

# Santé mentale – Aide-mémoire

## L'IMPORTANCE DE LA SANTÉ MENTALE

La santé mentale devrait être considérée comme une source inestimable de capital humain et de bien-être pour la société. Nous avons tous besoin d'être en bonne santé mentale pour prospérer, prendre soin de nous et interagir avec autrui. C'est pourquoi il est essentiel de ne pas uniquement répondre aux besoins des personnes atteintes de troubles mentaux spécifiques ; il faut aussi protéger et promouvoir la santé mentale de l'ensemble de la population et en reconnaître la valeur intrinsèque.

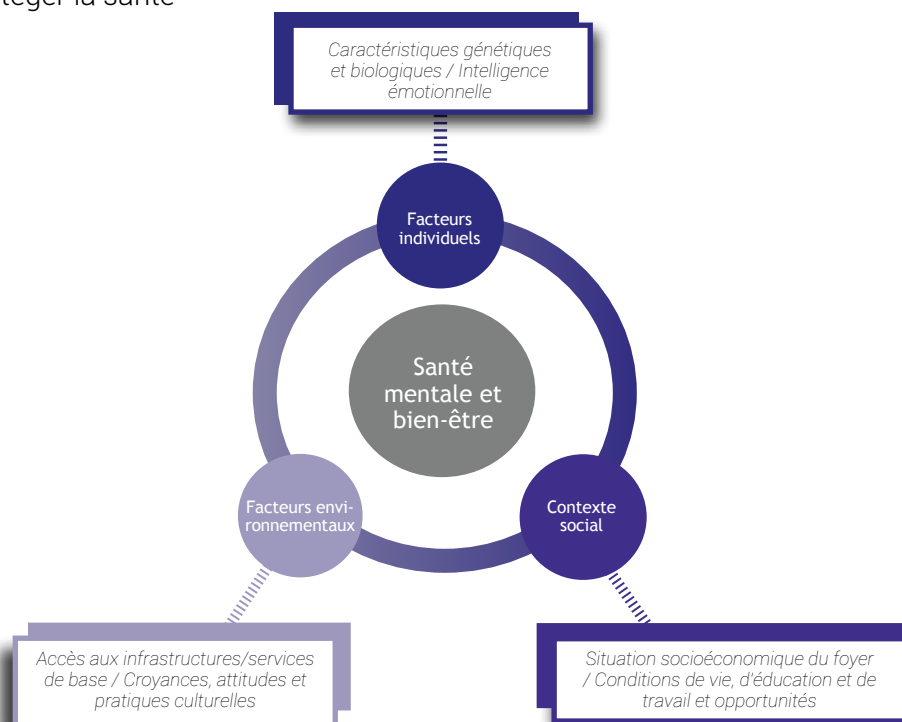
## LES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE

La santé mentale et le bien-être sont influencés par les facteurs individuels, mais également par le contexte social dans lequel évoluent les personnes et par l'environnement dans lequel elles vivent. Ces déterminants interagissent de manière dynamique et sont susceptibles de menacer ou de protéger la santé mentale d'une personne.

## DÉFINITIONS :

**La santé mentale** est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté.

**Les troubles mentaux** sont des perturbations de la santé mentale d'une personne, souvent caractérisées par la combinaison de pensées, d'émotions, de comportements et de relations avec autrui tourmentés. La dépression, les problèmes d'anxiété ou de comportement, les troubles bipolaires et la psychose sont quelques exemples de troubles mentaux.



Source : OMS (2012) *Les risques pour la santé mentale*

Les personnes souffrant de troubles mentaux **meurent**



**plus jeunes** que le reste de la population.

Source : OMS et Fountain House (2015) *Excess mortality in persons with severe mental disorders.*

## LA COMORBIDITÉ

Les liens entre les troubles mentaux et les principales maladies non transmissibles (MNT) sont bien connus. Les troubles mentaux affectent et sont à leur tour affectés par les principales MNT : ils peuvent être un signe annonciateur ou la conséquence d'affections chroniques telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète ou le cancer. Les facteurs de risque de ces maladies, notamment l'inactivité physique et la consommation nocive d'alcool, sont aussi des facteurs de risque de troubles mentaux et lient étroitement ces affections. Or, dans la pratique clinique, ces interactions et la comorbidité sont systématiquement négligées. La mortalité prématurée et l'invalidité pourraient être réduites si une plus grande attention était portée sur la lutte contre la comorbidité.

Les personnes atteintes de troubles mentaux meurent 20 ans plus tôt que le reste de la population. La grande majorité de ces décès n'est pas due à une cause spécifique (comme le suicide) mais à d'autres causes, notamment à des MNT qui n'ont pas été identifiées et prises en charge de façon appropriée.

## LA PRÉVALENCE DES TROUBLES MENTAUX

Les troubles mentaux constituent un des défis les plus importants de la santé publique dans la Région européenne de l'OMS car ils sont la première cause d'invalidité et la troisième cause de la charge globale de morbidité (mesurée en années de vie corrigées du facteur d'invalidité), après les maladies cardiovasculaires et le cancer.

En 2015, on estimait la prévalence des troubles mentaux dans la Région européenne de l'OMS à 110 millions de cas, soit 12 % de l'ensemble de la population à tout moment. Si l'on inclue les troubles liés à l'utilisation de substances psychoactives, ce nombre atteint 27 millions de cas (soit 15 % de la population), et si l'on tient compte des troubles comme la démence, l'épilepsie ou les céphalées, il passe à plus de 300 millions, soit 50 % de la population.

Les troubles mentaux les plus courants dans la Région européenne sont



**La dépression**



**L'anxiété**

Source : GBD 2015 *Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators* (2016) *Lancet*.

## LA GOUVERNANCE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

Quasiment tous les pays de la Région européenne (94 %) ayant répondu à une enquête récente conduite par l'OMS en 2017 pour les besoins de l'Atlas sur la santé mentale ont déclaré disposer d'une politique ou d'un plan indépendant ou intégré en matière de santé mentale. Parmi ces pays, deux tiers ont rapporté que leur politique est pleinement conforme aux instruments internationaux relatifs aux droits de l'homme. En revanche, un plan ou une stratégie portant sur la santé mentale des enfants et des adolescents n'est disponible que dans 77 % des pays.

Presque tous les pays ont signalé disposer d'une loi ou d'une législation indépendante en matière de santé mentale, intégrée dans une législation sur la santé en général ou l'invalidité. Dans près de la moitié des pays (45 %), la loi est appliquée par une autorité dédiée ou par un organisme indépendant qui assure des inspections régulières des établissements de santé mentale et qui présente au moins chaque année un rapport aux parties prenantes.

Le nouveau programme aux fins des objectifs de développement durable pose des difficultés supplémentaires tout en offrant des possibilités en matière de gouvernance de la santé mentale. La promotion et la protection de la santé physique et mentale exigent une réponse multisectorielle qui nécessite, quant à elle, une démarche pangouvernementale. Une vision stratégique pour l'intégration des soins et de la prévention en matière de santé mentale et physique doit être associée aux nombreuses composantes internes et externes des pouvoirs publics et du secteur de la santé, notamment les services sociaux, l'éducation et l'environnement, et impliquer une collaboration avec ces composantes.

## LES RESSOURCES EN SANTÉ MENTALE

### *Effectifs dans le domaine de la santé mentale*

La population de la Région européenne dispose des effectifs les plus importants au monde : 50 agents de santé mentale sont disponibles pour 100 000 habitants, si l'on tient compte des psychiatres, des infirmières, ainsi que des assistants sociaux et des orthophonistes.

Cette valeur médiane dissimule d'importantes variations d'un pays à l'autre. Ainsi, le nombre de psychiatres pour 100 000 habitants varie de 48 en Norvège à 24 en Pologne, 7 en Bulgarie et 1 au Tadjikistan ; le nombre médian de psychiatres est de 1 pour 10 000 habitants.

La situation est similaire en ce qui concerne les infirmières qui prodiguent des soins de santé mentale : le taux médian pour 100 000 habitants s'élève à 23,5, soit plus de deux fois plus que le taux médian de psychiatres. Les autres professions forment une part mineure de l'ensemble du personnel : les pédopsychiatres, les assistants sociaux, les ergothérapeutes et les orthophonistes représentent moins de 2,5 % du personnel.





**50 MILLIONS  
D'ANNÉES**



**12 MILLIONS  
DE JOURS**



**US \$1  
MILLIARD**

*sont perdus chaque année  
à cause des troubles  
mentaux courants.*

Source : Chisholm et. al (2016), *Return on investment analysis*, Lancet Psychiatry

## Dépenses en santé mentale

En 2016, dans la Région européenne, les gouvernements dépensaient en moyenne US \$22 par personne dans les programmes et les services de santé mentale. Cependant, des variations importantes sont là encore observées dans les dépenses, la médiane par groupement de pays allant de moins de US \$1 par personne dans les nouveaux États indépendants à près de US \$200 dans les pays de l'Union européenne (avant l'élargissement de 2004).

Malgré le lourd fardeau économique que constituent les troubles mentaux au niveau mondial, les dépenses ne représentent que 1 % des dépenses totales de santé engagées par les gouvernements de la Région européenne de l'OMS. Sur l'ensemble de ces dépenses, 69 % étaient destinées aux hôpitaux psychiatriques du secteur public.

## LES SERVICES DE SANTÉ MENTALE

Le nombre total de lits psychiatriques disponibles dans tous les types d'établissements hospitaliers (hôpitaux psychiatriques, unités psychiatriques dans les hôpitaux généraux, maisons de repos psychiatriques et services psychiatriques hospitaliers destinés aux enfants et aux adolescents) est de 93 pour 100 000 habitants.

À nouveau, des différences considérables existent en termes de type de lit et d'emplacement : ainsi, l'Azerbaïdjan compte 38 lits en hôpital psychiatrique pour 100 000 habitants contre 5 lits en maison de repos. La France compte 7 lits en hôpital psychiatrique pour 100 000 habitants contre 92 lits en maison de repos.

Le nombre de services ambulatoires varie aussi considérablement autour d'une médiane régionale de 1,63 pour 100 000 habitants, allant de 10 en République tchèque et dans les pays baltes à moins de 1 dans plusieurs pays de la Région.

## L'ACTION DE L'OMS

Le programme de santé mentale du Bureau régional de l'OMS pour l'Europe travaille de manière bilatérale avec plus de 20 pays. Il permet de les aider dans l'élaboration et la mise en œuvre de politiques et de plans nationaux conformes au Plan d'action européen sur la santé mentale 2013-2020. Le programme poursuit une démarche de renforcement du système de santé visant à répondre aux besoins constatés dans tous les aspects des services de santé mentale et des plateformes de prestation, pour avancer vers une approche orientée sur la personne et intégrée de la prévention, de la prise en charge et du traitement des troubles mentaux.

Le Plan d'action européen sur la santé mentale 2013-2020 a pour objectifs : d'améliorer le bien-être mental de la population et de réduire la charge des troubles mentaux, en mettant l'accent sur les groupes vulnérables, l'exposition aux déterminants et les comportements à risque ; de garantir le respect du droit des personnes atteintes de troubles mentaux et de leur offrir des opportunités égales pour qu'elles aient la meilleure qualité de vie possible et qu'elles surmontent la stigmatisation et la discrimination ; et d'instaurer des services accessibles, sûrs et efficaces qui répondent aux besoins mentaux, physiques et sociaux et aux attentes des personnes atteintes de troubles mentaux et de leurs proches.

**Pour plus d'informations concernant l'action de l'OMS, veuillez consulter la page suivante :**  
[www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health](http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health)

## RESSOURCES CLÉS

### **Le Plan d'action européen sur la santé mentale 2013-2020**

([http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0008/195218/63wd11g\\_MentalHealth-2.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/195218/63wd11g_MentalHealth-2.pdf)).

### **Aide-mémoires sur les objectifs de développement durable : objectifs de santé – Santé mentale**

(<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/publications/2016/fact-sheets-on-sustainable-development-goals-sdgs-health-targets-mental-health-sdg-target-3.4>).

### **Intégrer la prévention, le traitement et les soins des troubles mentaux et d'autres maladies non transmissibles dans les systèmes de santé**

(<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/publications/2019/integrating-the-prevention,-treatment-and-care-of-mental-health-conditions-and-other-noncommunicable-diseases-within-health-systems-2019>).