



13 mai 2020



Bien que la pandémie de COVID-19 soit, avant tout, une crise de santé physique, elle porte également en elle, si aucune mesure n'est prise, les germes d'une crise de santé mentale majeure. Une bonne santé mentale est essentielle au bon fonctionnement de la société en tout temps. Elle doit donc être au cœur de la lutte menée par chaque pays contre la pandémie en vue d'un retour à la normale. Cette crise a eu de graves répercussions sur la santé mentale et sur le bien-être de sociétés entières ; il s'agit donc d'une question prioritaire et urgente.

La détresse psychologique est un problème répandu ; elle touche de nombreuses personnes en raison des effets sanitaires immédiats du virus et des conséquences de l'isolement physique. Beaucoup ont peur d'être infectées, de mourir et de perdre des proches. De nombreuses personnes ont été ou sont physiquement éloignées, notamment de leurs proches. Des millions de personnes sont confrontées à un bouleversement sur le plan économique, puisqu'elles ont perdu ou risquent de perdre leurs sources de revenu et leurs moyens de subsistance. Les informations erronées et les rumeurs qui circulent fréquemment sur le virus et la profonde incertitude qui règne quant à l'avenir sont des sources de dou sont



veiller à ce que la santé mentale soit prise en compte dans la couverture maladie universelle, par exemple en incluant les soins pour les troubles mentaux, neurologiques et liés à l'usage de substances dans les prestations de soins de santé et les régimes d'assurance ;

renforcer les capacités en matière de ressources humaines en vue de la prestation de soins de santé mentale et de services sociaux, par exemple parmi les agents communautaires afin qu'ils puissent apporter un soutien ;

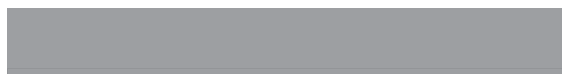
organiser des services de proximité de sorte à protéger et à promouvoir les droits humains, par exemple en associant à la conception des services, ainsi qu'à leur mise en œuvre et à leur suivi, des personnes qui ont une expérience personnelle de ces questions.

La santé mentale est un état de bien-être mental dans lequel les personnes sont capables de surmonter les nombreux stress de la vie, de se réaliser, de fonctionner de manière productive et fructueuse, et de contribuer à la société<sup>1</sup>.

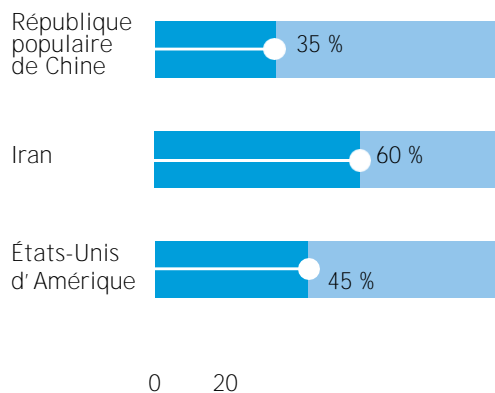
La santé mentale a une grande valeur intrinsèque dans la mesure où elle renvoie à ce qui fait de nous des êtres humains : la façon dont nous interagissons, apprenons, travaillons

et vivons la souffrance et le bonheur, ainsi que notre rapport à autrui. Une bonne santé mentale aide les individus à adopter un comportement sain, qui leur permet de se préserver et de préserver les autres et de rester en bonne santé pendant la période de pandémie. Une bonne santé mentale permet également aux personnes de jouer des rôles

La santé mentale est l'un des domaines de la santé les plus négligés. Malgré l'impact des troubles mentaux sur les personnes, les familles et la société, il n'y a que peu d'investissement dans ce domaine, en particulier dans les services de proximité. Les pays ne consacrent en moyenne que 2 % de leur budget de santé à la santé mentale ; on ne connaît pas la moyenne des dépenses venant d'autres secteurs, mais il est probable qu'elle ne représente qu'une infime partie de ce pourcentage. On estime que l'aide internationale au développement destinée à la santé mentale représente moins de 1 % de l'ensemble de l'aide au développement destinée à la santé<sup>4</sup>, et ce, malgré la comorbidité bien établie des problèmes de santé physique et mentale, notamment en ce qui concerne le VIH/sida et la tuberculose, et maintenant la COVID-19<sup>5</sup>.



Des enquêtes menées en 2020 au niveau national montrent une forte prévalence de la détresse lors de la pandémie de COVID-19









ne sont pas en mesure de faire face à l'augmentation des besoins, tandis que les restrictions de mouvement et la crainte de la contagion entravent la prestation des services. De même, les services de santé mentale en milieu scolaire ont été sérieusement affectés et nombre de ces services ne sont pas en mesure de fournir des soins adéquats en utilisant des méthodes à distance<sup>30</sup>. Les millions d'enfants qui n'étaient déjà plus scolarisés et qui vivent ou travaillent dans la rue et sont régulièrement confrontés à des violations graves et persistantes de leurs droits sont encore plus vulnérables à ces facteurs de stress supplémentaires et n'ont pas accès aux services.

Il doit être prioritaire de maintenir et de renforcer les services et programmes de santé mentale pour prendre en charge les besoins actuels et futurs en la matière et aider à prévenir une détérioration de la situation à l'avenir. Les mesures prises pour faire face à la pandémie sont l'occasion d'améliorer la portée et le rapport coût-efficacité de diverses interventions en matière de santé mentale.

Voici quelques exemples de services de soutien en matière de santé mentale et d'accompagnement psychosocial offerts G[repndre té qage(s)5(a:ETOq323.4

Le soutien en matière de santé mentale et l'accompagnement psychosocial de proximité ont été sérieusement affectés également. Les groupes, les associations et les initiatives de proximité, dans le cadre desquels les gens se retrouvaient régulièrement avant la crise (par exemple, les clubs de personnes âgées, les associations de jeunes, les clubs de sport, les organisations pour les personnes ayant un vécu semblable et leur famille, les groupes d'entraide pour les personnes alcooliques ou pharmacodépendantes et les associations culturelles) – apportant un soutien social, un sens et un sentiment d'appartenance – n'ont pas pu se réunir depuis plusieurs mois<sup>29</sup>.

De nombreuses organisations offrant une protection et un accompagnement psychosocial à telle ou telle population présentant un risque accru (voir section 2)

*suite de la page précédente*

Au Pakistan, une organisation non gouvernementale de santé mentale a dû fermer des centres de formation professionnelle pour des personnes qui ne sont pas autonomes économiquement, mais les personnes souffrant de troubles mentaux qui avaient suivi des cours dans ces centres de formation ont commencé à fabriquer des masques en tissu pour le personnel soignant en signe de solidarité avec leur communauté.

Au Nigéria, l'association des psychiatres, l'association des infirmiers et infirmières psychiatriques, des professionnels de la santé clinique ainsi que d'importantes organisations non gouvernementales de santé mentale se sont réunis pour former un partenariat en cette période de pandémie de COVID-19. Ils travaillent avec le gouvernement et la société civile pour offrir des formations sur la santé mentale, la téléthérapie et la recherche.

personnes âgées isolées pour les aider dans leur vie quotidienne et les sortir de leur solitude. De nombreux établissements de soins de longue durée ont mis en place des moyens permettant aux résidents de parler avec les membres de leur famille afin qu'ils maintiennent le lien avec eux et aient un soutien. Les applaudissements et les acclamations destinés au personnel soignant de première ligne tous les soirs à la même heure depuis les fenêtres et les balcons dans les villes de nombreux pays témoignent de la solidarité que beaucoup ressentent et cherchent 29 que beaucoup ressentent et

Une grande partie de la souffrance causée par la pandémie de COVID-19 est due aux répercussions que la distanciation physique a sur les liens sociaux. Mais cela ne signifie pas qu'il n'y a pas de résilience. De nombreuses formules d'accompagnement de proximité ont fait leur apparition. En effet, toutes les populations même celles qui sont touchées par d'horribles difficultés portent en elles naturellement des formes de soutien psychosocial et des sources de résilience.

Partout dans le monde, les gens font preuve de solidarité et offrent un soutien psychosocial informel pour se soutenir les uns les autres.

Il existe de nombreux exemples dans le monde entier de jeunes adultes qui vont vers des



En outre, les personnes âgées sont souvent victimes de stigmatisation et de maltraitance. L'ONU a publié une note de synthèse sur les personnes âgées et la COVID-19, qui comporte des recommandations sur la manière de répondre aux besoins de ce groupe de population<sup>40</sup>.

Selon des informations émanant de parents italiens et espagnols, le confinement a eu une incidence sur l'état émotionnel et le comportement de nombreux enfants<sup>41</sup>, sans compter que les enfants, y compris les adolescents, sont particulièrement exposés aux mauvais traitements pendant la pandémie. Les enfants handicapés, les enfants vivant dans des endroits surpeuplés et ceux qui vivent et travaillent d( )-5(Les )]c59









La santé mentale doit bénéficier d'un investissement global beaucoup plus important. La santé mentale est largement sous-financée ; c'est un problème permanent qui touche tous les domaines de la santé, les services sociaux, l'éducation et d'autres secteurs. Les pays ne consacrent en moyenne que 2 % de leur budget de santé à la santé mentale. Compte tenu des besoins accrus à long terme causés par la pandémie, le moment est venu de s'attaquer aux inégalités et d'

dans le cadre des mesures prises pour lutter contre la COVID-19<sup>60</sup>.

Les capacités du personnel doivent être renforcées dans les secteurs de la santé, des services sociaux et de l'éducation pour assurer une prise en charge adéquate de la santé mentale, en particulier dans les pays à revenu faible ou intermédiaire. Les programmes fondés sur des données empiriques qui favorisent le bien-être psychosocial doivent être financés de manière appropriée. Les situations d'urgence peuvent servir de catalyseur pour reconstruire en mieux les services de santé mentale et les rendre pérennes<sup>61</sup>. Les personnes ayant connu des troubles mentaux devraient être associées au renforcement des services de santé mentale. Les investissements réalisés maintenant permettront de réduire l'impact de la COVID-19 sur la santé



