures ont bouleversé le quotidien des individus ainsi que leur façon de travailler. Selon l'OCDE, la pandémie de COVID-19 a été source « d'une des plus grandes crises de l'emploi depuis la Grande Dépression » avec un taux de chômage moyen de ses pays membres passant de 5,31 % en décembre 2019 à 8,81 % en avril 2020. Ainsi, il a appelé ses pays membres à faire en sorte que cette crise de l'emploi ne se transforme pas en une « crise sociale » (OCDE, 2020).

## Les mesures de confinement ont entraîné des variations importantes des niveaux d'emploi

Au Québec, comme dans l'ensemble des pays du monde, les mesures de distanciation physique et les restrictions visant les entreprises – lors de leur introduction et de leur retrait – ont eu des répercussions importantes sur le marché du travail. Entre février et avril 2020, 825 900 emplois ont été perdus et le taux de chômage a atteint un niveau historique en passant de 4,5 % à 17,6 % (ISQ, 2021). Avec les efforts mis en place par les différents paliers de gouvernements pour redresser l'économie, le marché de l'emploi québécois a connu en 2021 une hausse de 4,1 % par rapport à l'année 2020, soit 169 400 emplois créés. Ces efforts se sont poursuivis en 2022 venant compenser la hausse du nombre de chômeurs observée en 2020. Ainsi, en 2022, le taux de chômage est devenu historiquement le plus bas depuis 1976, s'établissant à 4,3 % (ISQ, 2023).

### Les données

Les analyses reposent sur série de sept cycles d'enquête menés entre mars 2020 et juin 2022, couvrant ainsi les moments les plus saillants de la gestion de la pandémie. La stratification par quota selon l'âge, le sexe et le niveau d'éducation a permis de cibler une population représentative de la population générale de 18 ans et plus résidant au Québec. Les caractéristiques des participants aux enquêtes sont relativement similaires à celles de la population québécoise, avec des différences en termes d'âge moyen (légèrement plus élevé) et de niveau d'éducation (davantage de personnes ayant fréquenté l'université).

Le nombre de répondants varie peu d'un cycle à un autre, l'objectif étant d'atteindre environ 1500 répondants par cycle afin de répondre à un objectif de représentativité de l'échantillon. Le nombre de répondants potentiels a été progressivement augmenté au fil des enquêtes afin de compenser pour les non-répondants et assurer une certaine taille d'échantillon. Pour l'ensemble des sept cycles, 17 062 observations sont disponibles.

L'historique d'emploi des participants à nos enquêtes montre d'importantes variations des niveaux d'emploi au cours de la période. Ces variations coïncident souvent avec celles observées à l'échelle provinciale. Par exemple, après une baisse du niveau d'emploi en avril 2020, soit lors du premier confinement, dès mai 2020, comme au niveau provincial, le niveau d'emploi des répondants augmente fortement. Rappelons qu'à partir du 5 mai 2020 se met en place une levée progressive des mesures de confinement avec la réouverture complète de l'industrie de la construction et la réouverture partielle de la fabrication manufacturière, ainsi que la reprise des activités de commerce et de loisirs.

À partir de novembre 2020, on observe une diminution du niveau d'emploi chez les participants, avec un niveau d'emploi à son plus bas en janvier 2021, en cohérence avec les statistiques à l'échelle du Québec. Une hausse importante de l'emploi est observée en mai 2021, la plus forte hausse durant la période d'étude. Ceci découle possiblement du fait qu'en date du 18 mai 2021, la moitié de la population québécoise est vaccinée. À partir de fin mai 2021, les mesures de restrictions sont progressivement levées et les niveaux d'emploi sont tantôt à la baisse, tantôt à la hausse.

Nous nous sommes intéressés aux déterminants des changements d'emploi au cours de la période. Les trois quarts des participants n'ont pas connu de changement. Un peu plus de la moitié des personnes ayant changé d'emploi n'ont connu qu'un seul changement d'emploi durant toute la période. Les résultats des estimations à partir d'un modèle de régression Probit montrent que les femmes ont été plus exposées à changer d'emploi durant la crise sanitaire. Nous avons également trouvé une relation en U inversé avec l'âge du répondant. Ainsi, plus l'individu est âgé, plus la probabilité de changer d'emploi pendant la pandémie est importante, mais à partir de 59 ans, la probabilité d'en changer diminue. Parmi les personnes en emploi, 23 % ont été confrontées à une augmentation des difficultés de conciliation de leurs vies familiale et professionnelle. Cette difficulté dans la conciliation travail-famille est d'autant plus présente chez ceux et celles qui n'ont pas connu de changement d'emploi : 35 % contre 14 % chez ceux ayant changé d'emploi au moins une fois.

## Les mesures de confinement ont eu des effets délétères sur la qualité de vie reliée à la santé

Au-delà de ces effets macroéconomiques sur l'emploi, les confinements ont affecté les habitudes de vie et de travail d'un grand nombre d'individus. Ils ont aussi eu des impacts sur la qualité de la vie reliée à la santé (QVRS) (Poder et al. 2021). Notre mesure de la QVRS s'appuie sur la méthode de calcul dite « indirecte » à partir de trois indicateurs. Pour chaque composante de chaque indicateur, une question spécifique a été posée aux répondants des enquêtes.

Le **CORE-6D** (*Clinical Outcomes in Routines Evaluation Six-Dimension*) est l'indicateur de QVRS qui mesure le mieux la santé mentale des personnes. Il tient compte de six composantes soit la solitude, la terreur, l'humiliation, les capacités, les idées suicidaires et les symptômes physiques. Le **SF-6Dv2** (*Short Form Six-Dimension second version*) prend aussi en compte six dimensions : le fonctionnement physique, les limitations de rôle, le fonctionnement social, la douleur, la santé mentale et la vitalité. Enfin, les cinq dimensions du **EQ-5D-5L** (*EuroQol Five-Dimension Five-Level*) sont la mobilité, l'autonomie de la personne, les activités courantes, les douleurs ou l'inconfort et enfin l'anxiété ou la dépression. Un score s'approchant de 1 correspond à une santé parfaite, alors qu'un score de 0 correspond à la mort. Un score négatif correspond à une situation considérée comme étant pire que la mort.

Les scores moyens pour le CORE-6D, le SF-6Dv2 et le EQ-5D-5L pour l'ensemble des cycles sont respectivement de 0,742, 0,722 et 0,827. Pour le CORE-6D et le SF-6Dv2 (mais pas pour le EQ-5D-5L), les scores moyens sont légèrement plus élevés lors des cycles 6 et 7 comparativement aux cycles 1 à 5. Il est possible que ce résultat soit lié aux effets compensatoires des mesures accompagnatrices du confinement comme l'allègement des mesures en fonction de l'évolution du virus, car les cycles 6 et 7 ont eu lieu après les grandes périodes de confinement.

On observe des différences selon que la personne est en emploi ou sans emploi au moment de l'enquête. Pour les scores du SF-6Dv2 et du EQ-5D-5L, les participants avec emploi ont en moyenne un score plus élevé que les sans-emploi. C'est l'inverse pour les scores du CORE-6D. Rappelons que le CORE-6D est l'indicateur de QVRS qui mesure le mieux la santé mentale. Ainsi, et selon les résultats de nos analyses descriptives, les individus qui occupaient un emploi durant cette période avaient une santé mentale plus fragile que ceux sans emploi. Ces résultats rejoignent d'autres résultats de notre étude mesurant l'état psychologique des personnes : les participants en emploi rapportent des niveaux plus élevés de symptômes de dépression, d'anxiété et de stress et ce phénomène est plus prononcé chez les jeunes et les femmes (Cissé et al., 2024).

	TOUS LES CYCLES	CYCLES 1 À 5 MARS 2020 À JUIN 2021	CYCLES 6 ET 7 JUILLET 2021 À JUIN 2022		
			TOUS	SANS-EMPLOI	EN EMPLOI
<b>CORE-6D</b>					
N	11 313	7 477	3 836	1 649	2 187
SCORE	0,742	0,740	0,745	0,789	0,712
<b>SF-6DV2</b>					
N	13 043	9 196	3 847	1 655	2 192
SCORE	0,722	0,715	0,739	0,717	0,756
<b>EQ-5D-5L</b>					
N	11 332	7 491	3 841	1 651	2 190
SCORE	0,827	0,830	0,821	0,810	0,830

Score moyen des indicateurs de la qualité de vie reliée à la santé, mars 2020 à juin 2022  
(Cissé et al., 2024)

Notre étude permet de tirer un bilan partiel des conséquences de la gestion de la pandémie de COVID-19 sur la situation d'emploi et la qualité de vie reliée à la santé des Québécoises et Québécois. Les sept cycles d'enquête se sont échelonnés sur une durée relativement longue couvrant les moments les plus saillants de la gestion de la pandémie. Nos analyses révèlent que la pandémie et les diverses restrictions imposées du début de 2020 jusqu'au printemps 2022 ont eu des effets délétères sur la santé mentale. Cette détérioration de la

santé mentale pourrait avoir affecté la productivité des travailleurs, ce qui traduit l'importance de la prise en compte de la santé mentale dans les milieux professionnels. À l'avenir, les enseignements que nous dégagons de nos analyses pourraient soutenir l'élaboration des politiques en matière de santé publique et des politiques économiques afin de prévenir les effets délétères de chocs similaires à celui de la pandémie sur la population québécoise.

## Références

Cissé, A., Poder, T. G., Bilodeau, J., & Quesnel-Vallée, A. (2024). Emploi, conflit travail-famille et qualité de vie reliée à la santé pendant la pandémie de COVID-19 au Québec (2024RP-22, Rapports de projets, CIRANO.) <https://doi.org/10.54932/QWNE7668>

Institut de la Statistique du Québec (2021). Les effets de la pandémie de COVID-19 sur le marché du travail au Québec : <https://statistique.quebec.ca/fr/document/les-effets-de-la-pandemie-de-covid-19-sur-le-marche-du-travail-au-quebec>

Institut de la Statistique du Québec (2023). Faits saillants du Bilan du marché du travail au Québec en 2022: <https://statistique.quebec.ca/fr/document/etat-du-marche-du-travail-au-quebec/publication/faits-saillants-bilan-marche-travail-quebec-2022>

OCDE (2020). Perspectives de l'emploi de l'OCDE 2020 : Crise du COVID-19 et protection des travailleurs, Éditions OCDE, Paris, <https://doi.org/10.1787/b1547de3-fr>.

Organisation des Nations Unies (2020). La croissance mondiale menacée par l'épidémie de coronavirus, la CNUCED envisage une crise coûteuse. [https://news-un.org/fr/story/2020/03/1063531](https://news.un.org/fr/story/2020/03/1063531)

Poder, T. G., Dufresne, E., He, J., Talba Papité, L., & Borgès Da Silva, R. (2021). Confinement et qualité de vie reliée à la santé : Analyse des effets et des facteurs de risque (2021RP-07, Rapports de projets, CIRANO.) <https://cirano.qc.ca/fr/sommaires/2021RP-07>

World Health Organization (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report – 51, March 11, 2020, <https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19.pdf>

## Pour citer cet article:

Cissé, A., & Poder, T. G. (2025). Les effets délétères sur la santé mentale des mesures de restrictions en période de crise sanitaire (2025PJ-01, Revue PERSPECTIVES, CIRANO.) <https://doi.org/10.54932/AUWM1933>

PERSPECTIVES est la revue de diffusion et de valorisation de la recherche au CIRANO. Rédigés dans une forme accessible à un auditoire élargi, les articles de la revue PERSPECTIVES assurent une visibilité aux travaux et à l'expertise de la communauté de recherche du CIRANO. Comme toute publication CIRANO, les articles sont fondés sur une analyse rigoureusement documentée, réalisée par des chercheuses, chercheurs et Fellows CIRANO.

Les articles publiés dans PERSPECTIVES n'engagent que la seule responsabilité de leurs auteurs.

ISSN 2563-7258 (version en ligne)

Directrice de la publication :  
Nathalie de Marcellis-Warin, Présidente-directrice générale  
Rédactrice en chef :  
Carole Vincent, Directrice de la mobilisation des connaissances

[www.cirano.qc.ca](http://www.cirano.qc.ca)