

COHORTE BELGE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE (BELHEALTH)

Bulletin n°2
Mai 2023



BELHEALTH
BELGIAN HEALTH AND WELLBEING COHORT

Auteurs :

Helena Bruggeman

Gwendoline Nélis

Lydia Gisle

Co-auteurs :

Finaba Berete

Elise Braekman

Rana Charafeddine

Stefaan Demarest

Marc Dispas

Sabine Driekens

Lize Hermans

Pierre Smith

Johan Van der Heyden

Table des matières

| | |
|--|----|
| 1. Introduction | 2 |
| 2. Profil des participants | 3 |
| 3. Anxiété | 4 |
| 4. Dépression | 5 |
| 5. Santé (mentale) subjective | 6 |
| 6. Idées suicidaires et tentatives de suicide | 7 |
| 7. Utilisation de médicaments psychotropes | 8 |
| 8. Utilisation et accès aux soins de santé mentale | 9 |
| 9. Perception envers la santé mentale | 11 |
| 10. Préoccupations spécifiques | 12 |
| 11. Satisfaction des contacts sociaux | 14 |
| 12. Soutien social | 15 |
| 13. Consommation d'alcool | 16 |
| 14. Consommation de tabac | 19 |
| 15. Conclusion | 21 |

Introduction

La Cohorte Belge Santé et Bien-être (BELHEALTH) est une étude longitudinale qui vise à suivre, comme son nom l'indique, la santé et le bien-être d'un large échantillon de la population de Belgique pendant une durée minimale de deux ans. Tous les trois mois, une enquête par internet est envoyée aux mêmes participants pour collecter des données sur leur état de bien-être physique et mental, ainsi que sur des aspects qui pourraient l'influencer. L'objectif de cette étude est d'informer les autorités sanitaires sur l'évolution des besoins des citoyens en matière de santé mentale et de repérer les groupes qui éprouvent le plus de difficultés - et qui nécessitent une aide prioritaire - face aux bouleversements que nos sociétés traversent. L'étude BELHEALTH s'inscrit dans la continuité des 11 enquêtes de santé COVID-19 menées pendant la crise sanitaire, et a pu compter sur 11.560 participants issus de celles-ci pour composer la présente cohorte. La première enquête BELHEALTH s'est déroulée en octobre 2022 et la deuxième a été réalisée en février 2023. Parce que certains groupes étaient sous-représentés dans la cohorte de base (par exemple, les hommes, jeunes adultes, résidents de Wallonie), nous avons envoyé des invitations postales ciblées pour les compléter afin d'être le plus représentatif possible de la population générale. Au total, 831 personnes supplémentaires ont été recrutées, portant la cohorte à 12.391 adultes.

Message à nos participants

Nous tenons à remercier les 8.346 participants qui ont pris part à cette deuxième enquête BELHEALTH. Parmi eux se trouvent les « nouvelles recrues » ayant rejoint l'étude grâce aux invitations ciblées, et nous leur souhaitons la bienvenue ; nous apprécions votre confiance et votre collaboration ! Enfin, nous voulons exprimer notre profonde gratitude envers ceux et celles qui participent loyalement à nos enquêtes depuis plus de deux ans déjà. Nous comprenons que certaines questions sur la santé mentale puissent lasser, mais il est crucial de maintenir les mêmes échelles à des fins de comparaison dans le temps et d'analyse de changements. La prochaine enquête BELHEALTH sera mise en ligne en juin 2023. Nous vous en informerons par e-mail. Les résultats sont disponibles sur le [site de la cohorte](#).



Participants enquête n°2
N = 8346



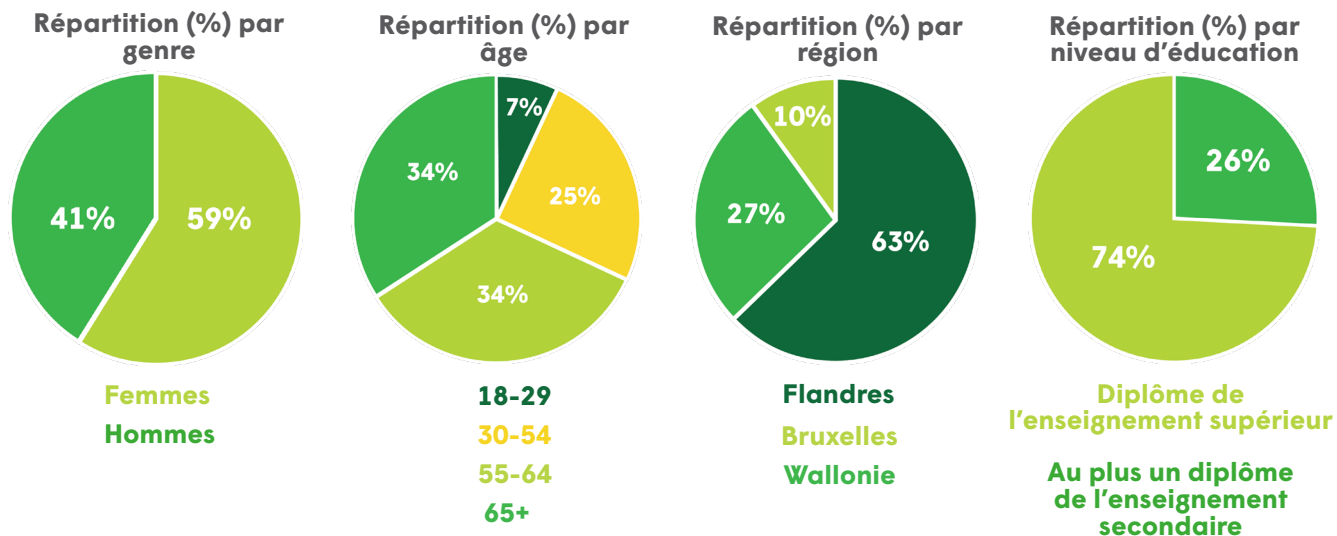
Mode de collecte des données
Enquête en ligne



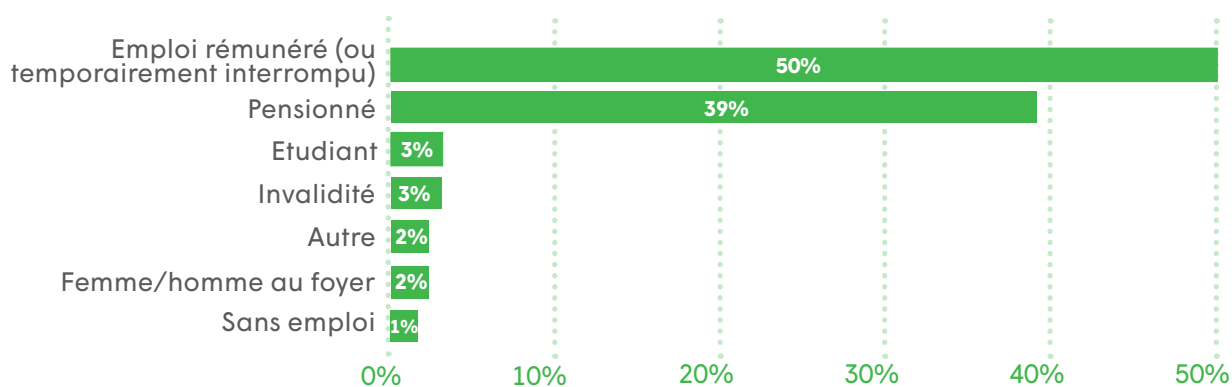
Période
6-27 février 2023

Profil des participants

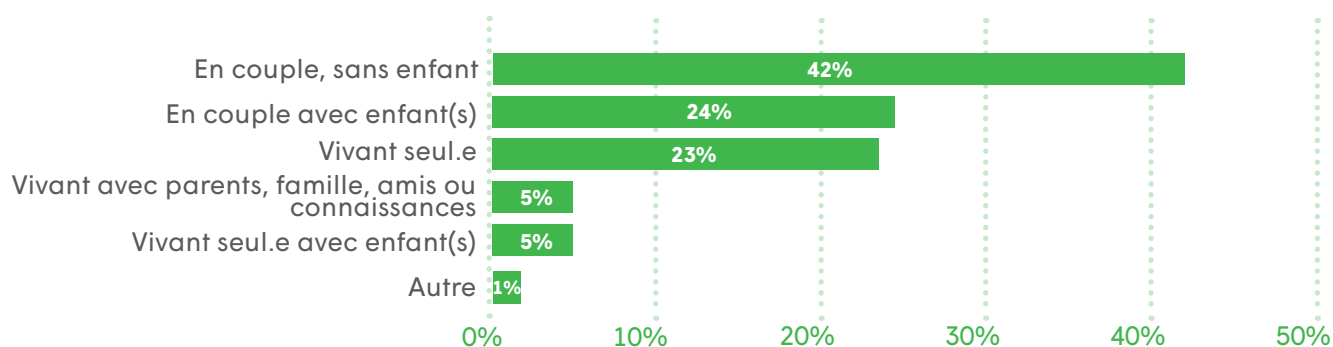
L'échantillon comprend 8346 participants au total.



Répartition (%) par situation professionnelle



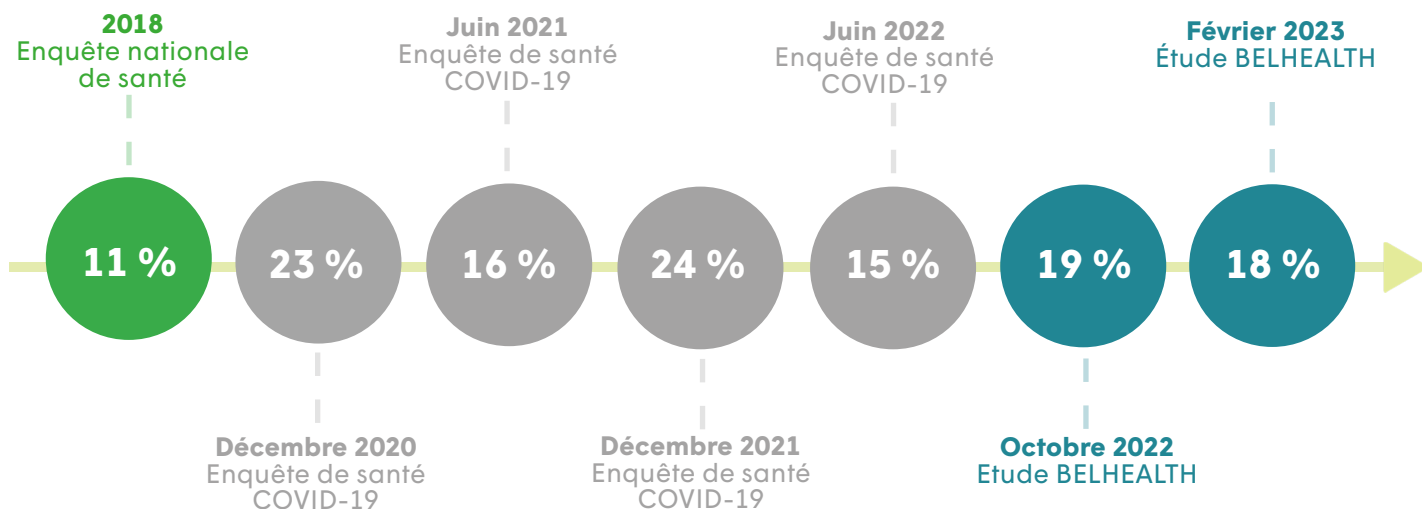
Répartition (%) par type de ménage



Comme certains groupes sont toujours quelque peu sous-représentés dans notre échantillon (par exemple, les jeunes), des facteurs de pondération sont appliqués au moment des analyses. Des informations méthodologiques supplémentaires peuvent être consultées dans [ce document](#).

Anxiété

% de personnes (de 18 ans et plus) ayant un trouble anxieux (mesuré avec l'échelle GAD-7). Enquête de Santé 2018, Enquêtes de Santé COVID-19 2020-2022 et Étude BELHEALTH 2022-2023, Belgique



Le pourcentage de personnes ayant un trouble anxieux n'a pas beaucoup changé entre octobre 2022 (19 %) et février 2023 (18 %) : la différence n'est pas statistiquement significative après contrôle pour l'âge et le sexe. Cependant, ce pourcentage reste significativement plus élevé que les niveaux pré-pandémiques signalés en 2018 (11 %).

Pas tous égaux

Tous les adultes n'ont pas le même risque de développer des problèmes de santé mentale. Ces risques varient en fonction de facteurs tels que l'âge, le sexe, le niveau d'éducation, etc.

Aperçu des inégalités



AGE

Les jeunes de 18 à 29 ans étaient plus susceptibles de présenter un trouble anxieux généralisé (24 %) que les personnes âgées de 50 à 64 ans (18 %) ou celles de 65 ans et plus (10 %).



ÉDUCATION

Les personnes ayant tout au plus un diplôme d'études secondaires étaient plus susceptibles d'avoir des symptômes d'anxiété (20 %) par rapport aux personnes ayant un diplôme de l'enseignement supérieur (15 %).



RÉGION

Les personnes vivant en Wallonie étaient plus susceptibles (22 %) de présenter des symptômes d'anxiété que les personnes vivant en Flandre (16 %).



TYPE DE MÉNAGE

Les personnes qui vivent en couple avec enfant(s) étaient moins susceptibles d'avoir de l'anxiété (17 %) que les personnes vivant seules sans (18 %) ou avec enfant(s) (27 %).



SITUATION PROFESSIONNELLE

Les personnes ayant un emploi rémunéré étaient moins susceptibles d'avoir des symptômes d'anxiété (19 %) que les personnes en invalidité (39 %).

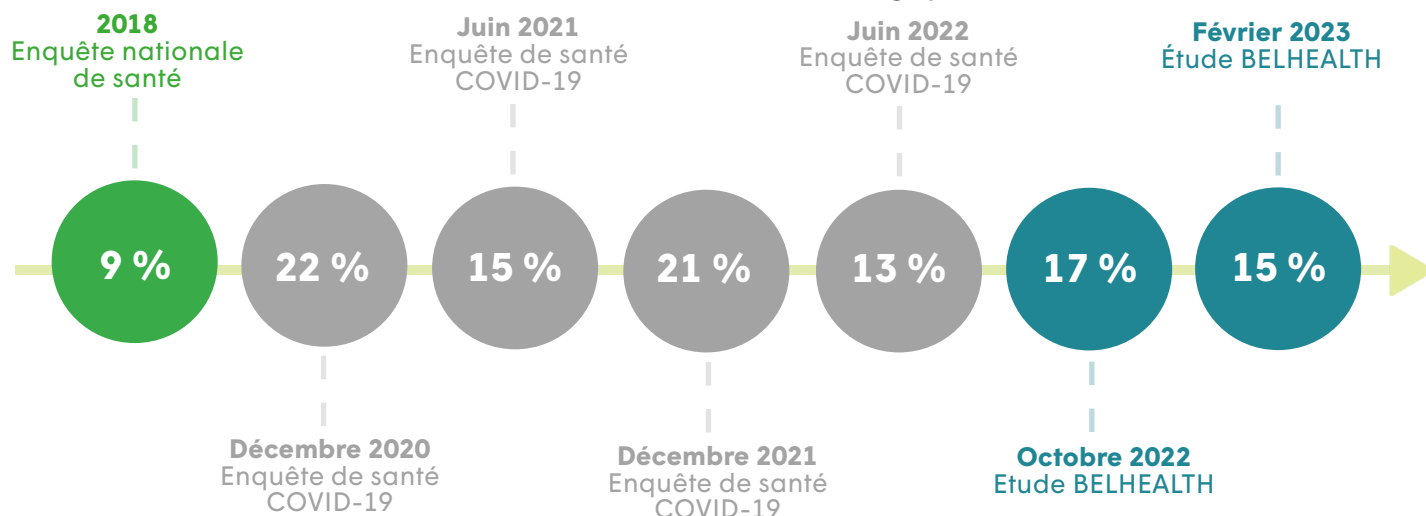


SITUATION FINANCIÈRE

Les personnes qui ont (beaucoup) de difficultés à joindre les deux bouts étaient plus susceptibles de présenter des symptômes d'anxiété (39 %) que celles qui trouvent cela peu difficile (17 %) voire très facile (9 %).

Dépression

% de personnes (de 18 ans et plus) souffrant d'un trouble dépressif (mesuré avec l'échelle PHQ-9). Enquête de Santé 2018, Enquêtes de Santé COVID-19 2020-2022 et Étude BELHEALTH 2022-2023, Belgique



Le pourcentage de personnes souffrant de dépression n'a pas beaucoup changé entre octobre 2022 (17 %) et février 2023 (15 %) : la différence n'est pas statistiquement significative après contrôle pour l'âge et sexe. Cependant, ce pourcentage reste significativement plus élevé que les niveaux pré-pandémiques rapportés en 2018 (9 %).

Pas tous égaux

Tous les adultes n'ont pas le même risque de développer des problèmes de santé mentale. Ces risques varient en fonction de facteurs tels que l'âge, le sexe, le niveau d'éducation, etc.

Aperçu des inégalités



AGE

Les personnes âgées de 18 à 29 ans étaient plus susceptibles de présenter des symptômes de dépression (20 %) que les personnes âgées de 50 à 64 ans (15 %) ou celles de 65 ans et plus (9 %).



ÉDUCATION

Les personnes ayant tout au plus un diplôme d'enseignement secondaire étaient plus susceptibles d'avoir des symptômes de dépression (17 %) que les personnes ayant un diplôme de l'enseignement supérieur (12 %).



RÉGION

Les personnes vivant en Wallonie étaient plus susceptibles (22 %) de présenter des symptômes de dépression que les personnes vivant en Flandre (16 %).



TYPE DE MÉNAGE

Les personnes vivant en couple sans (11 %) ou avec (13 %) enfants étaient moins susceptibles d'avoir des symptômes de dépression que les personnes vivant seules sans (19 %) ou avec (20 %) enfants.



SITUATION PROFESSIONNELLE

Les personnes qui ont un travail rémunéré étaient moins susceptibles d'avoir des symptômes de dépression (15 %) par rapport aux personnes sans emploi (24 %) ou en invalidité (36 %).

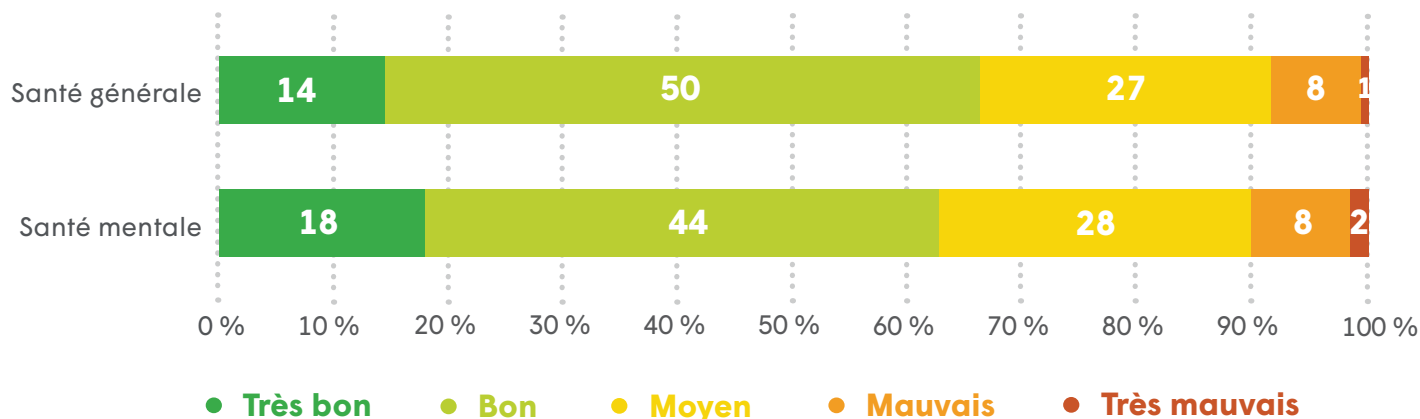


SITUATION FINANCIÈRE

Les personnes qui ont beaucoup de difficulté à joindre les deux bouts sont plus susceptibles de présenter des symptômes de dépression (35 %) que celles qui trouvent cela peu difficile (14 %) ou très facile (7 %).

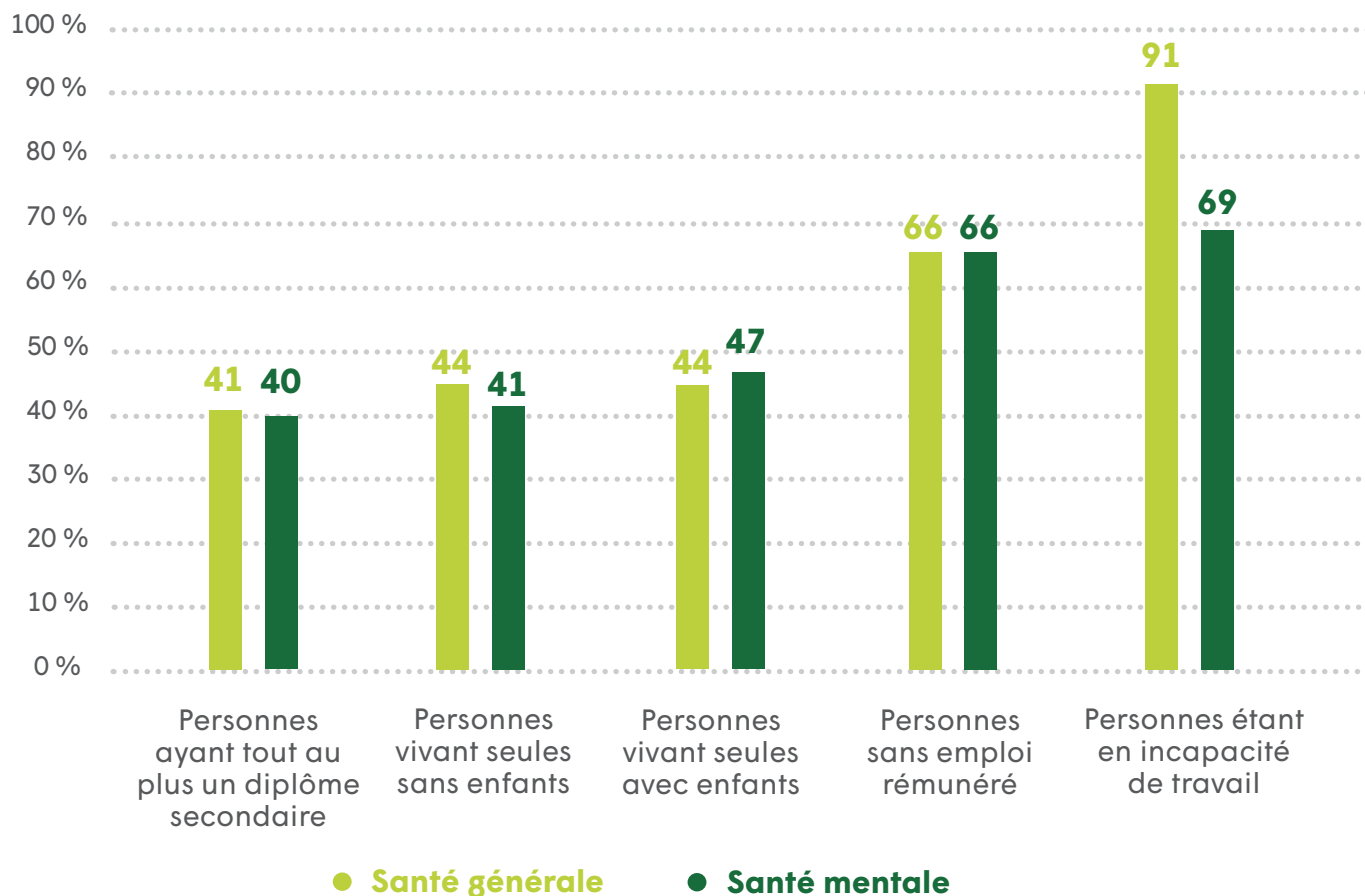
Santé (mentale) subjective

Les participants ont été invités à évaluer leur état de santé général et leur santé mentale sur une échelle à 5 points allant de "très bon" à "très mauvais".



Les résultats de février 2023 montrent que 64 % et 62 % des adultes jugent leur santé et santé mentale comme (très) bonne. Les personnes rapportant des faibles scores de santé générale étaient plus nombreuses parmi les 50 à 64 ans (42%), et celles rapportant de faibles scores de santé mentale étaient plus nombreuses du côté des jeunes de 18 à 29 ans (48 %) et des femmes

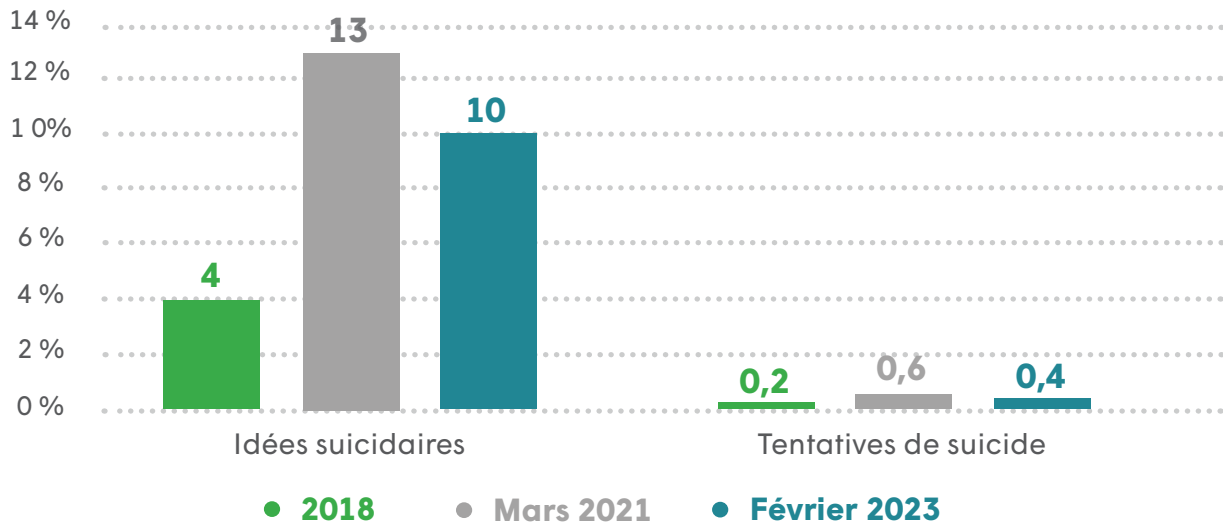
Proportion des personnes (de 18 ans et plus) percevant leur état de santé comme moyen, mauvais ou très mauvais parmi quelques sous-groupes à risque.



Idées suicidaires et tentatives de suicide

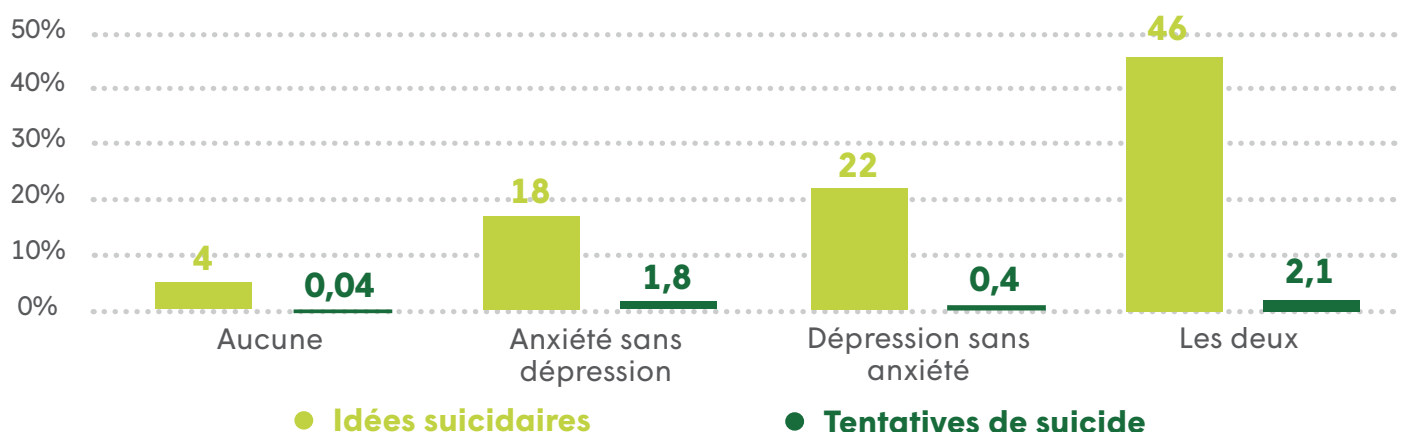
Il a été demandé aux participants s'ils avaient pensé mettre fin à leur vie, voire tenté de le faire, au cours des 12 derniers mois.

Proportion (%) des personnes (de 18 ans et plus) qui ont présenté des tendances au suicide dans les 12 derniers mois, Enquête de Santé 2018, 6^e Enquête de Santé COVID-19 (mars 2021), 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique



En 2018, 4 % des personnes avaient pensé au suicide au cours des 12 derniers mois et 0,2 % avaient tenté de se suicider. En mars 2021, lorsque les mesures sociales n'étaient pas encore complètement assouplies en période de covid, 13% ont déclaré y avoir pensé au cours des 12 derniers mois (d'avril 2020 à mars 2021), tandis que 0,6 % ont déclaré avoir tenté de se suicider. En février 2023, 10 % ont déclaré y avoir pensé au cours des 12 derniers mois, ce qui est significativement plus faible par rapport à mars 2021 après ajustement pour l'âge et le sexe. En revanche, 0,4% ont déclaré avoir tenté de se suicider au cours des 12 derniers mois, ce qui n'est pas significativement différent de mars 2021 après ajustement pour l'âge et le sexe.

Les pensées suicidaires et les tentatives étaient plus fréquentes chez les personnes souffrant d'anxiété ou de dépression, Etude Belhealth, février 2023.



Les personnes souffrant d'anxiété, de dépression ou des deux (comorbidité) étaient plus susceptibles d'avoir des idées suicidaires ou de faire une tentative de suicide au cours des 12 derniers mois que les personnes ne souffrant pas de ces troubles.

Utilisation de médicaments psychotropes

Les participants ont été interrogés sur leur consommation de sédatifs prescrits (comprimés pour dormir ou tranquillisants) et d'antidépresseurs au cours des deux dernières semaines.

14 %
consomment des
sommifères ou
tranquillisants

Les somnifères ou tranquillisants étaient plus souvent utilisés dans les groupes suivants : parmi les personnes avec une incapacité de travail (35 %), les personnes vivant seules (21 %), les personnes de 65 ans et plus (20 %), les personnes âgées de 50 à 64 ans (17 %), les personnes vivant en Wallonie (17 %), les femmes (16 %) et les personnes ayant tout au plus un diplôme d'enseignement secondaire (16 %). Une plus grande proportion de personnes ayant des symptômes d'anxiété ou de dépression (32 % et 34 %) utilisaient des somnifères ou des tranquillisants par rapport à ceux qui n'ont pas de symptômes d'anxiété ou de dépression (10 % et 11 %).

Les antidépresseurs sont plus fréquemment utilisés par personnes en incapacité de travail (37 %), les personnes âgées de 50 à 64 ans (16 %) et de 30 à 49 ans (13 %), les personnes vivant seules (15 %), les personnes ayant tout au plus un diplôme d'enseignement secondaire (14 %) et les femmes (14 %). Une plus grande proportion de personnes ayant des symptômes d'anxiété ou de dépression (30 % et 31 %) utilisaient des antidépresseurs par rapport à celles qui n'ont pas de symptômes d'anxiété ou de dépression (9 % et 9 %).

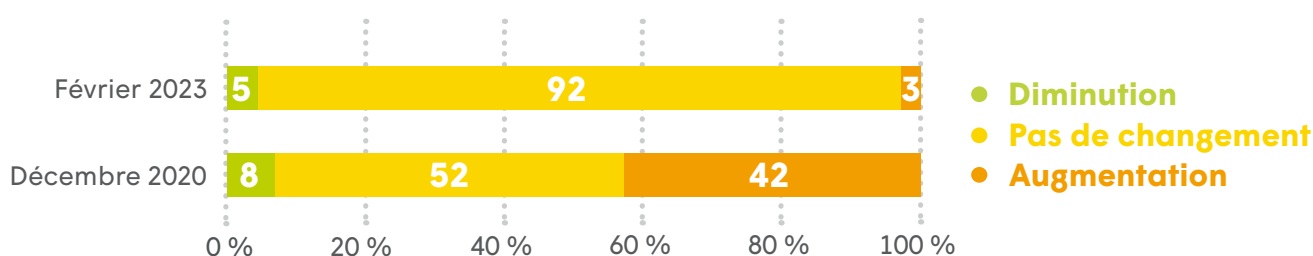
13 %
consomment des
antidépresseurs

Changement perçu dans l'utilisation de sédatifs (sommifères ou tranquillisants)

Dans l'enquête, les participants ont été invités à signaler toute modification perçue de leur utilisation de sédatifs au cours des six derniers mois, en particulier depuis septembre 2022. Trois niveaux de changement ont été distingués : "Diminution" (J'ai diminué ma consommation ou j'ai arrêté de l'utiliser depuis cette période), "Pas de changement" (Ma consommation est restée la même qu'avant ou je ne l'utilisais pas avant et je ne l'utilise toujours pas maintenant) et "Augmentation" (J'ai augmenté ma consommation).

La même question a été posée dans l'Enquête de Santé COVID-19 menée en décembre 2020, mais avec une période de référence différente. Dans cette enquête, les participants ont été interrogés sur leur utilisation de sédatifs au cours de l'année précédente, avant le début de la pandémie de coronavirus.

Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) selon leur changement perçu dans l'utilisation de sédatifs, 5^{ème} Enquête de Santé COVID-19 (décembre 2020), 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique.

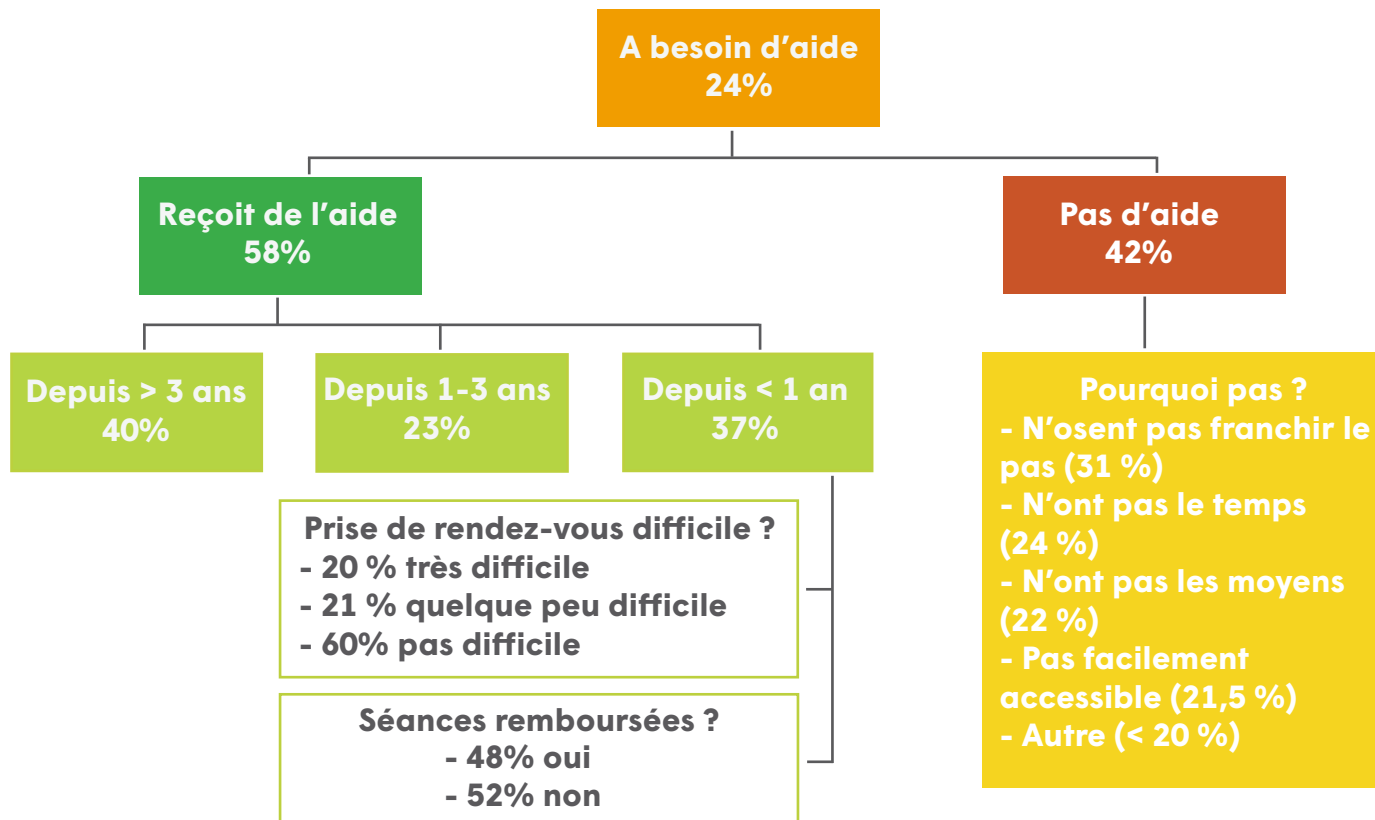


Par rapport à décembre 2020 (pendant la période de COVID-19), significativement moins de personnes ont signalé une augmentation de leur utilisation de sédatifs.

Utilisation et accès aux soins de santé

La 2^e enquête BELHEALTH a évalué les besoins actuels de la population concernant un soutien professionnel en santé mentale, ainsi que l'accès et l'utilisation de ce type de services. Près d'un adulte sur quatre (24 %) a déclaré avoir besoin de soins de santé mentale au cours des 6 derniers mois, avec une proportion plus élevée de femmes (29 %) et de personnes vivant seules avec des enfants (37 %). Parmi les personnes ayant exprimé avoir besoin de support au cours des six derniers mois, seulement 58 % ont reçu une aide professionnelle. Parmi celles-ci, 40 % étaient déjà suivies avant la crise sanitaire (il y a plus de 3 ans), mais la majorité (60 %) ont commencé à recevoir un soutien il y a moins de 3 ans. La plupart des personnes ayant consulté un professionnel de santé mentale au cours de l'année écoulée ont déclaré qu'il était assez facile d'obtenir un rendez-vous (59 %), tandis que 20 % ont trouvé cela très à extrêmement difficile. **De plus, près de la moitié (48 %) ont bénéficié de la récente réforme des soins, qui offre un remboursement partiel de la consultation avec un psychologue de première ligne conventionné.** Pour celles qui n'ont pas profité des séances remboursées (52 %), 28 % n'étaient pas au courant de la réforme, 46 % ont consulté un psychologue qui n'était pas couvert par la convention, 7 % ont déclaré que cela nécessitait trop d'efforts pour comprendre comment cela fonctionne, et 5 % ont cherché un.e psychologue de première ligne conventionné mais aucun n'était disponible. Seulement 62 % des personnes qui consultent un professionnel de la santé mentale ont déclaré être très à extrêmement satisfaites du soutien qu'elles reçoivent.

Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) en fonction des besoins, de l'accès et de l'utilisation d'un service de soutien professionnel pour les problèmes de santé mentale, 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique.



D'autre part, 42% des personnes ayant besoin de soutien en santé mentale n'ont pas reçu d'aide professionnelle. La raison la plus citée est qu'elles ne se sentent pas à l'aise pour franchir le pas (31%), mais de nombreuses raisons pratiques interfèrent également, comme le manque de temps, de facilité d'accès ou de ressources financières pour un soutien en santé mentale (21-24 %).

Les problèmes de santé mentale sont encore mal compris ou stigmatisés dans de nombreuses sociétés. Cela peut amener les gens à ne pas chercher d'aide, à s'isoler de leurs amis et de leur famille ou à se désinvestir de leur travail et de leurs activités sociales. La stigmatisation se reflète ici dans le fait qu'une personne sur trois ayant besoin d'aide n'a pas cherché d'aide en raison de la peur de franchir le pas (31 %) ou de la peur de ce que les autres pourraient penser (8,5 %)

Perception envers la santé mentale

Nous avons également mesuré directement la connaissance et les attitudes envers les problèmes de santé mentale dans l'enquête BELHEALTH. Les participants ont été présentés à une série d'affirmations liées à la santé mentale et ont été invités à évaluer leur niveau d'accord sur une échelle de 4 points, allant de "tout à fait en désaccord" (1) à "tout à fait d'accord" (4).

Répartition des personnes (%) qui étaient en accord ou tout à fait d'accord avec les affirmations suivantes concernant la santé mentale.

Les personnes souffrant de dépression ont elles-mêmes provoqué leurs problèmes

5%

On ne se remet jamais de ses problèmes de santé mentale

29%

Si quelqu'un parle de ses problèmes de santé mentale, certains de ses amis le/la quitteront

45%

Si l'employeur découvre que l'employé(e) souffre de problèmes de santé mentale, celui-ci/ celle-ci peut perdre son emploi

54%

Les antidépresseurs ont des effets secondaires

95%

● D'accord à tout à fait d'accord

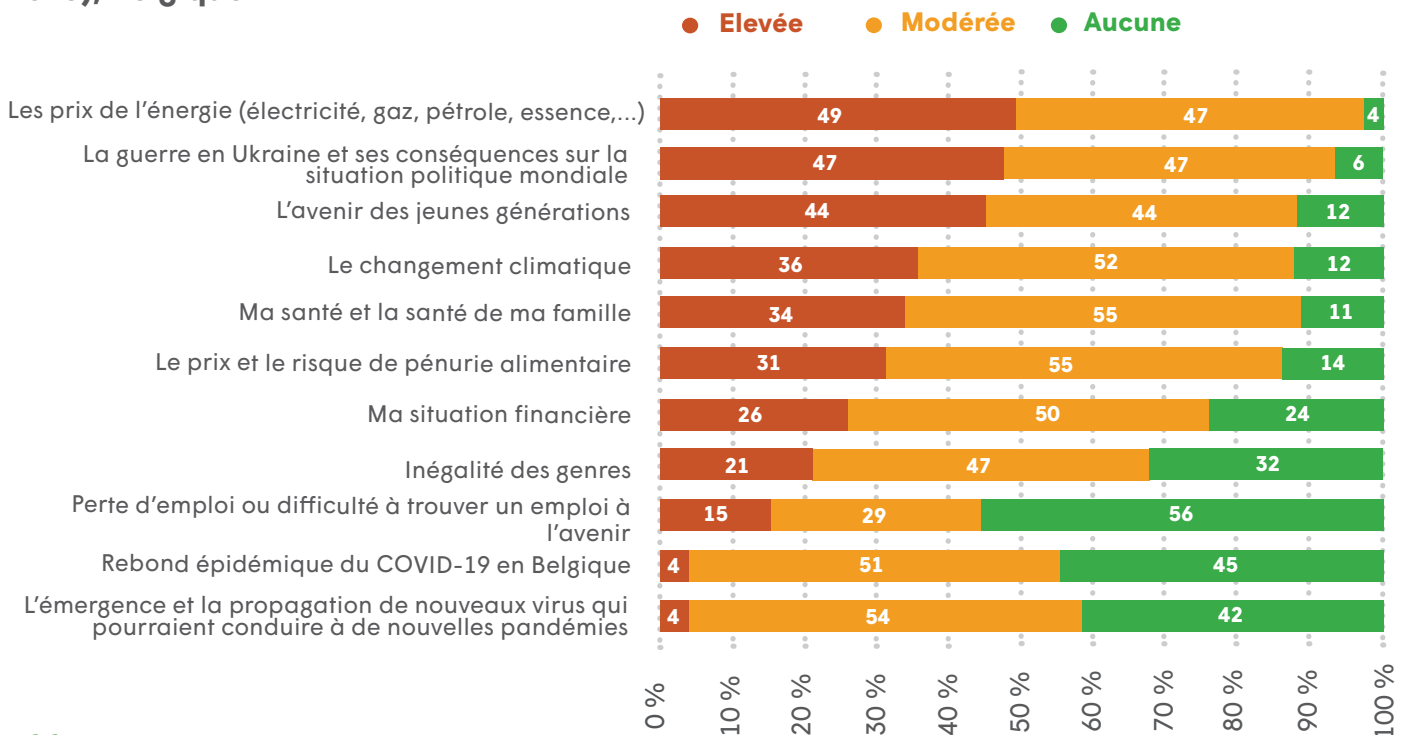
● Pas d'accord à pas du tout d'accord

Les résultats montrent que 5 % des répondants estiment qu'une personne atteinte de dépression est responsable de son état mental. Les hommes (8 %), les personnes âgées de 18 à 29 ans (8 %) et celles ayant tout au plus un diplôme d'études secondaires (6 %) y croient d'avantage que les femmes (2 %), les 50-64 ans (3 %) et les personnes plus éduquées (4,5 %), respectivement. Près d'un tiers, soit 29 %, des personnes pensent qu'on ne se remet jamais des problèmes de santé mentale. Les personnes vivant en Flandres (30,5 %) et en Wallonie (28 %) ainsi que celles ayant tout au plus un diplôme d'études secondaires (31 %) y croient d'avantage que les personnes vivant à Bruxelles (20 %) et les personnes ayant un diplôme de l'enseignement supérieur (25 %). Presque la moitié, soit **45 % estiment perdre des amis s'ils parlent de leurs propres problèmes de santé mentale, et jusqu'à 54 % sont d'accord que si un employeur découvre les problèmes de santé mentale d'un employé, ce dernier pourrait perdre son travail.** Les personnes âgées (50-64 ans: 53 % et 57 %; 65 ans et plus: 48 % et 67%) sont plus susceptibles d'être d'accord avec ces hypothèses de perte d'amis ou d'emploi par rapport aux personnes plus jeunes (18-29 ans: 36 % et 43 %). Ces résultats indiquent qu'il y a encore beaucoup de stigmatisation attachée aux problèmes de santé mentale, qui doivent être surmontés par la compréhension et l'éducation de la population.

Préoccupations spécifiques

Les participants ont été interrogés sur leurs préoccupations en février 2023. Les thèmes suivants ont été énumérés et 3 niveaux de préoccupation ont été calculés : préoccupation élevée (très à extrêmement inquiet), préoccupation modérée (modérément à légèrement inquiet) et aucune préoccupation (pas du tout inquiet). Les préoccupations élevées les plus fréquemment rapportées par la population dans son ensemble étaient les prix de l'énergie, la guerre en Ukraine et l'avenir de la jeune génération.

Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) en fonction de leur niveau de préoccupation à propos des différents sujets mentionnés, 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique.



“ Les femmes, les personnes ayant au maximum un diplôme d'enseignement secondaire, les personnes vivant seules avec des enfants et les personnes vivant en Wallonie étaient significativement plus préoccupées par les prix de l'énergie. ”

“ Significativement plus de femmes, de personnes ayant au plus un diplôme d'études secondaires et de personnes vivant seules avec des enfants étaient très préoccupées par la santé et la santé de leur famille ainsi que par l'avenir des générations plus jeunes. ”

“ Les jeunes, les personnes âgées de 65 ans et plus et les personnes ayant un niveau d'éducation élevé étaient significativement plus préoccupées par le changement climatique. ”

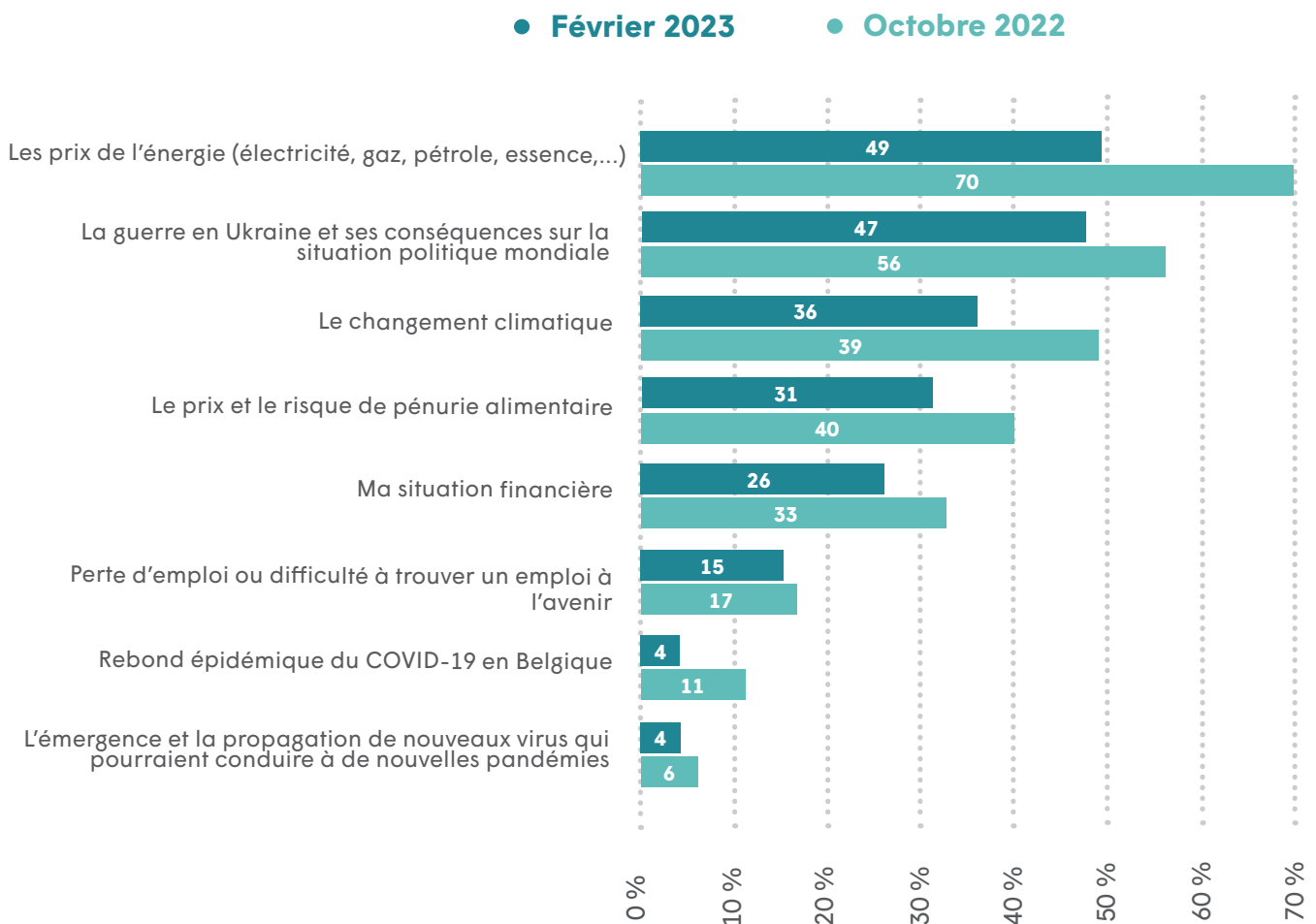
“ Les personnes d'âge moyen (30-64 ans) étaient plus préoccupées par la guerre en Ukraine. ”

“ Les personnes ayant au maximum un diplôme d’enseignement secondaire étaient particulièrement préoccupées par une reprise épidémique du COVID-19 ou de la propagation de nouveaux virus. ”

“ Plus de jeunes, de femmes et de personnes en emploi rémunéré étaient préoccupés par les inégalités de genre. ”

“ Plus de jeunes, de femmes et de personnes vivant seules avec des enfants étaient préoccupés par leur situation financière. ”

Proportion (%) de personnes (de 18 ans et plus) très inquiètes selon les différents thèmes et périodes, étude BELHEALTH 2022-2023, Belgique.



À l'exception de la perte d'emploi ou de la difficulté à trouver un emploi à l'avenir, un plus petit nombre de personnes rapportent ces thèmes comme étant très préoccupants en février 2023 qu'en octobre 2022.

Contacts sociaux

Les participants ont été invités à estimer leur satisfaction vis-à-vis de leurs contacts sociaux au cours des deux dernières semaines. Il y avait quatre catégories de réponses : 1 = Très insatisfaisant, 2 = Plutôt insatisfaisant, 3 = Plutôt satisfaisant et 4 = Très satisfaisant.

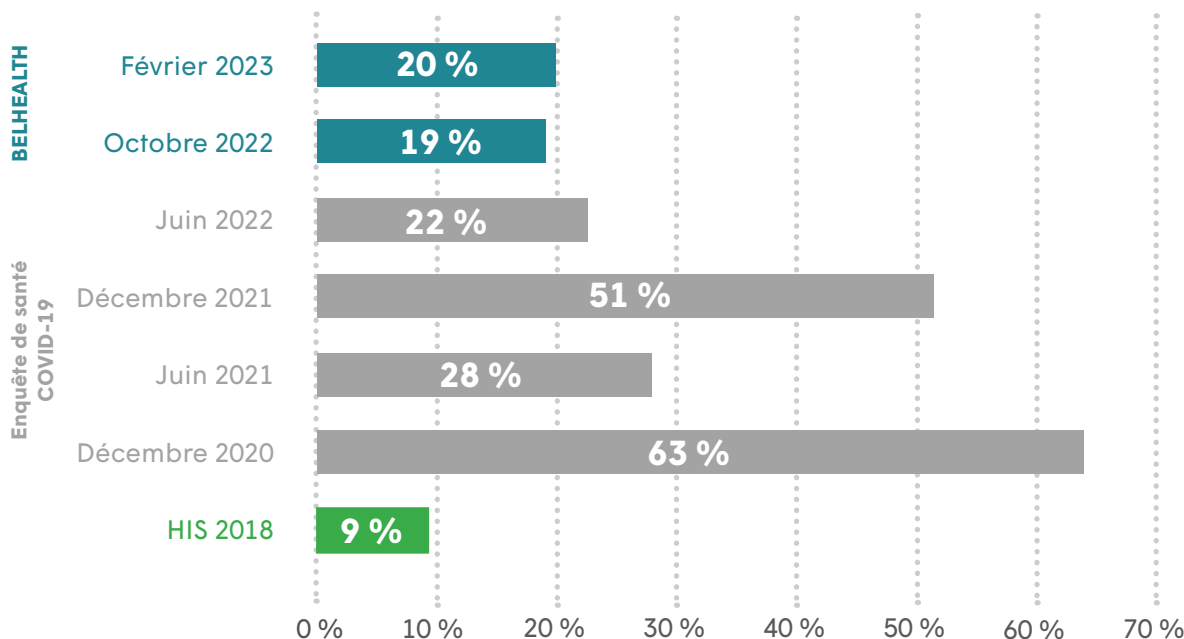


En **Février 2023**, 20 % des adultes étaient plutôt ou très insatisfaits de leurs contacts sociaux.

Pas tous égaux

Les personnes les plus souvent insatisfaites en ce qui concerne les contacts sociaux étaient les hommes (21 %), les parents seules avec enfant(s) (31 %), les personnes ayant au maximum un diplôme d'études secondaires (22 %) et les personnes vivant en Wallonie (22 %).

Évolution du pourcentage de personnes (de 18 ans et plus) insatisfaites de leurs contacts sociaux, Enquête de Santé 2018, Enquêtes de Santé COVID-19 2020-2022, étude BELHEALTH 2022-2023, Belgique.

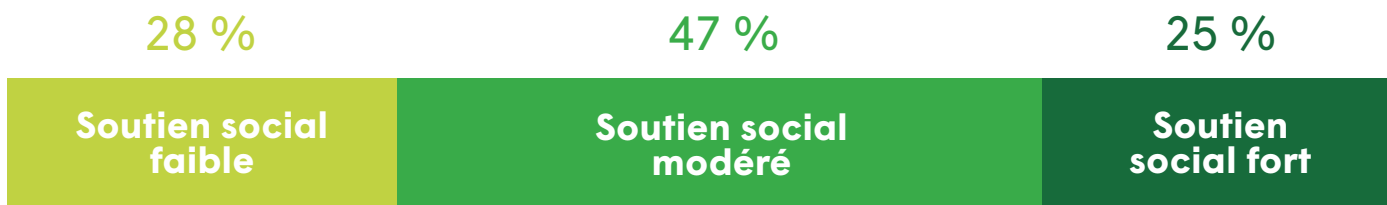


Le pourcentage de personnes insatisfaites de leurs contacts sociaux en février 2023 n'est pas significativement différent de celui d'octobre 2022 (19 %) après contrôle de l'âge et du sexe. Cependant, ce pourcentage reste significativement plus élevé que les niveaux pré-pandémiques signalés en 2018 (9 %).

Il existe une association entre la satisfaction des contacts sociaux et la santé mentale. Les personnes qui ne sont pas satisfaites de leurs contacts sociaux en février 2023 ont un risque plus élevé de souffrir d'anxiété et/ou de dépression par rapport aux personnes satisfaites de leurs contacts sociaux.

Soutien social

Les participants ont évalué le niveau de soutien qu'ils reçoivent de leur entourage en utilisant une échelle à 3 items (OSLO-3). Trois catégories ont été générées en fonction des scores totaux (plage 0-11): "soutien faible" de 0 à 5, "soutien modéré" de 6 à 8 et "soutien fort" de 9 à 11.

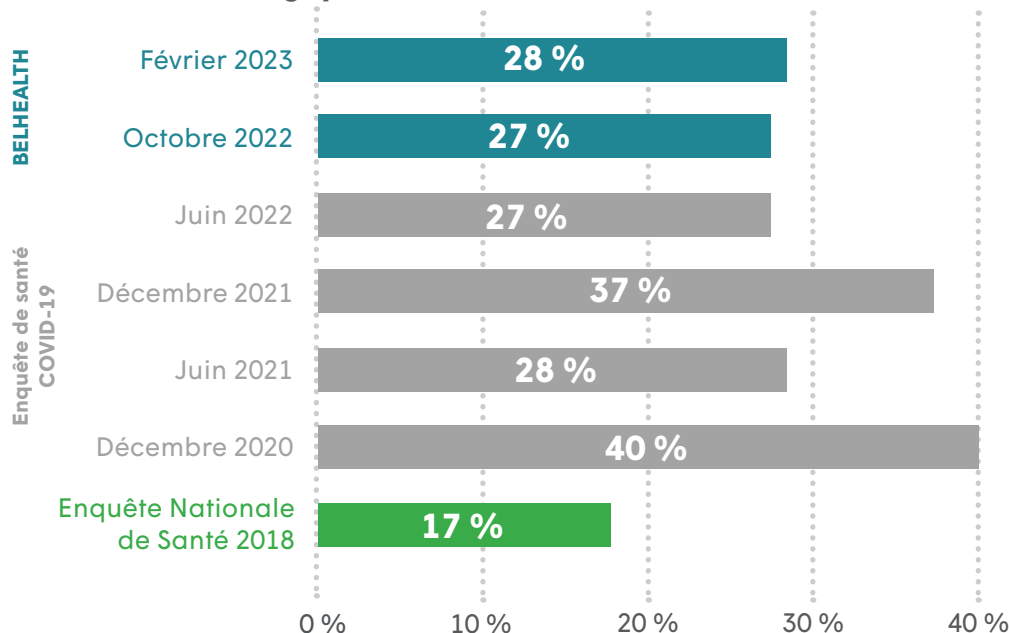


Selon l'enquête de **février 2023**, 28 % des personnes se sentent peu soutenues par leur entourage.

Pas tous égaux

Les personnes avec un faible niveau de soutien social sont plus nombreuses parmi les 50 à 65 ans (32,5 %) et les personnes vivant seules avec enfant(s) (46 %).

Évolution du pourcentage de personnes (de 18 ans et plus) signalant un faible support social, Enquête Nationale de Santé 2018, Enquêtes Santé COVID-19 2020-2022, étude BELHEALTH 2022-2023, Belgique.



Le pourcentage de personnes avec un faible support social en février 2023 n'est pas significativement différent de celui d'octobre 2022 (27 %) après ajustement pour l'âge et le sexe. Cependant, ce pourcentage est significativement plus élevé que celui rapporté en 2018 (17 %). Il y a une association entre le support social et la santé mentale. Les personnes qui se sentaient peu soutenues en février 2023 étaient plus susceptibles de souffrir d'anxiété et/ou de dépression par rapport à celles qui se sentaient modérément à fortement soutenues.

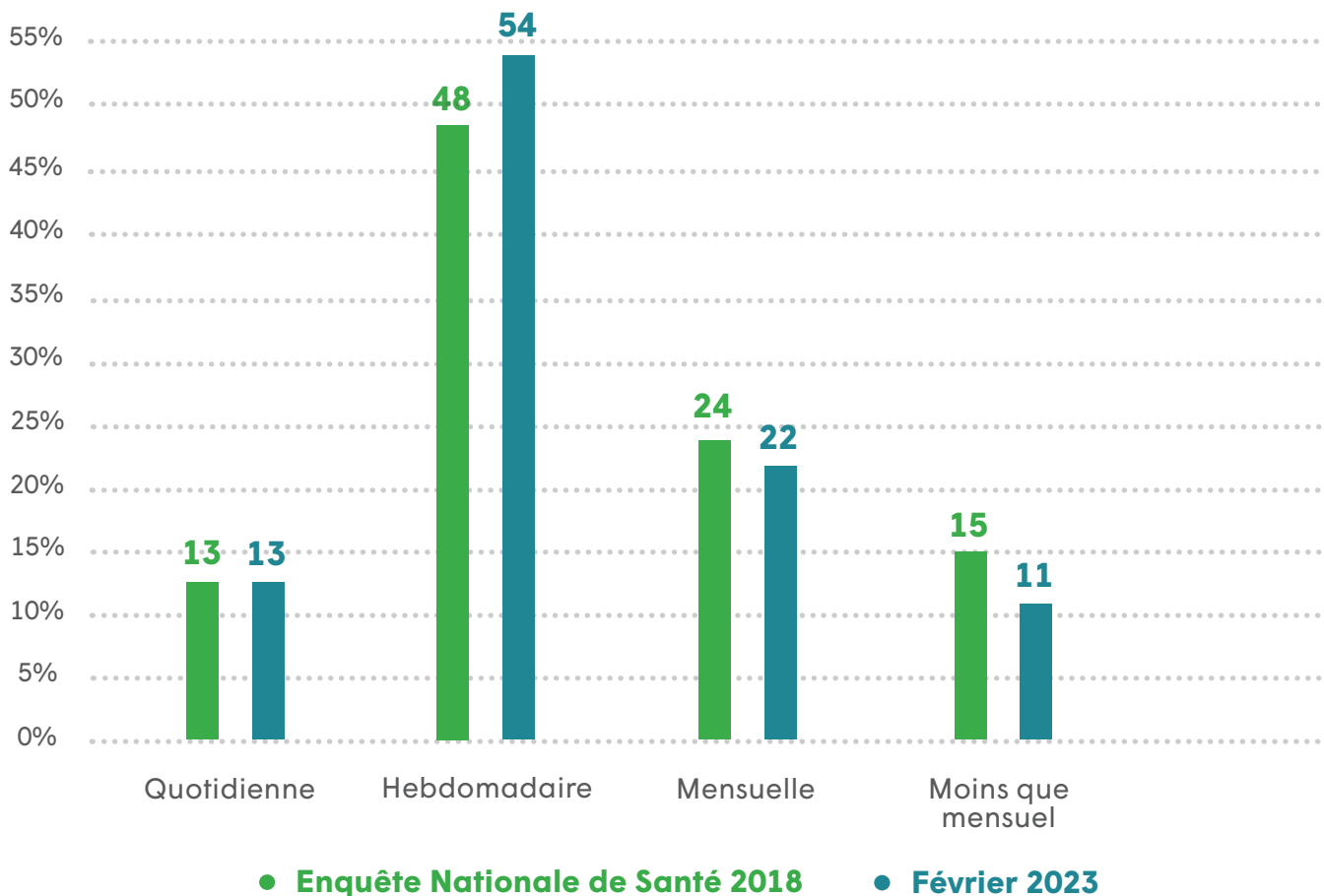
Consommation d'alcool

Les participants ont été interrogés sur la fréquence et la quantité d'alcool qu'ils ont consommées au cours des 12 derniers mois. On leur a également demandé à quelle fréquence ils avaient consommé six boissons ou plus contenant de l'alcool en une seule occasion. Enfin, on leur a demandé s'ils avaient remarqué un changement dans leur consommation d'alcool par rapport à six mois auparavant (septembre 2022).

Consommation actuelle d'alcool

En février 2023, 84 % des personnes âgées de 18 ans et plus avaient consommé de l'alcool au cours des 12 mois précédant le questionnaire, 16% étaient des non-consommateurs (10 % des personnes n'avaient jamais consommé d'alcool, tandis que les ex-consommateurs représentaient 6 %).

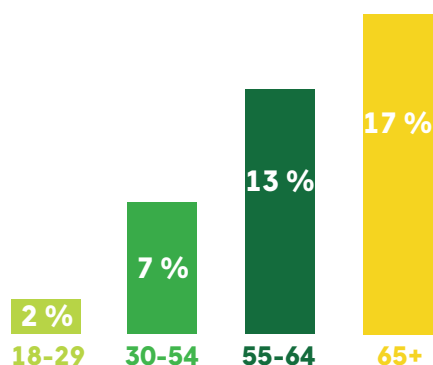
Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois, selon leur niveau de consommation d'alcool, Enquête de Santé 2018, 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique



Comparé à la consommation d'alcool en 2018, plus d'adultes consommant de l'alcool chaque semaine (54 % contre 48 %) et moins d'adultes consommant de l'alcool chaque mois (22 % contre 24 %) ou moins d'une fois par mois (11 % contre 15 %).

Consommation d'alcool quotidienne

Proportion (%) de personnes (de 18 ans et plus) selon leur consommation quotidienne d'alcool, par âge, 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique



En **Février 2023**, 11 % des personnes âgées de 18 ans et plus consommaient de l'alcool quotidiennement. Les hommes (14 % contre 7 % pour les femmes) et les personnes âgées de 65 ans et plus (17 %) étaient particulièrement à risque de boire de l'alcool tous les jours.

Nombre moyen de verres par semaine

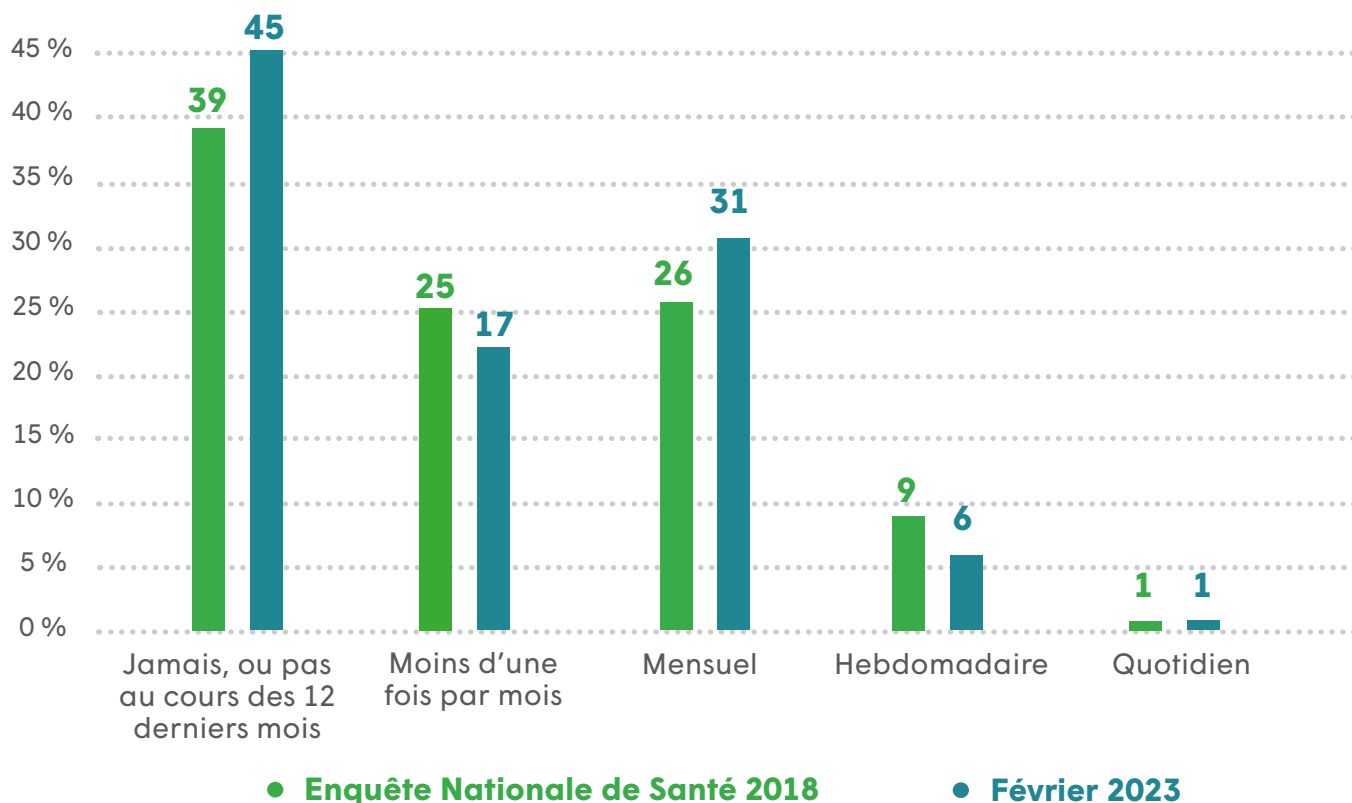
En **Février 2023**, le nombre moyen de verres d'alcool consommés par semaine était de 11. Bien que les personnes de 65 ans et plus sont significativement plus nombreuses à boire quotidiennement que celles des autres groupes d'âge, le nombre total de consommations sur une semaine entière est le même pour tous les groupes d'âge. Selon le seuil recommandé de maximum 10 verres d'alcool par semaine, 18 % de la population étaient considérés comme étant à risque ou dépassant cette limite. Les hommes (27 %), les personnes de 65 ans et plus (20 %), les personnes ayant un emploi rémunéré (19 %) et les personnes vivant seules (20 %) présentaient un risque plus élevé de consommer 10 verres ou plus d'alcool par semaine.

Hyper-alcoolisation

L'hyper-alcoolisation se réfère au fait de boire 6 verres standards ou plus d'une boisson alcoolisée en une seule occasion, par exemple lors d'une fête, avec des amis ou seul à la maison. Elle est connue pour être associée à un certain nombre de conséquences sanitaires, sociales et économiques, comme en témoignent de nombreuses études.

La plupart des personnes (45 %) n'ont eu d'épisode d'hyper-alcoolisation au cours des 12 derniers mois (ou jamais) et 17 % ont déclaré avoir consommé 6 verres ou plus d'alcool lors d'une même occasion moins d'une fois par mois. En revanche, 31 % de la population a consommé 6 verres ou plus d'alcool lors d'une même occasion de façon mensuelle, 6 % l'ont fait chaque semaine et 1 % quotidiennement. Ce sont surtout les hommes (12 %), les 18-29 ans (10 %) et les personnes vivant seules (9 %) qui ont des comportements d'hyper-alcoolisation hebdomadaires.

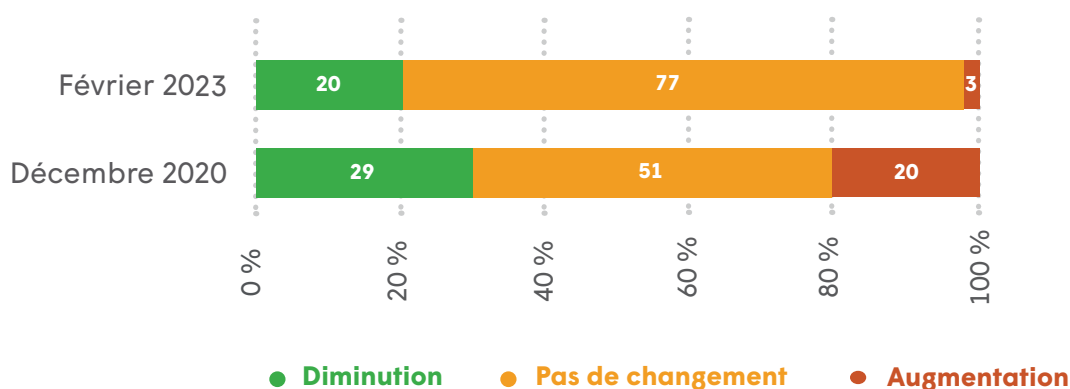
Répartition (%) des adultes ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois selon leur hyper-alcoolisation, Enquête de Santé 2018, 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique.



Changement perçu dans la consommation d'alcool

Les participants ont été interrogés sur leur changement perçu dans leur consommation d'alcool. Les questions faisaient référence aux "6 derniers mois", c'est-à-dire depuis septembre 2022. Cette question a également été posée lors de la 5^e enquête de Santé COVID-19 en décembre 2020, où la période de référence était "l'année dernière", avant la crise du coronavirus.

Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) en fonction de leur changement perçu dans la consommation d'alcool, 5^e Enquête de Santé COVID-19 (décembre 2020), 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique

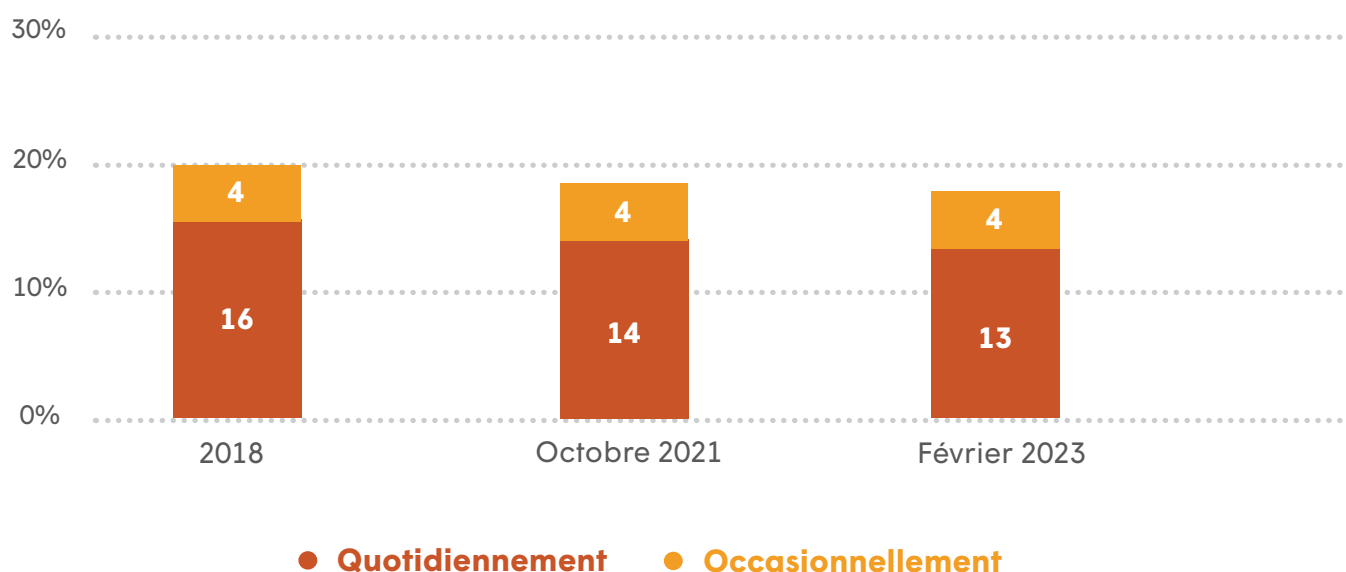


Par rapport à décembre 2020 (pendant la période COVID-19), significativement plus de personnes ont déclaré aucune modification (77 % contre 51 %) et significativement moins de personnes ont déclaré une augmentation (3 % contre 20 %) de leur consommation d'alcool.

Consommation de tabac

Dans la 2^e enquête BELHEALTH (février 2023), les personnes ont été interrogées sur leur consommation actuelle de tabac ("Fumez-vous? : Oui, tous les jours" - "Oui, occasionnellement" - "Non, pas du tout"). et leur changement perçu dans le tabagisme. Ces questions ont également été posées lors de la 8^e Enquête de Santé COVID-19 (octobre 2021) et dans Enquête Nationale de Santé 2018, ce qui permet une comparaison dans le temps.

Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) en fonction de leur comportement tabagique, Enquête de santé 2018, 5^e Enquête de Santé COVID-19 (décembre 2020) et 8^e Enquête de Santé COVID-19 (octobre 2021) et Enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique



Comparé à l'utilisation de tabac en 2018, une diminution peut être constatée chez les utilisateurs quotidiens de tabac (13 % contre 16 %).

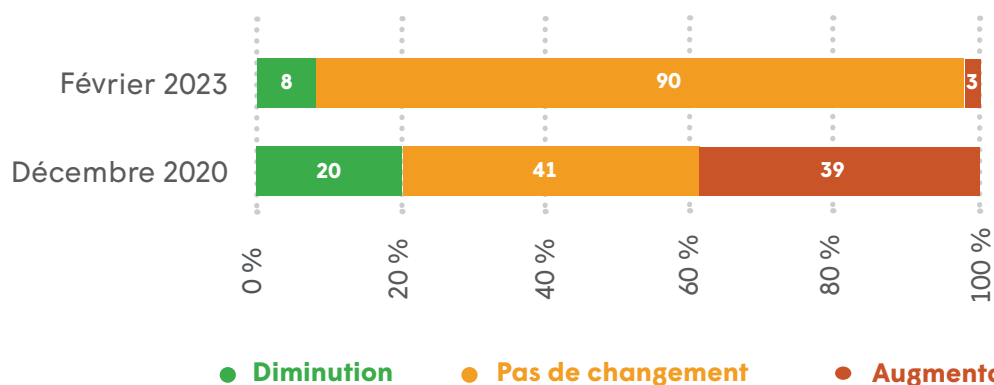
Consommation quotidienne de tabac

En **février 2023**, 13 % des personnes âgées de 18 ans et plus fumaient quotidiennement. Les groupes les plus susceptibles de fumer quotidiennement étaient les personnes âgées de 30 à 49 ans (15 %) et de 50 à 64 ans (16 %), les personnes vivant en Wallonie (14 %), les personnes ayant tout au plus un diplôme d'enseignement secondaire (16 %), les personnes sans emploi rémunéré (28%), les personnes en invalidité (27 %), les personnes vivant seules sans (20 %) et avec (21 %) des enfants.

Changement perçu dans le tabagisme

Les participants ont été interrogé sur leur perception du changement dans leur utilisation du tabac. La question était similaire à celle posée pour l'utilisation d'alcool, avec trois niveaux de changement : diminution, pas de changement et augmentation.

Répartition (%) des personnes (de 18 ans et plus) selon leur perception du changement de leur consommation de tabac, 5^e Enquête de Santé COVID-19 (décembre 2020), 2^e Enquête BELHEALTH (février 2023), Belgique.



Comparé à décembre 2020 (pendant la période COVID-19), significativement plus de personnes ont déclaré aucune modification (90 % contre 41 %) et significativement moins de personnes ont déclaré une augmentation (3 % contre 39 %) de leur utilisation de tabac au cours des 6 derniers mois.

Conclusion

Les résultats de la deuxième enquête BELHEALTH en février 2023 montrent que la santé mentale demeure une préoccupation majeure au sein de la population adulte en Belgique. La prévalence de l'anxiété et de la dépression est élevée, avec respectivement 18 % et 15 % de la population signalant ces problèmes. L'enquête a révélé qu'un quart des adultes ont signalé avoir besoin de soins de santé mentale, mais seulement 58 % d'entre eux ont reçu une aide professionnelle. Les somnifères/tranquillisants et les antidépresseurs sont couramment utilisés, avec 14 % et 13 % des adultes déclarant les utiliser. La population se sent souvent peu soutenue, avec 28 % signalant ce problème et 20 % exprimant leur insatisfaction vis-à-vis de leurs contacts sociaux.

Bien que les préoccupations spécifiques aient diminué depuis octobre 2022, une partie de la population adulte belge reste inquiète pour l'avenir de la génération plus jeune, le prix de l'énergie et la guerre en Ukraine. Les comportements à risque tels que le dépassement de la limite d'alcool recommandée restent également préoccupants. Les résultats montrent également que les problèmes de santé mentale sont encore stigmatisés.

Vous avez des questions ? Envoyez-nous un mail à l'adresse belhealth@sciensano.be ou consultez le [site web](#) de la Cohorte Belge Santé et Bien-être.

La prochaine enquête aura lieu en juin 2023. Une invitation sera envoyée par mail à tous les participants de la cohorte.



BELHEALTH
BELGIAN HEALTH AND WELLBEING COHORT

By

 sciensano