

## Si une personne a ou pourrait avoir la COVID-19, est-ce que l'isolement aide à freiner de nouvelles infections? Comment sa santé mentale est-elle affectée?

Résumé des conclusions jusqu'en mars 2023

Simon L. Bacon; Nana Wu; Keven Joyal-Desmarais; Jessica Burdick; Comfort T. Sanuade; Ariany Marques Vieira; Laurence Paquet; Mohit H. Jagwani; Johanne O'Malley; Cynthia Lisée, patiente partenaire; Emilie Rufay, patiente partenaire; au nom du groupe META.

### Pourquoi avons-nous besoin de connaître les effets de l'isolement?

Pour aider à empêcher la propagation de la COVID-19, les gens devraient rester à l'écart des autres lorsqu'ils en sont atteints ou pensent qu'ils pourraient l'être. Les gens devraient aussi rester à l'écart des autres s'ils ont été à proximité de quelqu'un qui a la COVID-19. C'est ce qu'on appelle la « quarantaine » ou « l'isolement ».

Le problème est qu'il est difficile de s'isoler. Cela peut empêcher les gens de travailler et affecter leurs revenus. Cela peut également affecter leur santé mentale. Nous avons besoin de savoir combien de temps les gens devraient rester isolés pour réduire les nouvelles infections et comprendre comment cela pourrait affecter leur vie. Cela pourrait aider les gens à décider s'ils doivent rester isolés et pendant combien de temps.

### À quelles questions voulions-nous répondre?

Nous voulions répondre à deux questions :

- (1) Combien de temps une personne devrait-elle s'isoler en raison de la COVID-19 pour aider à réduire la propagation de la COVID-19, et;
- (2) Comment ces mesures pourraient-elles affecter la santé mentale des gens?

### Comment avons-nous répondu à ces questions?

Lorsque des études scientifiques sont réalisées, leurs résultats sont conservés dans des bases de données. Nous avons cherché parmi plusieurs de ces bases de données et recueilli toutes les études que nous avons pu trouver sur l'impact de l'isolement en raison de la COVID-19 sur (1) le contrôle de la propagation de la COVID-19 et (2) la santé mentale des gens. Notre équipe s'est concentrée sur des études qui ont :

- Comparé des personnes qui se sont isolées en raison de la COVID-19 par rapport à des personnes qui ne l'ont pas fait (ou qui l'ont fait mais seulement pendant une durée déterminée); et
- Examiné la propagation de la COVID-19 et/ou les changements au niveau de la santé mentale des gens.

Nous avons ensuite combiné toutes les données de ces études.

### Qu'avons-nous appris?

Nous n'avons trouvé qu'un petit nombre d'études portant sur l'impact de l'isolement en raison de la COVID-19 sur la santé mentale des gens. Certaines ont constaté que l'isolement en raison de la COVID-19 entraînait une détérioration de la santé mentale, tel qu'un niveau de stress plus élevé. D'autres études n'ont trouvé aucune différence. Il est probable que l'isolement puisse affecter la santé mentale de certaines personnes, mais que les effets dépendent de la personne.

Nous avons également trouvé des études qui utilisaient des simulations de monde virtuel pour tester les effets de l'isolement en raison de la COVID-19. Celles-ci ont constaté que l'isolement en raison de la COVID-19 peut aider à réduire les infections. Elles ont également montré que les gens n'ont pas besoin de s'isoler aussi longtemps s'ils se font tester ou s'ils sont vaccinés pour la COVID-19, mais il n'y avait pas de règle claire pour déterminer la durée optimale de l'isolement.

**Conclusions :** L'isolement peut aider à contenir la propagation de la COVID-19, mais il est important de trouver un équilibre entre la durée de l'isolement et ses impacts sur la santé mentale des gens. Malheureusement, les études actuellement disponibles ne nous en disent pas assez sur la durée optimale de cet isolement. Nous n'avons pas non plus trouvé de données adéquates sur les impacts financiers de l'isolement.

Les études actuellement disponibles présentaient également de nombreux problèmes liés à la qualité, c'est-à-dire à la manière dont elles ont été conçues, développées et/ou menées. Des études de meilleure qualité sont nécessaires pour mieux répondre aux questions auxquelles nous avons tenté de répondre.

Ce résumé est basé sur un rapport plus détaillé qui peut être consulté ici :

[https://www.mcmasterforum.org/docs/default-source/product-documents/living-evidence-syntheses/covid-19-living-evidence-synthesis-13.2---effectiveness-of-quarantine-and-isolation-for-reducing-transmission-of-covid-19.pdf?sfvrsn=7a4dbf1\\_8](https://www.mcmasterforum.org/docs/default-source/product-documents/living-evidence-syntheses/covid-19-living-evidence-synthesis-13.2---effectiveness-of-quarantine-and-isolation-for-reducing-transmission-of-covid-19.pdf?sfvrsn=7a4dbf1_8)

---

*Le COVID-19 Evidence Network to Support Decision-making (COVID-END) est financé par un investissement du gouvernement du Canada par l'entremise des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC). COVID-END au Canada prépare des revues rapides comme celle-ci afin d'aider les décideurs canadiens à relever des défis sans précédent liés à la pandémie de COVID-19. Les opinions, les résultats et les conclusions sont ceux de l'équipe qui a résumé les données probantes et sont indépendants du gouvernement du Canada et des IRSC. Aucune approbation du gouvernement du Canada ou des IRSC n'est prévue ou ne devrait être déduite.*