

Usage problématique des Smartphones et santé mentale

H.Abrebak¹, A.Elammouri¹

¹ Equipe de Recherche en Santé Mentale, Hôpital Psychiatrique Universitaire, Tanger, Maroc

Résumé :

Le monde est de plus en plus dépendant des technologies. Les Smartphones en représentent une proportion grandissante. Cependant, la sécurité sanitaire entourant son utilisation n'est pas garantie et il existe un débat au sujet de la sécurité sanitaire de l'usage excessif des Smartphones.

Objectifs :

Evaluer la prévalence de l'addiction aux Smartphones au Maroc et son association aux comorbidités psychiatriques notamment l'anxiété et la dépression.

Matériel et Méthodes :

C'est une étude transversale descriptive et analytique. Le recueil des données est à travers un questionnaire auto-administré anonyme.

Les outils psychométriques:

- SAS-SV : Smartphone Addiction Scale- Short Version
- HAD : Hospital Anxiety and Depression

En plus des questions sociodémographiques.

Les données sont analysées par un logiciel de statistiques.

Résultats :

Nous avons collecté nos résultats initiaux auprès de 485 individus, la moyenne d'âge est de 34,38 +/- 13,5, avec une prédominance féminine (62%). La majorité ont un niveau universitaire (90%). 46% sont célibataires/49% mariés. 15% ont un antécédent psychiatrique et 8,3% consomme une/plusieurs substances psychoactives. Pour l'utilisation des Smartphones, 94% ont une connexion internet chez eux, une utilisation journalière de moins de 2 heures chez 14%, entre 2-6heures chez 63% et +6 heures chez 23%. La moyenne des scores du SAS-SV est 32,77, avec un minimum de 10 et un maximum de 60. Selon ces scores, 14,8 ne présente pas de risque d'addiction, 34,8% présentent un haut risque et 50,3% sont addicts. Pour le HAD, la moyenne des scores de l'anxiété de la dépression sont respectivement 7,79 +/- 4,15, et 6,58 +/- 3,92. Nos

résultats montrent une association significative entre la présence d'antécédents psychiatrique et l'addiction aux Smartphones $p=0,012$, et la symptomatologie anxieuse et dépressive et l'addiction aux Smartphones $p<0,001$.

Conclusion :

Une exploration plus précise des affections psychiatriques associées, du devenir de ces individus et le risque qu'ils courent plus tard au milieu professionnel et social semble intéressante à étudier.