

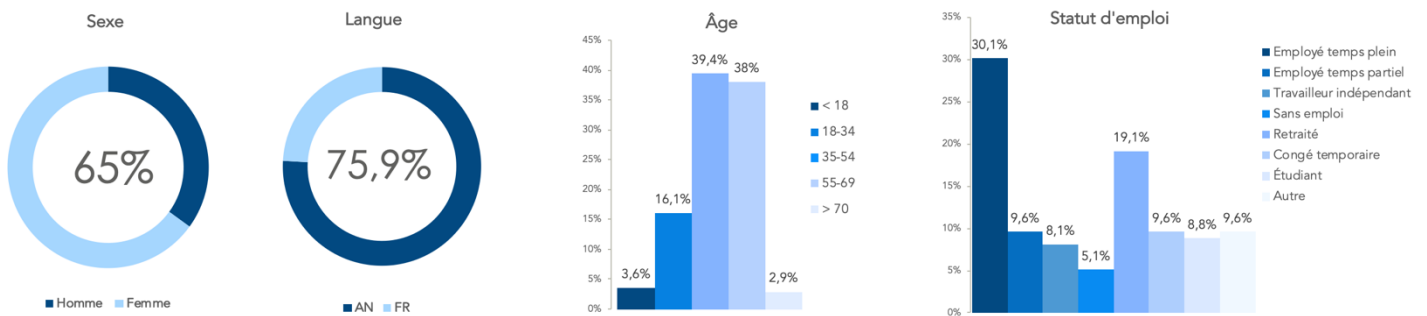
Bref rapport aux participants no1

IMPACT DE LA PANDÉMIE DE COVID-19 SUR LES HABITUDES DE VIE ET LA SANTÉ MENTALE DES PERSONNES IMMUNOSUPPRIMÉES ET LEURS PROCHES

Chercheurs: **Isabelle Doré, PhD**, UdeM, CRCHUM, CDTRP; **Mélanie Dieudé, PhD**, UdeM, CRCHUM, CDTRP; **Sylvain Bédard**, CRCHUM, CDTRP

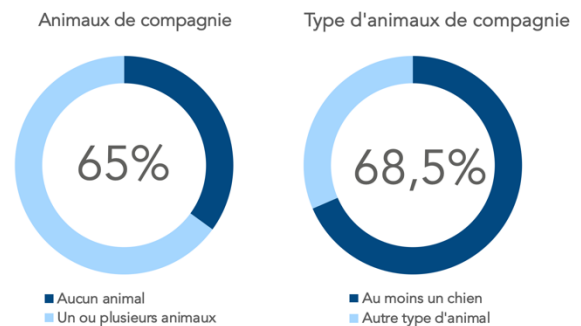
Ce projet de recherche vise à fournir une meilleure compréhension de l'impact de la COVID-19 et des mesures de distanciation sur les habitudes de vie et la santé mentale des personnes immunosupprimées et leurs proches. **137 participants** ont complété un premier questionnaire entre les mois de mai et août 2020 (merci à tous!). Dans ce rapport, nous présentons des résultats préliminaires incluant les profils sociodémographiques et cliniques des participants, les habitudes de vie, les animaux de compagnie et la santé mentale.

PROFIL SOCIODÉMOGRAPHIQUE



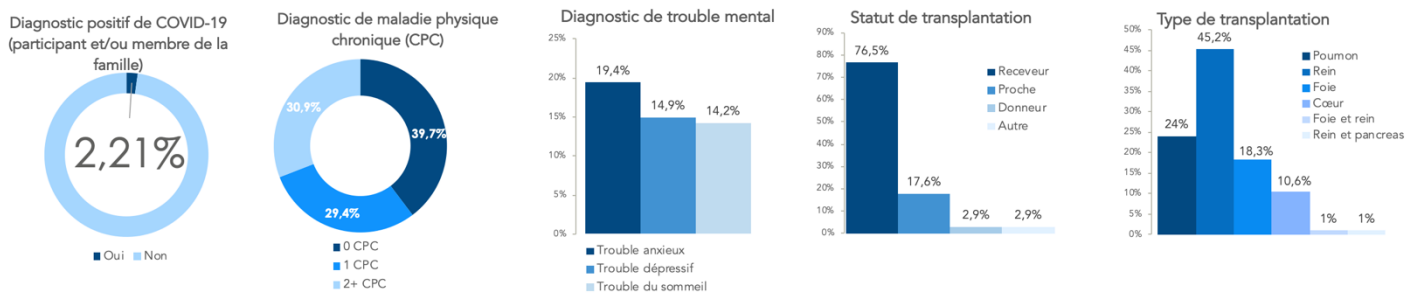
La majorité des participants sont des femmes (65%) et la plupart parlent anglais (75.9%). Les participants sont issus d'une diversité de groupe d'âge et leur statut d'emploi est varié.

Au total, **89 participants (65%) ont un ou plusieurs** animaux de compagnie. Parmi ceux-ci, 68.5% ont mentionné avoir un ou plusieurs chien(s), 27% un ou plusieurs chat(s) et 15.7% ont mentionné avoir chien(s) et chat(s).



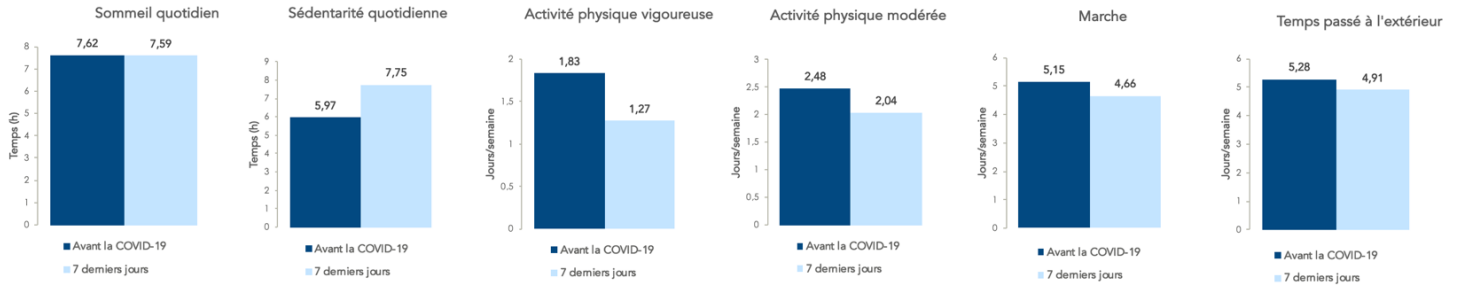
PROFIL CLINIQUE

Les trois-quarts (76.5%) des participants étaient **receveurs** de greffes, de tissus ou de cellules souches, 17,6% étaient **membres de la famille ou proches** d'un greffé, d'un receveur ou d'un donneur de tissus ou de cellules souches, 2,9% étaient **donneurs** d'organe, de tissu ou de cellules souches et 2,9% étaient **immunosupprimés pour d'autres raisons**. Parmi les 104 participants ayant reçu une transplantation, 45,2% ont eu une transplantation rénale. Le nombre d'années depuis la première transplantation varie de 2 mois à 37 ans. 2,2% des participants ont déclaré avoir reçu un diagnostic positif (ou un membre de leur famille) de COVID-19, 60,3% des participants ont déclaré avoir reçu un diagnostic d'au moins une maladie physique chronique et 34,3% des participants ont rapporté avoir reçu un diagnostic d'au moins un trouble mental. Voir les figures ci-dessous pour plus de détails.



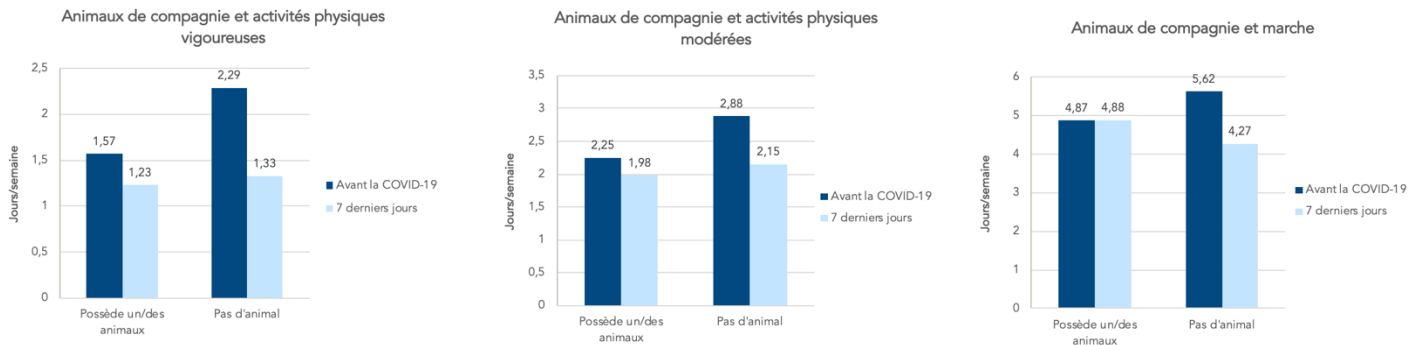
DEPUIS LA COVID-19... AUGMENTATION DE LA SEDENTARITÉ ET DIMINUTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Après le début de la pandémie de COVID-19, le **temps sédentaire moyen a augmenté** et les **activités physiques vigoureuses** (c.-à-d. les activités telles que l'aérobie et le cyclisme rapide qui demandent un effort physique intense et font transpirer et respirer beaucoup plus fort que la normale), les **activités physiques modérées** (c.-à-d. les activités nécessitant des efforts physiques modérés comme le jogging, le vélo à un rythme régulier ou le tennis en double) et la **marche** ont **diminué**. De manière similaire, le **temps passé à l'extérieur**, qui comprend des activités telles que se promener, travailler dans le jardin, dîner à l'extérieur, faire de la voile, a également **diminué**.



AVOIR UN ANIMAL DE COMPAGNIE AIDE À MAINTENIR LE NIVEAU D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

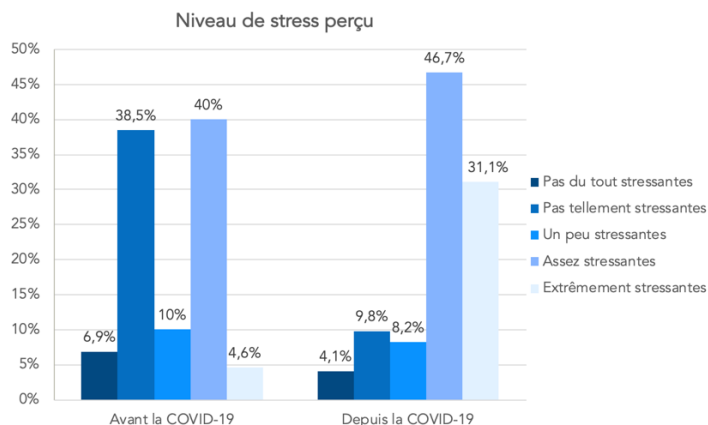
Nous avons comparé le niveau d'activité physique (activités vigoureuse et modérée ainsi que la marche) avant la COVID-19 et au cours des sept derniers jours entre des groupes de participants **ayant/n'ayant pas** d'animaux de compagnie. Les figures ci-dessous illustrent une diminution plus faible des activités physiques vigoureuse et modérée comparativement aux participants n'ayant pas d'animal de compagnie avant et depuis la COVID-19. De plus, aucune réduction de la fréquence de marche n'est observée chez les personnes ayant un animal de compagnie contrairement aux participants n'ayant pas d'animal de compagnie.



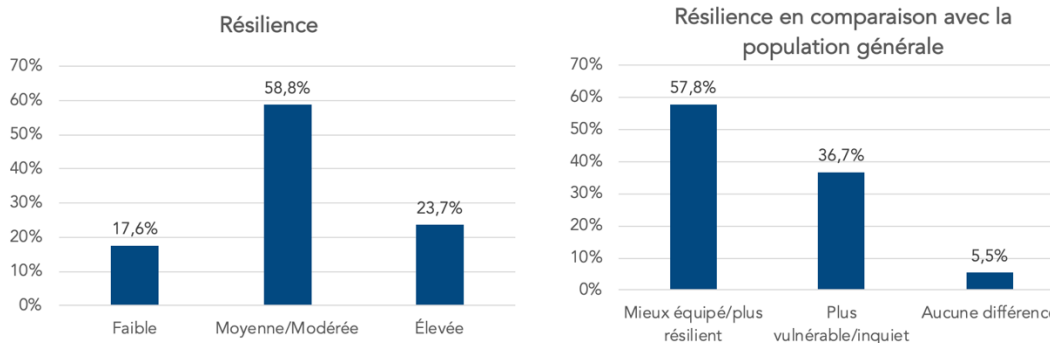
LES INDICATEURS DE SANTÉ MENTALE

Le **niveau de stress**¹ a été évalué avant et depuis le début de la pandémie.

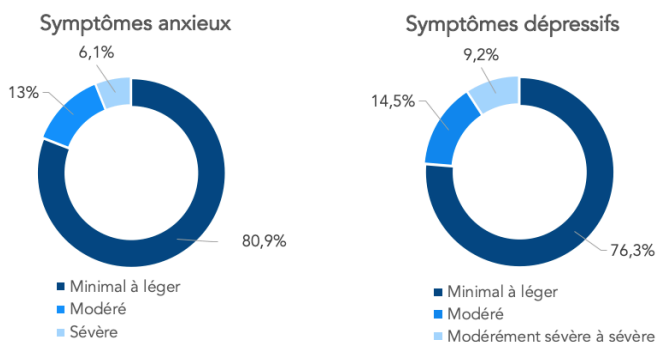
La figure nous indique que depuis le début de la pandémie de COVID-19, le nombre de participants ayant rapporté que la plupart de leurs journées étaient **assez ou extrêmement stressantes a augmenté**.



La **résilience**² fait référence à la capacité à faire face aux situations stressantes, difficiles. Selon la classification proposée dans la littérature, 17,6% des participants à notre étude ont un faible niveau de résilience et 23,7% ont une **résilience élevée**. De plus, 57,8% des participants ont déclaré se percevoir comme étant **plus résilients/mieux équipés** que le reste de la population.



Respectivement 13% et 6,1% des participants déclarent ressentir des **symptômes d'anxiété modérés et sévères** au cours de la dernière semaine. De manière similaire, 14,5% et 9,2% des participants à l'étude ont rapporté des **symptômes dépressifs modérés et modérément sévères à sévères**, respectivement.



Merci à tous les participants!

Si vous avez des questions ou des commentaires, n'hésitez pas à nous contacter au courriel suivant: stephanie.lariviere-beaudoin.chum@ssss.gouv.qc.ca

¹ Le niveau de stress a été évalué à l'aide d'une échelle de Likert à 5 points qui mesure le niveau de stress perçu des participants. Les participants devaient répondre de 1 (*Pas stressant*) à 5 (*Extrêmement stressant*).

² La résilience a été évaluée à l'aide de l'échelle brève de résilience à 6 points (BRS-6). Les participants doivent indiquer dans quelle mesure ils sont en accord avec chacun des énoncés, Les réponses varient de 1 (*Fortement en désaccord*) à 5 (*Fortement en accord*). Les scores moyens de 1,00 à 2,99 indiquent une résilience faible, de 3,00 à 4,30 une résilience modérée et de 4,31 à 5,00 une résilience élevée.

³ Les symptômes d'anxiété ont été évalués à l'aide d'une échelle brève d'auto-évaluation, le GAD-7, qui mesure les symptômes anxieux à l'aide de 7 items. Cette échelle demande aux participants à quelle fréquence, au cours de la dernière semaine, les patients ont été dérangés par différents symptômes tels que l'inquiétude ou la peur. Les participants doivent répondre sur une échelle de 0 (*Jamais*) à 3 (*Presque ou tous les jours*).

⁴ Les symptômes de dépression ont été évalués à l'aide du questionnaire PHQ-9 qui mesure les symptômes dépressifs à l'aide de 9 items. Chaque item est évalué sur une échelle de 0 (*Jamais*) à 3 (*Presque ou tous les jours*). Le score total peut varier de 0 à 27; un score plus élevé indique une plus grande sévérité des symptômes dépressifs. Un score total de 0 à 4 représente aucun symptôme/symptômes minimales, un score de 5 à 9 des symptômes légers, 10 à 14 des symptômes modérés, 15 à 19 des symptômes modérément sévères et 20 à 27 des symptômes sévères.