

Troubles comportementaux et émotionnels chez les enfants durant l'épidémie de Covid-19

W Jiao & collaborateurs : article publié dans la revue *The Journal of Pediatrics* du 13 mars

› Lien vers le PDF : [https://www.jpeds.com/article/S0022-3476\(20\)30336-X/pdf](https://www.jpeds.com/article/S0022-3476(20)30336-X/pdf)

Considérations liées à la santé mentale des enfants confinés en raison du Covid-19

JJ Liu & collaborateurs : article publié dans la revue *Lancet Child and adolescent health* du 27 mars

› Lien vers le PDF : <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2352-4642%2820%2930096-1>

Protéger la santé psychologique des enfants grâce à une communication efficace sur le Covid-19

L Dalton & collaborateurs : article publié dans la revue *Lancet Child and adolescent health* du 31 mars

› Lien vers le PDF : <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2352-4642%2820%2930097-3>

Atténuer les effets du confinement des enfants durant l'épidémie de Covid-19

G Wang & collaborateurs : article publié dans la revue *Lancet* du 4 mars 2020

› Lien vers le PDF : <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2820%2930547-X>

Quel est le propos de ces publications scientifiques ?

Les publications sélectionnées présentent les résultats disponibles sur l'impact psychologique de l'épidémie de Covid-19 et du confinement sur les enfants et discutent des mesures qui peuvent être adoptées pour prévenir l'apparition de troubles.

Que nous apprennent ces publications ?

Différentes études réalisées lors d'épidémies précédentes ont mis en évidence un impact psychologique important sur les enfants, pouvant persister pendant plusieurs années et favoriser l'apparition de troubles psychiatriques à l'âge adulte. Certains facteurs aggravant ont été identifiés, comme l'expérience d'un confinement long, le manque de contacts avec les amis et professeurs, la promiscuité et le manque de place dans son logement, des difficultés financières familiales ou le fait d'être insuffisamment informé sur l'épidémie. Les premiers résultats disponibles concernant l'épidémie de Covid-19 suggèrent que les enfants et les adolescents résidant en Chine ont développé des troubles émotionnels et comportementaux importants pendant l'épidémie. Ces troubles se sont notamment manifestés par la présence de troubles du sommeil (dont les cauchemars), d'une perte d'appétit, des troubles de l'attention et de la concentration, une irritabilité et une agitation, mais aussi par le fait d'accaparer ses parents ou de refuser d'aborder le sujet de l'épidémie et de la santé de ses proches avec sa famille.

Les enfants séparés de leurs familles (par exemple, les enfants infectés au Covid-19 et hospitalisés), ceux dont au moins un des parents est décédé ou a souffert du Covid-19, mais aussi les enfants résidant dans les zones les plus touchées par l'épidémie, ont été les plus affectés sur le plan psychologique.

Que faut-il retenir de ces publications ? Que peut-on en tirer comme leçons ?

Les premiers résultats disponibles suggèrent que les enfants peuvent développer de nombreux troubles émotionnels et comportementaux liés à l'épidémie de Covid-19.

Différentes mesures peuvent être mises en place par les familles et les autorités sanitaires pour limiter l'impact psychologique du confinement et de l'épidémie sur les enfants :

➤ **Communication sur le Covid-19** : les parents doivent parler franchement avec les enfants de l'épidémie et des changements dans leur vie quotidienne, en tenant compte de l'âge et du niveau de compréhension des enfants. Ils ne doivent pas hésiter à parler avec leurs enfants de ce qui leur fait peur ou les préoccupe. Les autorités devraient développer des supports d'information sur le covid-19 pour aider les parents à répondre aux questions que leurs enfants se posent, en fonction de leurs âges (vidéos courtes, bandes dessinées...);

➤ **Activités bénéfiques pour la santé et le bien-être des enfants** : il est conseillé de proposer des activités aux enfants pour les aider à faire face à cette situation difficile, comme des jeux ou activités familiales (jeux de société, cuisine...) pour limiter l'ennui et la solitude : ces activités peuvent inclure une activité physique, ou encore des activités de chant et de relaxation limitant le stress et les angoisses.

➤ **Maintien des contacts sociaux** : des contacts avec la famille et les amis des enfants doivent être maintenus dans la mesure du possible. L'école a également un rôle à jouer : les professeurs doivent essayer de maintenir des interactions avec les élèves et être à leur écoute.

➤ **Repérage et prise en charge des troubles psychologiques** : les soignants en contact avec les enfants (notamment les enfants atteints ou dont l'un des parents est atteint par le Covid) doivent être sensibilisés aux signes de troubles psychologiques chez les enfants et sur les orientations possibles.