

PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE

12-11-2014

Le programme « Santé mentale » vise à accroître ou maintenir le bien-être et à réduire la prévalence des troubles mentaux ainsi que l'incidence des suicides. L'Inpes intervient soit sur les environnements (précarité, éducation, participation sociale...) et/ou les comportements (consommation de substances psychoactives), soit directement sur le sujet de la santé mentale (comme ce fut le cas pour le dispositif d'information des Français sur la dépression de 2007). Les actions de ce programme s'inscrivent dans d'autres programmes de l'Institut, en particulier « Grossesse et petite enfance », « Santé des jeunes » et « Vieillir en bonne santé ». Quatre publics ont été identifiés comme prioritaires : les adultes (en particulier les chômeurs), les personnes âgées, les jeunes, les enfants et leurs parents. Une attention particulière est donnée à la lutte contre les discriminations (personnes séropositives ou personnes homosexuelles par exemple) qui peuvent être des facteurs de risque de souffrance psychique et de suicide

Objectifs et actions du programme Santé mentale

- améliorer la compréhension et l'intégration de la promotion de la santé mentale dans les politiques nationales, régionales et locales
- améliorer, développer et promouvoir des dispositifs d'aide à distance en santé consacrés à la prévention du suicide et à la prévention/promotion de la santé mentale. L'Inpes subventionne plusieurs dispositifs de prévention et d'aide à distance dans le champ du mal-être et du suicide. La revue de littérature réalisée à partir des actions évaluées au niveau international montre que les lignes d'écoute ont un impact positif sur les taux de suicides accomplis et les pensées suicidaires. Depuis 2002, l'Inpes collabore avec quatre dispositifs qui interviennent dans ce champ : SOS Amitié, Suicide Écoute et SOS Suicide Phénix, pour les personnes en souffrance ou confrontées au suicide, et Phare Enfants-Parents pour les parents confrontés au mal-être et au suicide de leurs enfants. Dans le cadre du projet de réorganisation et d'évolution de la prévention et de l'aide à distance en santé (Pads) piloté par l'Institut, l'Inpes finance des modules de formation initiale mutualisés pour les écoutants. Les dispositifs, comme SOS Amitié France en 2013, modernisent progressivement leurs sites internet. Pour répondre aux demandes du public, les quatre dispositifs s'appuient sur le bénévolat. Les associations qui font vivre ces services ont besoin de volontaires pour assurer les permanences d'écoute. Le dispositif Fil Santé Jeunes, dont l'Inpes est partenaire, offre également une information, une écoute et une orientation sur tous les sujets de santé concernant les jeunes. Il s'agit de questions de santé physique mais aussi de santé mentale puisque 20 % des questions posées par les jeunes sur le site www.filsantejeunes.com sont liées au mal-être.
- repérer, synthétiser et diffuser des interventions efficaces de développement et de soutien des compétences psychosociales et des actions parentales ; créer et diffuser des supports méthodologiques sur ce sujet auprès des intervenants des

champs sanitaire et social. Le programme Santé mentale de l'Inpes s'intéresse en effet particulièrement aux jeunes, de la naissance à l'adolescence. Il vise à favoriser le développement de leurs compétences psychosociales et celles de leurs parents. Un article de la lettre d'information de l'Institut, *Équilibres*, de mars 2013 fait le bilan des publications de plusieurs ouvrages et outils sur le sujet de l'accompagnement des familles et évoque des expérimentations en cours ou achevées (projet Capedp, Panjo) et l'évaluation du projet de promotion du bien-être psychique du jeune enfant mené à Aubervilliers. Le numéro 426 de décembre 2013 de *La Santé en action* sur la petite enfance et les inégalités sociales de santé, et l'ouvrage *Promouvoir la santé dès la petite enfance : accompagner la parentalité* (2014), témoignent des activités de l'Inpes dans ce domaine.

- poursuivre et développer des actions d'information sur la dépression. L'Inpes a mis en place dès 2007 un dispositif d'information sur la dépression visant à améliorer les connaissances (création du site www.info-depression.fr et d'un guide d'information), l'orientation et l'accompagnement des personnes en souffrance psychique ainsi que de leur entourage. Le guide « La dépression chez l'adulte, en savoir plus pour en sortir » a été diffusé à 375 000 exemplaires.
- prévenir l'isolement social et la détresse psychique des personnes homosexuelles par la diffusion et promotion d'un outil pédagogique de prévention des attitudes et comportements homophobes « Jeune et homo sous le regard des autres » et de leurs conséquences (DVD et livret diffusés à 20 000 exemplaires) et de l'ouvrage « *Les minorités sexuelles face au risque suicidaire. Acquis des sciences sociales et perspectives* » (nouvelle édition 2014)
- favoriser l'émergence et le développement d'actions visant à promouvoir la participation sociale et donc prévenir l'isolement social chez les personnes âgées : réalisation et diffusion de guides d'aide à l'action à destination des professionnels : « Interventions de la santé pour les aînés : modèle écologique » (2013), « Actions collectives bien vieillir : repères théoriques méthodologiques et pratiques » (2014) et de brochures grand public : « Vieillir et alors ? » (à destination des jeunes retraités) et « Bien vivre son âge » (à destination des 75ans et plus). Des programmes courts sur le web ainsi qu'un site spécifique sont aussi en cours de réalisation.
- Informer les jeunes et leur entourage sur les produits psychoactifs : réactualisation du guide « Drogues et dépendances » au premier semestre 2014, réactualisation du guide « Cannabis : les risques expliqués aux parents » (28000 exemplaires diffusés depuis 2011)
- Contribuer à la production de données scientifiques et au transfert de connaissances dans le champ de la prévention des troubles psychiques et de la promotion de la santé mentale. Des revues de littérature, des articles, des données d'enquêtes, des ouvrages et des outils sont disponibles pour orienter et développer des stratégies et des actions de prévention.

Libre de droits, sous réserve de mentionner la source