

Bâtir une culture de la santé mentale en France

Mots-clés : #établissements de santé #psychiatrie #santé publique #infectio #qualité-sécurité des soins #accès aux soins #patients-usagers #prévention #Parlement #dépression-anxiété #médecins #épidémio #éthique-déontologie

PARIS, 4 mars 2021 (APMnews) - Il faut bâtir une culture de la santé mentale en France, à travers l'éducation à la santé ou une grande campagne de communication, alors que l'épidémie de Covid-19 entraîne dans la population une hausse des états anxieux ou dépressifs, ont estimé des acteurs du monde de la psychiatrie, jeudi, lors d'une table ronde sur les conséquences de l'épidémie sur la santé psychique, organisée par la commission des affaires sociales de l'Assemblée nationale.

Lors de cette table ronde au cours de laquelle une forte inquiétude a été relevée pour la santé psychique des jeunes de moins de 15 ans (cf [dépêche du 04/03/2021 à 16:08](#)), Enguerrand du Roscoat, responsable de la direction de la prévention et de la promotion de la santé à Santé publique France (SPF), a souligné qu'"un tiers de la population que nous interrogeons souffre soit d'un état dépressif, soit d'un état anxieux".

Dans son dernier point épidémiologique, fin février, SPF met en évidence une hausse des états anxieux (+4 points) et dépressifs (+3 points) par rapport à mi-janvier, touchant 23% des répondants (cf [dépêche du 26/02/2021 à 13:34](#)).

"L'enjeu est de détecter et de prendre en charge de façon précoce la souffrance psychique, avant que des troubles s'installent, s'aggravent, se chronicisent, et deviennent difficiles à traiter", a résumé Enguerrand du Roscoat.

"Parmi les préconisations et les travaux que nous sommes en train de conduire, il s'agit essentiellement, dans cette situation d'urgence, de favoriser l'accès aux ressources disponibles en santé mentale, que ce soit des ressources de promotion de la santé et des conseils pour maintenir son bien-être, ou des ressources en termes de dispositifs d'accompagnement et de prise en charge de la souffrance psychique ou des troubles", a-t-il avancé.

"On doit prendre en charge dès le moment où il y a de la détresse, pour éviter d'arriver à des soins", a approuvé Jean-Luc Roelandt, ancien directeur du centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé (CCOMS). Du fait des effets de la crise sanitaire, "la question de la santé mentale, on ne la pose plus en termes de folie, de maladie mentale, mais véritablement comme un bien collectif à prendre en compte, comme la santé, et ça s'est véritablement nouveau", s'est-il aussi réjoui.

Mais cette prise de conscience ne suffit pas. Pour Nicolas Franck, chef de pôle au centre hospitalier Le Vinatier, à Bron, près de Lyon, "il est très important que l'éducation à la santé soit développée en ce moment, en période de [...] restriction, pour que les personnes puissent prendre soin d'elles-mêmes, sachent comment faire, accèdent à des ressources en ligne [...]".

Il a ainsi appelé à "une campagne de communication large, car le problème en santé mentale, c'est qu'un bon nombre des personnes qui ont des difficultés [...] n'en ont pas conscience, n'ont pas de demande de soins". "Il faut aller chercher les personnes qui ne viennent pas nous voir par une campagne de communication, pour éviter que [leur] situation s'aggrave", a-t-il martelé.

"Banaliser" ou "normaliser" la santé mentale

Christophe Tzourio, directeur scientifique de l'espace santé étudiant de l'université de Bordeaux, a relevé qu'"il n'y a pas de compétition dans la souffrance, dans le sens où toute la société est sidérée, toute la société souffre".

Néanmoins, "il va falloir hiérarchiser nos capacités d'action, car on ne peut pas tout traiter de façon simultanée. Et concernant la situation des étudiants et des jeunes adultes, il y a une forme de cruauté, [...] du fait de cette épidémie, car chez les jeunes il n'y a pas d'épidémie liée au Covid [...], mais une épidémie [...] en santé mentale", a-t-il lancé.

Cela étant posé, "il faut améliorer la communication", oui, "mais encore faut-il atteindre ces jeunes. Les vecteurs habituels de communication fonctionnent très mal vers [eux], qui ont d'autres modes de communication, d'autres réseaux, d'autres habitudes", a-t-il prévenu.

"Il faut expérimenter!", a-t-il encouragé, citant un *escape game* créé dans le cadre de la cohorte I-Share (cf [dépêche du 12/11/2020 à 16:44](#)) "qui permet de mieux connaître les symptômes de la dépression et qui est maintenant sous une forme numérique", ou encore "une mini-série sur le suicide".

"Ces éléments-là permettent de mieux s'approprier ce qu'est une maladie mentale et permettent, d'une certaine façon, de la banaliser. Il faut banaliser, dans le sens où c'est une maladie comme une autre, qui peut toucher n'importe qui", a-t-il affirmé. "Plus les jeunes adultes comprendront cela, plus ils iront chercher de l'aide quand ce sera nécessaire et ils pourront aider leurs semblables."

Plus que la "banalisation" des problèmes de santé mentale, Enguerrand du Roscoat a appelé, lui, à leur "normalisation": "On a tous une santé mentale, on peut tous aller moins bien à certains moments."

"Il y a effectivement un gros travail d'éducation, de message", a-t-il résumé, reconnaissant qu'en matière d'aide à la santé mentale, "la population est assez peu armée en France". "La dernière communication sur la santé mentale date de 2007", a-t-il énoncé, et "à l'époque, elle avait fait polémique sur le mode 'on médicalise des problèmes sociaux'".

Aujourd'hui, "on a une opportunité car c'est sans doute la première fois que la santé mentale concerne tout le monde. Il y a sans doute, effectivement, une éducation à faire, une communication à faire, beaucoup plus importante, et [il faut] se donner les moyens de le faire", a-t-il affirmé.

Deborah Sebbane, directrice de CCOMS, a souligné, elle, que l'OMS pointe le fait qu'"on manque d'une approche psycho-sociale". "Amener cette culture de la santé mentale" prendra "beaucoup de temps", mais passe certainement par le fait d'"aborder la question dès l'enfance et d'avoir des actions très fortes de prévention et de promotion de la santé mentale".

"80% de la réponse en santé ne dépend pas des soins, dit l'OMS", a rappelé Jean-Luc Roelandt. "Je souscris totalement au fait que les déterminants de santé ne relèvent pas que d'une réponse sanitaire, évidemment", a affirmé le délégué ministériel à la santé mentale, Frank Bellivier. Il a souligné par exemple, en réponse aux interrogations de députés sur les conséquences du télétravail, "les grandes marges de progrès concernant l'appropriation des enjeux de santé mentale dans le monde du travail".

De manière globale, le ministère de la santé proposera "la diffusion beaucoup plus large, en interministériel, des outils du type 1er secours en santé mentale [cf [dépêche du 19/03/2019 à 16:26](#)], pour acculturer et outiller les communautés de la population générale au repérage et à la médiation vers les soins en santé mentale".

Il a aussi annoncé la diffusion imminente d'une instruction sur l'accès aux psychologues dans le cadre d'un binôme avec un médecin généraliste au sein d'une maison de santé pluridisciplinaire (MSP) ou un centre de santé, mesure promise dans le cadre du Ségur de la santé (cf [dépêche du 07/12/2020 à 18:09](#)). "C'est une première étape dans cet enjeu important pour la population d'avoir accès aux soins psychologiques de première ligne."

Le "chèque psy" en question

Lors de la table ronde, les intervenants ont approuvé l'initiative d'urgence de permettre aux étudiants d'accéder sans avance de frais à des consultations de psychologues dans le cadre de "chèque psy" (cf [dépêche du 22/01/2021 à 18:41](#))... mais l'ont aussi interrogée.

"L'état de santé mentale [des étudiants], on le voit se dégrader avant qu'apparaisse vraiment un recours aux soins", a prévenu le Pr Christophe Tzourio, qui ausculte les étudiants à travers les cohortes I-Share (cf [dépêche du 12/11/2020 à 16:44](#)) et CONFINS (cf [dépêche du 12/02/2021 à 18:40](#)). Et "il faut intervenir avant ce recours aux soins", a-t-il souligné, doutant ainsi que les "chèques psy", la "psychiatisation ou la psychologisation de cette population, soit la bonne réponse".

"La bonne réponse est assez simple. Que demandent les étudiants? [...] De revenir à l'université [...]", a-t-il lancé. Il a appelé à "prendre ce risque" d'ouvrir les universités, qui est "faible sur le plan de l'épidémie", même s'"il faut bien sûr réfléchir au fait que les jeunes adultes sont en contact avec d'autres personnes de la population plus à risque, et comment on prévient cela".

Le délégué ministériel à la psychiatrie, Frank Bellivier, a souligné que le chèque psy "est une mesure d'urgence" et que "les travaux que nous menons au travers des projets territoriaux de santé mentale [PTSM] et en lien avec le ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche, est de trouver les modalités d'accès au droit commun des étudiants".

"Un certain nombre des sites universitaires ne sont pas équipés en services de soins universitaires; il faut organiser cette articulation fonctionnelle avec le droit commun en santé mentale" dans le cadre des PTSM, donc.

"Je souscrit aussi sur le fait que les réouvertures des écoles et des universités sont certainement des mesures qui ont une taille d'effet sur la santé des publics concernés beaucoup plus importante que les réponses sanitaires que l'on pourrait apporter", a-t-il commenté.

Mardi soir, lors d'un débat à l'Assemblée nationale, la ministre de l'enseignement supérieur et de la recherche, Frédérique Vidal, a affirmé que "1.000 psychologues ont répondu à l'appel" dans le cadre du chèque psy, et annoncé la mise en place, lundi 8 mars, d'"une plateforme pour inciter les jeunes à demander cette aide psychologique".

vl/ab/APMnews

[VL0QPGC3M]

POLSAN - ETABLISSEMENTS

Aucune des informations contenues sur ce site internet ne peut être reproduite ou rediffusée sans le consentement écrit et préalable d'APM International. Les informations et données APM sont la propriété d'APM International.

©1989-2021 APM International -

https://www.apmnews.com/story.php?objet=364416&idmail=.O.oQ4xQ03Sib7LrDKvHBQowCYyHRCKcnS0ZAhWi7tl-phu-ohKUo_zlM1zognLlr4MrO_yhfnasF8tiYHmZFN4XrxfdKEcMSj_d1yBwUCZArRsaopvjkyIG9oANhH1Ff53KpuZlf7FLnP47M38NrePwJyr_5v__3SCKYIEkHOKQHbAJVdyaqn-T9E1PBNYS9Z_8VS1jsV69hi9bHwS5TvbkaJUjxE9k59So8_fg4eHJ6s