



La prévention du suicide : une priorité de santé publique

Au cours de notre vie, la plupart d'entre nous avons été touchés de près ou de loin par le suicide. Devant une telle tragédie, mille et une questions nous assaillent : qu'aurait-il fallu faire ? Comment le prévenir ? Un choix s'impose aux infirmières : s'investir davantage professionnellement.

Je me rappelle l'époque où ma fille aînée fréquentait l'école primaire, le frère d'une de ses camarades de classe s'était suicidé en fin d'après-midi au retour de l'école. Imaginez un enfant de onze ou douze ans ! L'école a préféré ignorer la chose et j'avais obtenu de l'aide à l'extérieur pour que ma fille puisse parler de cet événement traumatisant. Plus tard, à la fin de son baccalauréat, un de ses amis s'est suicidé au retour d'une semaine de « beach party », réagissant impulsivement à une rupture amoureuse. J'étais découragée : le suicide chez les jeunes peut faire tache d'huile, une situation que toute mère veut éviter. C'est sans compter les cas d'overdose et les incidents dans le métro qui défraient quotidiennement la chronique. Le suicide surprend toujours et bouleverse. Personnellement, je n'ai pas été épargnée : le 8 août 1972, l'un de mes frères, âgé de 20 ans, s'est enlevé la vie. Trente-cinq ans plus tard, la peine s'est adoucie mais le doute demeure... Aurait-on pu soulager sa souffrance et prévenir ce drame ?

Des chiffres qui parlent

Les statistiques¹ sont accablantes : par rapport aux pays industrialisés, le Québec se situe au troisième rang pour le taux de mortalité par suicide, derrière la Finlande et le Japon. Le Québec est la province canadienne où le taux de suicide est le plus élevé.

Le phénomène est complexe car il résulte de caractéristiques liées à l'individu en détresse, mais aussi de facteurs touchant l'entourage, et même, la société dans son ensemble. Ainsi, pour les jeunes membres des Premières Nations du Canada, la perte du sens de leur continuité culturelle semble un facteur expliquant leur très haut taux de suicide. Selon les recherches, l'appartenance à un groupe démuné par opposition à un groupe favorisé doublerait le taux de suicide. La situation est carrément catastrophique pour la région du Nunavik dans le Nord-du-Québec où le taux croissant est sept fois supérieur à celui du Québec dans son ensemble.

Au Québec, trois ou quatre personnes s'enlèvent la vie chaque jour et ce sont des hommes dans 80 % des cas. On estime qu'il y a de 10 à 20 fois plus de tentatives que de décès par suicide. Finalement, des milliers de personnes sont touchées de près ou de loin, qu'elles soient des voisins, des membres de la famille, des amis d'école ou du collègue ou des collègues de travail. En fait, les personnes endeuillées par un suicide sont davantage à risque d'éprouver des troubles mentaux et même de se suicider. La détresse émotionnelle liée à

1. Les statistiques sur le suicide et la description des facteurs de risque sont tirées de la prise de position de l'OIIQ intitulée : *Prévenir le suicide pour préserver la vie*, septembre 2007.

des difficultés ponctuelles ou à des psychopathologies prend différentes formes et est souvent occultée.

Comment agir?

L'OIIQ a décidé d'inviter toutes les infirmières et infirmiers à s'investir professionnellement dans le dépistage des signes de détresse, ainsi que dans l'évaluation et l'intervention auprès des personnes présentant un risque de suicide et leurs proches. L'OIIQ reconnaît que le suicide et les tentatives de suicide constituent un important problème de santé publique qui requiert l'implication et la collaboration de tous les acteurs de la société pour en freiner la hausse.

La **Journée mondiale de la prévention du suicide** a lieu annuellement le 10 septembre. Le thème de cette année, «La prévention du suicide aux différents stades de la vie», veut mettre l'accent sur le fait que le suicide se produit à tous les âges de la vie et que la prévention et les stratégies doivent être adaptées aux différents groupes vulnérables. La Journée mondiale de la prévention du suicide, une initiative de l'Association internationale pour la prévention du suicide (IASP) en collaboration avec l'Organisation mondiale de la santé (OMS), entend souligner que le problème du suicide est une cause majeure de décès prématurés et évitables.

À l'évidence les infirmières sont bien placées pour dépister les personnes à risque et intervenir auprès d'elles. En effet, selon une revue de la littérature, il ressort que 75 % des personnes victimes de suicide ont consulté un intervenant de première ligne dans l'année précédant le suicide et que 50 % d'entre elles l'ont fait au cours du mois précédent. Les infirmières où qu'elles travaillent doivent être à l'affût des signes avant-coureurs.

La prévention du suicide fait partie intégrante de la pratique infirmière. Elle se rattache aux activités prévues dans le champ d'exercice de la profession que sont l'évaluation de la condition physique et mentale des personnes symptomatiques, la surveillance clinique de la condition des personnes dont l'état de santé présente des risques ainsi que le suivi clinique, y compris les soins, les traitements et l'administration des médicaments.

Pour guider la pratique

L'OIIQ publie à l'occasion de la Journée mondiale de la prévention du suicide une prise de position et un guide de pratique clinique destinés à toutes les infirmières et tous les étudiants de soins infirmiers de 3^e année. Ces publications se veulent des outils précieux de formation susceptibles d'aider le personnel infirmier à améliorer sa compréhension du phénomène

et ses capacités à intervenir dans les sphères de la promotion de la santé mentale, de la prévention du suicide, de l'intervention en situation de crise, de la réadaptation et de la postvention.

Le Bureau de l'Ordre a demandé qu'on saisisse l'occasion pour valoriser plus largement auprès de la population l'expertise clinique des infirmières et leur rôle clé dans le domaine de la santé publique. D'entrée de jeu, j'ai rappelé que le contexte social crée souvent un terreau fertile à la dépression et au suicide. La prévention du suicide nécessite une approche intersectorielle et multidisciplinaire. La profession ne peut à elle seule agir efficacement. Il n'en demeure pas moins qu'elle doit s'investir davantage dans cet enjeu de santé publique. Les problèmes de santé mentale sont encore trop souvent dissimulés et la souffrance psychologique est vécue dans l'ombre, à l'abri des regards. Poursuivons notre travail de préserver des vies. ●

La présidente,



Gyslaine Desrosiers

