RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

Bordeaux, le 5 février 2021

COMMUNIQUE DE PRESSE

5 février 2021 : Journée Nationale de Prévention du Suicide

Le suicide continue de tuer trois fois plus que les accidents de la route, avec 8 435 décès en France[1] et 88 762 tentatives de suicide[2] (données sous-estimées car difficilement comptabilisables). Si l'efficacité des actions de prévention a permis de faire chuter le taux de décès par suicide de 33,5%[3], il n'en reste pas moins un enjeu majeur de santé publique. En ce contexte troublé par la Covid-19, l'ARS Nouvelle-Aquitaine surveille très attentivement les données des tentatives de suicide et le fonctionnement de l'offre de prise en charge des établissements de santé de la région.

Les résultats de la dernière enquête CoviPrev de Santé Publique France (vague 20 du 18-20 janvier) font état d'un maintien des états anxieux et dépressifs, ainsi que de problèmes de sommeil à un niveau élevé. Les données actuellement disponibles ne permettent pas de confirmer une hausse des conduites suicidaires. Cependant, des signaux émanant des professionnels de santé suggèrent un recours aux soins plus important pour mal-être, notamment chez les jeunes. C'est pourquoi **l'ARS Nouvelle-Aquitaine a renforcé récemment la présence de professionnels en psychiatrie auprès des étudiants via les services de santé universitaires. Les professionnels de la prévention du suicide intensifient également leurs activités et leur mobilisation**, en particulier auprès des acteurs en charge du public jeunes.
Ils continuent de décliner dans la région sous le pilotage de l'ARS, la stratégie nationale de prévention du suicide, dont les axes sont les suivants :

- **Le repérage et l'orientation des personnes en souffrance psychique : 70 formateurs régionaux** ont déjà suivi les nouvelles formations de la Direction Générale de la Santé (DGS) **sur les fonctions de repérage (sentinelles), d'évaluation du potentiel suicidaire et d'intervention** en crise. Issus de divers secteurs et formés à l'écoute et à la souffrance psychique, ils formeront à leur tour d'autres personnes « sentinelles » dans chaque département. Ils constituent dans chaque territoire un réseau, comprenant également des professionnels de santé, avec lesquels ils sont en interaction régulière. A l'avenir, des **citoyens volontaires pourront aussi devenir « sentinelles »** afin de proposer un maillage territorial encore plus large.

- **Le recontact et le suivi des personnes ayant fait une tentative de suicide : 4 personnes sur 10** ayant fait une première tentative de suicide **récidiveront dans l'année**. Pour enrayer ce risque, la Direction Générale de la Santé (DGS), dont l'exigence est relayée par l'ARS, encourage les acteurs du soin à mettre en place un accompagnement spécifique et personnalisé dans la durée. **Le dispositif VigilanS**, auquel participent le centre hospitalier Charles Perrens (Bordeaux) et le centre hospitalier Laborit (Poitiers), assure ainsi une « veille » et un accompagnement auprès de ces personnes fragilisées. Il continuera de se déployer dans plusieurs départements.

[1] Observatoire national du suicide : données 2016
[2] Hospitalisations et recours aux urgences pour tentatives de suicide en France métropolitaine à partir du PMSI-MCO et d'Oscours
[3] entre 2000 et 2016 en France

- **Le soutien aux familles et personnes endeuillés par suicide :** Pour **chaque décès par suicide on compte 26 personnes endeuillées, dont 7 personnes significativement impactées**. Le deuil d'un proche s'étant donné la mort constitue une épreuve particulièrement difficile du fait de la nature et la violence du décès. En leur apportant un soutien le plus précocement possible, **les associations** telles que « Vivre son Deuil », « l'association régionale de prévention du suicide et de promotion de la santé mentale en Poitou-Charentes » et les centres hospitaliers (La Valette en Creuse et Charles Perrens en Gironde) **jouent un rôle essentiel dans la prévention et la prise en charge de la souffrance psychique des personnes endeuillés**.

- **Une information plus juste et une médiatisation responsable du suicide :** Avec la crise sanitaire, la question du suicide s'est imposée dans les médias ces derniers mois. **Or, un traitement médiatique inapproprié d'un événement suicidaire est susceptible d'inciter au passage à l'acte chez des personnes vulnérables.** On appelle ce phénomène **l'effet « Werther ».** Au contraire, l'effet « Papageno » prédit que certaines précautions dans la façon de relayer un suicide contribue à prévenir les conduites suicidaires. Cet effet est au cœur de la mission du **programme Papageno** que l'ARS Nouvelle-Aquitaine a fait le choix de financer dans son territoire depuis deux ans. Outre ses actions de média-training à destination des professionnels du secteur, le programme propose un apport théorique aux journalistes en rédaction. Ils disposent ainsi des clés pour un traitement plus précis et plus responsable des cas de suicide ou tentatives de suicide. Sur la région, les étudiants de l'institut de Journalisme Bordeaux Aquitaine (IJBA) sont sensibilisés chaque année et **une vingtaine de journalistes**, en rédactions, clubs de la presse ou en collectifs, **ont déjà été formés**.

Enfin, une ligne nationale écoute suicide sera opérationnelle dans la région courant 2022 et permettra un recours aux soins plus fluide pour les personnes à risques suicidaire, leurs aidants et les professionnels de santé. En attendant, **de nombreux dispositifs d'aide et d'écoute sont d'ores et déjà déployés en Nouvelle-Aquitaine (voir annexe).**

Comment prendre soin de sa santé mentale et de celles des autres?

Cette période peut engendrer des sensations de vide, de tristesse, de colère, d'idées suicidaires et de violence contre les autres. En parler à ses proches et/ou à des professionnels de santé, appeler des lignes d'écoute pour ne pas rester seul et faire de même pour ses proches, permet de lutter contre ces moments douloureux. Il est en effet important de rester en lien avec ses proches, de parler à son entourage tout en évitant de rester trop connecté à l'actualité. Organiser ses journées en restant actif, que l'on soit ou non en recherche d'emploi, faire de l'exercice physique sous toutes ses formes, est une manière de combattre le stress et l'anxiété.

Deux types de lignes d'écoute téléphoniques ont été mises en place :

- **Le soutien psychologique** assuré par des professionnels de la psychiatrie,
- **L'écoute** de la souffrance psychique par des écoutants d'associations, formés et supervisés.

- **Demandes d'interview de spécialistes de la prévention du suicide : n'hésitez pas à contacter le service presse de l'ARS Nouvelle-Aquitaine, nous disposons de contacts dans les territoires pour répondre à vos demandes.**

Contact presse ARS Nouvelle-Aquitaine
N° presse : 06 65 24 84 60
ars-na-communication@ars.sante.fr

ANNEXE

➘ Ressources téléphoniques et numériques pour garder une vigilance collective

- Mal être et idées suicidaires : Ligne téléphonique **Suicide Ecoute au 01 45 39 40 00**, ouvert 24h/24 et toutes les lignes régionales et national ***ici***
- **Le site** **www.ditesjesuisla.fr** : en parler peut tout changer
- Le service d'aide à distance **alcool-info-service : 0 980 980 930**, **Drogues Info Services au 0 800 23 13 13**.
- **Femmes victimes de violences : 3919**, du lundi au samedi de 9h à 19h
- **Enfants confrontés à des situations de maltraitance : le numéro 119**
- https://www.psycom.org/comprendre/la-sante-mentale/sante-mentale-et-covid/
- http://cn2r.fr/recommandations-epidemie-covid-19/

➘ Evènements de sensibilisation de la population

Au regard des impératifs liés à la gestion de la crise sanitaire, les évènements organisés habituellement lors de la **Journée nationale de prévention du suicide** sont adaptés au format numérique :

L'union Nationale de prévention du suicide (UNPS)

FORUM DIGITAL « Ecouter, Faire Entendre, Agir ensemble »

Vendredi 5 février 2021 - de 10h à 16h (accessible gratuitement en ligne sur inscription)
Organisateur : UNPS
Programme : https://www.unps.fr/unps_images/jnps-2021/jnps-2021-programme-5-fevrier.pdf
Inscription :https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdYp1amlZ62pdLS1xwI3PtoBCZ4GsRcAcqr5wnJrl1FL0ysHw/viewform

Dordogne : L'association Services aux Familles en Difficultés (SAFED) et centre hospitalier de Vauclaire : Santé Mentale *https://www.facebook.com/prisca.stella.5099*

La Haute Vienne : Le centre hospitalier Esquirol : permanences au pôle des usagers