

Violence dirigée contre soi-même

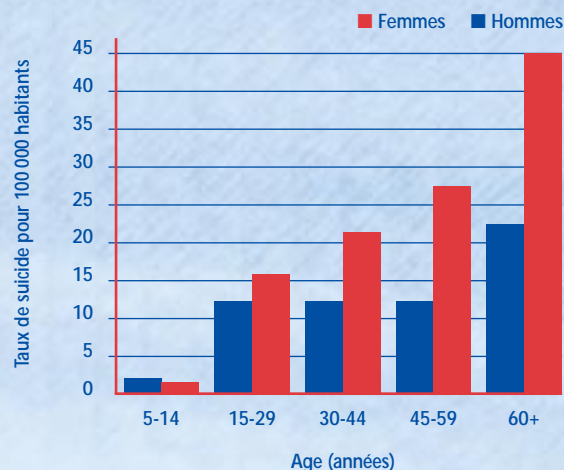
Dans le monde entier, le suicide est à la fois une des principales causes de mortalité et un grand problème de santé publique. Parmi les personnes de 15 à 44 ans, les automutilations sont la quatrième cause de décès ainsi que la sixième cause de mauvaise santé et d'incapacité.

Presque partout dans le monde, le suicide est frappé d'ostracisme – il est condamné pour des raisons religieuses ou culturelles – et, dans certains pays, c'est un délit pénal sanctionné par la loi. Il est donc souvent un acte secret, marqué par l'interdit, qui peut être ignoré, classé de façon erronée ou délibérément occulté dans les registres officiels des décès.

AMPLEUR DU PROBLÈME

- Selon les estimations, 815 000 personnes se sont donné la mort en 2000, soit un taux de 14,5 pour 100 000 et environ une personne toutes les 40 secondes.
- C'est en Europe de l'Est que l'on constate les taux les plus élevés, tandis que les taux les plus faibles sont enregistrés principalement en Amérique latine et dans certains pays d'Asie.
- Dans les pays, les taux de suicides sont souvent plus élevés au sein des populations autochtones: les Aborigènes, les populations des Iles du Détroit de Torres en Australie ou les Inuits dans le Grand Nord canadien sont à cet égard des exemples frappants.
- D'une façon générale, les taux de suicide augmentent avec l'âge. Ils sont environ trois fois plus élevés chez les plus de 60 ans que chez les personnes entre 15 et 29 ans. Cependant, c'est parmi les moins de 45 ans que les chiffres absolus sont les plus élevés.
- Bien que les femmes aient plus souvent des pensées suicidaires que les hommes, les taux de suicide sont plus élevés dans la population masculine. On compte en moyenne trois suicides d'homme pour un suicide de femme mais l'écart est beaucoup plus réduit dans certaines régions d'Asie.
- Les pensées suicidaires et les tentatives sont courantes chez les jeunes. Chez les moins de 25 ans, le rapport entre les tentatives de suicide et les suicides peut atteindre 100-200:1.
- En général, 10% des personnes ayant tenté de se suicider finissent par se donner la mort.

Taux de suicide mondiaux en fonction de l'âge et du sexe (2000)



QUELS SONT LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE DE VIOLENCE DIRIGÉE CONTRE SOI-MÊME ?

Des circonstances ou des événements stressants très divers peuvent renforcer le risque de comportement autodestructeur, notamment la perte d'un proche, les conflits avec des parents ou des amis, des problèmes vis-à-vis de la loi ou en relation avec leur travail. Pour que ces événements deviennent des facteurs qui précipitent ou déclenchent le suicide, il faut néanmoins qu'ils surviennent chez quelqu'un qui est prédisposé ou particulièrement vulnérable.

Il existe certains facteurs prédisposants :

- alcoolisme ou toxicomanie
- antécédents de sévices corporels ou sexuels dans l'enfance
- isolement social
- problèmes psychiatriques comme les troubles de l'humeur, la schizophrénie ou un sentiment général de désespoir.

D'autres facteurs importants interviennent :

- accès à un moyen de se donner la mort (armes à feu, médicaments ou produits toxiques à usage agricole le plus souvent)
- maladies somatiques, notamment celles qui s'accompagnent de douleurs ou d'incapacités
- antécédents de tentatives de suicide.

Certains facteurs liés à l'environnement social jouent également un rôle. Les taux de suicide augmentent par exemple en période de récession économique et de chômage élevé. Ils sont également plus élevés en période de désintégration ou d'effondrement social et d'instabilité politique.



QUE PEUT-ON FAIRE POUR ÉVITER LA VIOLENCE DIRIGÉE CONTRE SOI-MÊME ?

Traitement des troubles mentaux

Le diagnostic et le traitement précoces des troubles mentaux constituent une stratégie importante de prévention, compte tenu notamment du rôle joué par la dépression et d'autres problèmes psychiatriques dans les comportements suicidaires. Il est tout aussi important de dépister et de traiter les personnes présentant des problèmes d'alcoolisme ou de toxicomanie.

Approches pour changer les comportements

Les personnes à tendance suicidaire expriment en général une difficulté à résoudre leurs problèmes. Les approches passant par des thérapies comportementales sont conçues pour étudier les problèmes sous-jacents et aider les patients à développer la faculté de les résoudre. Bien que nous ne disposions pas encore de réponses probantes, il semble que ces approches aient une certaine efficacité dans l'atténuation des pensées et des comportements suicidaires.

Actions au niveau communautaire

Les collectivités locales sont un cadre important pour la prévention du suicide. Certaines des mesures les plus courantes prises à ce niveau sont les suivantes :

- création de centres de prévention du suicide offrant des numéros d'appel d'urgence, des conseils et des actions de proximité
- programmes à base communautaire dans les centres de jeunes ou les institutions pour personnes âgées
- groupes de soutien destinés aux personnes ayant fait des tentatives de suicides et aux familles et amis de personnes qui se sont suicidées
- médias et campagnes d'éducation pour sensibiliser au problème et lutter contre les tabous associés aux comportements suicidaires.

Les interventions en milieu scolaire sont importantes pour atteindre les jeunes. Si le personnel scolaire ne peut pas remplacer les professionnels de la santé mentale, ils peuvent néanmoins être entraînés à déceler les signes et les symptômes des comportements suicidaires afin d'orienter les sujets vulnérables vers les services de santé mentale les mieux adaptés. Les programmes d'éducation à l'intention des élèves et des étudiants peuvent également s'avérer bénéfiques.

Stratégies sociales et environnementales

Au moment du passage à l'acte, l'issue mortelle de la tentative dépend principalement de la méthode choisie. A cet égard, les armes à feu, la pendaison ou le saut dans le vide font partie des méthodes les plus létales.

La limitation de l'accès aux moyens d'autodestruction constitue donc une stratégie importante de prévention qui a fait la preuve de son efficacité. On a ainsi observé une diminution notable du nombre des suicides dans les pays ayant par exemple éliminé le monoxyde de carbone du gaz de ville et des gaz d'échappement ou réservé aux agriculteurs l'accès aux produits agricoles toxiques concentrés. Les restrictions imposées à la possession d'armes à feu ont permis d'en diminuer l'utilisation pour les suicides.