

Journée Mondiale de la Prévention du Suicide

10 septembre 2014

Le suicide est un problème majeur de santé publique. La douleur psychologique qui conduit une personne à mettre fin à sa vie est inimaginable. Le décès par suicide engendre auprès des familles et des amis un deuil difficile à réaliser et génère des conséquences auprès de toute la communauté.

Chaque année, plus de 800.000 personnes décèdent par suicide, ce qui correspond à peu près à un décès toutes les 40 secondes. Le nombre de vies perdues chaque année par suicide dépasse l'ensemble des décès par homicides et des décès pour cause de guerre.

En 2012, le suicide était la cinquième cause principale de décès chez les personnes âgées de 30 à 49 ans à l'échelle mondiale. Elle était la deuxième cause de décès chez les 15 à 29 ans. De manière générale, on estime que le nombre de tentatives de suicide est 20 fois plus élevé que le nombre de suicides accomplis.

En 2012, le suicide représentait 1,4 % de tous les décès dans le monde, ce qui en fait la 15^{ième} cause de décès au niveau mondial. Les troubles mentaux (en particulier la dépression et l'abus d'alcool) sont un des facteurs de risque majeur de suicide en Europe et en Amérique du Nord. Le suicide est un phénomène complexe impliquant à la fois des facteurs psychologiques, sociaux, biologiques, culturels et environnementaux.

L'Association internationale pour la prévention du suicide (IASP) et l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) s'engagent depuis de nombreuses années dans la prévention du suicide. Ces organisations reconnaissent la Journée Mondiale de Prévention du Suicide comme une date importante dans le calendrier international. Les Journées Mondiales de Prévention du Suicide regroupent des personnes et des organisations qui s'engagent pour la prévention du suicide et qui mobilisent leurs efforts afin de sauver des vies.

Depuis 2003, les Journées Mondiales de la Prévention du Suicide sont célébrées tous les ans à la date du 10 septembre. L'édition de cette année est inscrite sous le slogan «la prévention du suicide : un monde connecté ». Ce thème reflète l'idée selon laquelle les connexions sont importantes si nous voulons lutter contre le suicide. Plusieurs niveaux de connexions doivent être considérés en prévention du suicide.

La connexion est cruciale pour les personnes psychologiquement vulnérables. En effet, de nombreuses études ont montré que l'isolement social peut augmenter le risque de suicide. A l'inverse, le fait d'avoir des liens forts peut avoir un effet protecteur contre le suicide. Tendre la main à ceux qui sont devenus déconnectés des autres, leur offrir un soutien et de l'amitié peut sauver des vies.

La connexion peut également être comprise en termes de soins cliniques. La maladie mentale, notamment la dépression, est un important facteur de risque de suicide. Sur le plan international, les traitements pour les maladies mentales connaissent une amélioration notable, mais l'accès à ces traitements reste inégal. Les fournisseurs de soins primaires, souvent les premiers ports de refuge pour les personnes atteintes de maladie mentale, ne sont pas toujours en mesure de diagnostiquer et de traiter ces maladies mentales. Les fournisseurs de soins de santé mentale spécialisés ne sont pas toujours disponibles, les options alternatives sont souvent limitées ou truffées d'obstacles. Même lorsque les services sont disponibles, ils ne sont pas toujours suffisamment bien coordonnés entre eux pour offrir des soins adaptés. Les personnes atteintes de maladie mentale tombent souvent à travers « les mailles du filet », en particulier mais pas uniquement, dans les pays en voie de développement. La connexion et la collaboration entre les services est un outil important dans la prévention du suicide. De bons services et de bons cliniciens doivent être disponibles au bon

moment pour venir en aide aux personnes souffrant de troubles mentaux. Ils doivent être en mesure d'offrir et de fournir une gamme complète et efficace de traitements.

Enfin, la connexion est nécessaire au niveau national et international. Beaucoup d'organisations cliniques et non cliniques travaillent dans l'objectif de prévenir le suicide, mais leurs efforts ne sont pas toujours synchronisés. Les Journées mondiales de prévention du suicide se sont avérées être un bon instrument pour encourager les organisations à coordonner leurs efforts et à apprendre les uns des autres. Elles ont également aidé celles et ceux qui ont été endeuillés par le suicide d'un proche à se faire entendre dans les discussions sur la prévention du suicide. Ceci a favorisé l'efficacité des activités en lien avec la prévention du suicide.

La Journée Mondiale de prévention du Suicide de 2014 est importante car elle marque la publication du Rapport par l'OMS « Prévention du Suicide – l'état d'urgence mondial », téléchargeable sous le lien (http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131801/1/9789242564778_fre.pdf?ua=1). Ce rapport fait suite à l'adoption du Plan d'action en santé mentale 2013-2020 publié par l'Assemblée Mondiale de la Santé, qui encourage les 194 États membres à réduire leurs taux de suicide de 10% d'ici 2020.

Le rapport de l'OMS est l'état actuel le plus complet de la prévention du suicide à l'échelle internationale. Il décrit l'épidémiologie du suicide, présente les données internationales les plus récentes, il analyse les risques majeurs et les facteurs de protection du suicide en accordant une attention particulière à ceux qui sont modifiables. Il présente les résultats des interventions clés qui semblent prometteurs dans la réduction des actes suicidaires. Il décrit les stratégies nationales de prévention du suicide introduites dans un certain nombre de pays, en soulignant leurs points communs et les divergences. Il rassemble tout un tas d'informations utiles et fait des recommandations sur les orientations futures en matière d'activités de prévention du suicide.

Le rapport de l'OMS est une ressource inestimable pour les professionnels qui travaillent dans la prévention du suicide et surtout pour les professionnels qui œuvrent dans l'élaboration et la mise en œuvre des politiques de santé mentale.

Le rapport de l'OMS vise également à encourager les gouvernements des pays dans lesquels la prévention du suicide n'est pas encore devenue une priorité dans l'agenda politique, afin de fournir des orientations utiles, notamment sur les services cliniques et non cliniques, et sur les interventions potentiellement utiles visant à réduire les comportements suicidaires. Le rapport fournit un contexte important pour toutes celles et ceux qui sont endeuillés par le suicide d'un proche ou pour toutes celles et ceux qui pensent au suicide, en les aidant à comprendre qu'ils ne sont pas seuls et qu'ils ne doivent pas perdre l'espoir de ressortir de cette mauvaise phase.

En ce sens, le rapport de l'OMS reflète à tous les niveaux le thème de la connexion propagé par cette nouvelle édition de la Journée Mondiale de la Prévention du Suicide.

Le Luxembourg participera à la Journée Mondiale de la Prévention du Suicide en promouvant le site internet www.prevention-suicide.lu, par le biais de banderoles attachées dans les rues de la Ville de Luxembourg. Ce site internet, réalisé et entretenu par le Centre d'Information et de Prévention, est un instrument d'information et de prévention dédié à la fois aux personnes en détresse, à leur entourage, mais aussi aux professionnels qui œuvrent dans la prévention du suicide.

Ensemble, nous pouvons attirer l'attention sur ce problème majeur de santé publique et veiller à ce qu'il reçoive l'attention politique qu'il mérite.

La prévention du Suicide est l'affaire de nous tous. Soyons attentifs aux signaux d'alerte ... ensemble prévenons le suicide !

Marie-Jeanne BREMER
Dr Fränz D'ONGHIA