

**« Alliance contre la dépression »**

---

**Question**

Selon des études nationales et internationales, on estime qu'environ 20 % de la population est atteinte d'une pathologie que l'on peut diagnostiquer comme mentale. On considère également que 5 à 7 % de la population souffre d'une dépression.

Ce type d'affection est souvent mal compris. Au même titre que le diabète et l'hypertension, une dépression n'est pas l'expression d'une défaillance personnelle, mais bel et bien une maladie qui peut frapper chacun, indépendamment de la profession, de l'âge et du statut social. Parfois, il n'est pas évident de la différencier d'un trouble de l'humeur ou d'une crise passagère. La plupart des personnes dépressives peuvent être traitées efficacement. En revanche, si la maladie n'est pas identifiée, elle peut causer des souffrances inutiles et nuire à la personne, parfois jusqu'à la pousser au suicide.

Faire de la maladie qu'est la dépression un sujet public, ne pas laisser les personnes concernées et leurs proches à leur sort et créer un réseau fort et efficace me semble être très important. Depuis 2001, « l'Alliance contre la dépression » s'engage pour une meilleure prise en charge des personnes atteintes de cette maladie.

Mes questions :

1. Le Conseil d'Etat veut-il entrer dans une « Alliance contre la dépression » ?
2. Le Conseil d'Etat va-t-il sensibiliser les médecins généralistes et la population à l'aide d'une campagne de prévention ?
3. Le Conseil d'Etat va-t-il informer largement la population sur cette maladie qu'est la dépression ?

Le 20 janvier 2009

**Réponse du Conseil d'Etat**

La dépression majeure est une maladie grave qui nécessite des soins spécifiques. Elle est typiquement caractérisée par un profond pessimisme ou une perte marquée de l'intérêt ou du plaisir ainsi qu'une perturbation de l'appétit, du sommeil et de la concentration, agitation ou ralentissement psychomoteur, perte d'énergie, sentiment de dévalorisation ou de culpabilité excessif ou inapproprié et une pensée de mort ou une idée suicidaire. On en distingue une dysthymie, une forme de dépression chronique mais moins sévère. En Suisse, 5 à 7 % de la population est atteint de la dépression. Selon l'OMS, au niveau mondial, 15 % des personnes souffrant de dépression grave se suicident et 56 % tentent de le faire. La dépression est une maladie qui concerne particulièrement les femmes.

Les « Alliances contre la dépression » consistent en un programme d'action contre la dépression et le suicide qui contiennent trois messages : « la dépression a de nombreux visages », « la dépression peut frapper chacun », « la dépression se guérit ».

Ce programme d'action, dont l'objectif est l'amélioration du dépistage précoce et des structures de soin optimisées pour les dépressifs, reposent sur quatre niveaux d'intervention :

1. coopération avec les généralistes et formation continue ;
2. campagnes d'information au public ;
3. collaboration avec les multiplicateurs et les groupes cibles : par exemple enseignants, prêtres, soignants ;
4. prestations spécifiques aux personnes concernées et à leurs proches.

Le programme d'action a été présenté en Suisse en 2002. Dès 2003, le canton de Zoug a lancé une phase pilote, avec un programme adapté aux situations locales. D'autres « alliances » ont vu le jour depuis, dans les cantons d'Appenzell Rhodes Extérieures, de Berne et de Lucerne. Les cantons de Bâle-Ville, de Genève, de Thurgovie et de Zurich étudient le lancement d'un programme d'action pour leur population. Au niveau suisse, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et la Conférence suisse des directrices et des directeurs cantonaux de la santé (CDS) soutiennent ces « alliances ». L'OFSP a acquis les droits d'utilisation du programme d'action jusqu'en 2021 et peut les céder gratuitement aux régions et cantons intéressés. L'OFSP et la CDS favorisent également les activités interrégionales et les échanges d'expériences aux niveaux national et international.

Le canton de Fribourg, dans le cadre de l'élaboration du Plan cantonal de promotion de la santé et de prévention 2007–2011, s'est penché sur différentes données à disposition pour établir des priorités cantonales en matière de prévention et de promotion de la santé. Différentes indications concernant la santé mentale (dont fait partie la dépression) ont été considérées :

- Si l'on prend en considération les troubles psychiques de manière générale (y inclus la dépression mais pas uniquement) on constate que, dans le canton de Fribourg, une partie non négligeable de la population souffre de troubles psychiques légers (plus de 23 % des hommes et plus de 30 % des femmes). Parmi les personnes présentant les signes d'un mauvais équilibre psychique (16,7 % des hommes et 20 % des femmes), ce sont les plus jeunes (15-34 ans) qui sont les plus représentés.
- Au niveau national, les maladies psychiques sont la troisième maladie diagnostiquée dans les cabinets médicaux par ordre de fréquence.
- Selon des résultats d'études, les jeunes sont vraisemblablement déjà atteints de troubles du bien-être psychique. Le bien-être psychique joue en outre un rôle important comme cause de renforcement des comportements à risque et des comportements de dépendance.

Cette analyse de la situation fribourgeoise a conduit à poser la santé mentale comme un thème prioritaire du Plan cantonal de promotion de la santé et de prévention 2007–2011, accepté par le Conseil d'Etat en mai 2007. Ce plan cantonal, qui doit être décliné en plan d'actions contenant des objectifs à soumettre au Conseil d'Etat prochainement, envisage de traiter la thématique selon des objectifs liés à la déstigmatisation (par exemple à l'aide du travail des institutions du terrain fribourgeois telles que l'AFAAP – Association Fribourgeoise Action et Accompagnement Psychiatrique), à la connaissance et à l'accessibilité des offres (par exemple du RFSM – Réseau Fribourgeois de Santé Mentale) et au maintien des activités en cours concernant le suicide (par le biais du programme de prévention du suicide PréSuiFri – Prévention Suicide Fribourg).

En parallèle, par l'adoption de la loi du 5 octobre 2006 sur l'organisation des soins en santé mentale (LSM), le Grand Conseil du canton de Fribourg a donné mandat aux acteurs publics concernés de réorganiser, de manière significative, l'esprit et la lettre des prises en charge des patients et des patientes souffrant d'affections psychiques. Dans ce contexte, les structures

publiques actives dans le domaine de la santé mentale sont regroupées au sein du Réseau Fribourgeois de Santé Mentale (RFSM) depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2008.

Le RFSM élargit le concept « historique » de psychiatrie à celui de santé mentale puisqu'il met à la disposition de la population un spectre plus large de prestations, soit un ensemble de soins et de mesures répondant à des besoins en matière de promotion, de prévention, de diagnostic, de thérapie et de réinsertion. En outre, le passage d'une vision de soins psychiatriques à celle de prises en charge en santé mentale implique un renforcement de la collaboration avec l'ensemble des intervenants, les patients, leurs proches, la médecine somatique, les médecins de premier recours, les psychiatres privés, les associations, etc. avec des valeurs de coopération, de concertation et de mobilisation générale qui soutiennent le fonctionnement du RFSM. Il s'agit ici d'imbriquer l'ensemble de ces forces dans un véritable réseau de santé mentale sur une base conventionnelle, participative et incitative ; pour ce faire, des actions sont ici prévues. Dans le cadre de la planification sanitaire, le RFSM exploite trois secteurs de psychiatrie et de psychothérapie (enfants et adolescents, adultes et personnes âgées). Ces trois secteurs sont eux-mêmes organisés en chaînes de soins spécialisés. Dans ce cadre, il existe une chaîne de soins des troubles anxieux et de l'humeur et contre la dépression. Par ailleurs, et selon l'article 7 de la LSM, le mandat du RFSM prévoit des prestations notamment dans le domaine du développement de programmes de promotion et de prévention pour des problèmes importants de santé mentale des groupes à risque. Par exemple, une brochure contre la dépression, à l'intention des personnes souffrant de dépression et leurs proches a été éditée en septembre 2007 et distribuée dans les cabinets médicaux (Dépression : reconnaître – agir – prévenir ; brochure en français, en voie de traduction). De même, deux groupes de soutien aux proches ont été mis sur pied. Enfin, au titre des objectifs stratégiques 2009–2011 du RFSM, on note les communications et prévention, où il est dit que le RFSM s'engage à intensifier la communication autour de ses prises en charge et de son organisation auprès de la population, des patient-e-s, du personnel ainsi qu'auprès des autres acteurs concernés par la santé mentale. Le RFSM met en œuvre au moins une campagne annuelle de prévention sur une thématique de santé mentale. Ainsi, une manifestation contre la dépression a eu lieu en 2007, et une action sur la dépression à travers les âges en 2008. Une manifestation est prévue également pour 2009.

Les questions posées traitent de l'implication du canton dans une « alliance contre la dépression » et de la thématique de l'information et de la prévention. Au vu de ce qui précède, le Conseil d'Etat y répond comme suit, en traitant tout d'abord de la question de l'information générale avant d'aborder la question de l'entrée dans une « Alliance contre la dépression » :

- 1. Le Conseil d'Etat va-t-il sensibiliser les médecins généralistes et la population à l'aide d'une campagne de prévention ?**
- 2. Le Conseil d'Etat va-t-il informer largement la population sur cette maladie qu'est la dépression ?**

Comme ces deux questions vont dans la même direction, elles appellent à une réponse similaire. En effet, comme la prévention consiste en l'ensemble de moyens mis en œuvre pour empêcher l'apparition d'un trouble, d'une pathologie ou d'un symptôme, l'information sur la dépression participe à la prévention. Ce qui distingue en revanche les deux questions a trait aux destinataires de cette information, c'est-à-dire les médecins et la population. En ce qui concerne les médecins, ces derniers ont reçu une brochure interactive sur la dépression (cf. plus haut). De son côté, PréSuiFri a développé des guides d'intervention à destination des professionnels. Ces guides sont en fait des lignes directrices qui doivent aider les professionnels dans un contexte particulier et envers des groupes cibles spécifiques (par exemple, pour les jeunes, les adultes, les personnes âgées) et qui leur disent à quels autres soutiens ils peuvent faire appel. Des journées de formation sont également organisées par

PréSuiFri. Au niveau de la population, des manifestations annuelles contre la dépression ont également cours dans le canton. L'AFAAP, quant à elle, a, au titre de ses mandats, l'information de la population sur les conséquences de la maladie psychique sur tous les aspects de la vie. L'AFAAP fait connaître la réalité des personnes atteintes dans leur santé psychique, leurs compétences et leurs aptitudes. A noter que, dans cette association, les personnes concernées sont directement impliquées dans le travail de communication et d'information.

### **3. Le Conseil d'Etat veut-il entrer dans l' « Alliance contre la dépression » ?**

Une « Alliance contre la dépression » consiste en une mobilisation générale impliquant tout le système sanitaire (traitement, promotion de la santé et prévention), les autorités, les médias et vise à montrer une cohérence du système de santé, en développant le même message. Toutes les activités développées dans le cadre du RFSM visent à travailler dans cette direction de la mise en réseau.

Le plan cantonal de Promotion de la santé et de prévention 2007–2011 développe également ce type d'approche. Ainsi, les quatre niveaux d'intervention de l'« Alliance » sont déjà pris en considération à Fribourg (actions ayant déjà commencé et/ou en cours de développement). La collaboration et la coordination sont une priorité, mais la question de voir si celles-ci doivent se retrouver dans le cadre d'une « Alliance contre la dépression » reste encore ouverte.

Enfin, le Conseil d'Etat tient à souligner que l'approche choisie, tant au niveau du RFSM que du Plan cantonal de promotion de la santé et de prévention, appréhende la santé mentale au sens large, c'est-à-dire dans le cadre d'un contexte qui englobe et dépasse celui de la dépression.

Fribourg, le 4 mai 2009