

Semaines d'information
sur la santé mentale

14-27 Mars 2016
 27^{ème} édition

Santé Mentale
 &
 Santé Physique
un Lien Vital

Organisé par le

Collectif SISM 87
 Semaines d'information sur la Santé Mentale

**Pour un autre regard
 sur la santé mentale....**



Collectif SISM 87
 Semaines d'information sur la Santé Mentale

**CENTRE
 HOSPITALIER ESQUIROL
 LIMOGES**

Prism

G.E.M.

Mda
 Haute Vienne
 Centre départemental
 des associations familiales

unafam



Les SISM

qu'est-ce que c'est?

Créée en 1990, la Semaine d'Information sur la santé mentale est un événement annuel qui s'adresse au grand public, afin d'ouvrir le débat sur les questions de santé mentale.

Depuis 2014, la SISM est devenue LES SISM et se déroulent sur deux semaines pour :

1. **SENSIBILISER** le public aux questions de Santé mentale.
2. **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
3. **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
4. **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
5. **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.



La santé mentale

de quoi parle-t-on?

« *Il n'y a pas de santé, sans santé mentale* »

OMS, 2013

La santé mentale, comme la santé physique, ne se résume pas à l'absence de maladie. La notion de santé mentale englobe **la promotion du bien-être, la prévention des troubles psychiques**, ainsi que **le traitement et la réadaptation des personnes atteintes de troubles**

« Les maladies mentales ont un taux de prévalence très important. Elles mobilisent plus d'un point de PIB pour les soins et les indemnités journalières qu'elles nécessitent. **Par méconnaissance**, les maladies mentales font peur. Les malades et leur famille en souffrent quotidiennement. **La stigmatisation** dissuade des personnes atteintes de consulter un spécialiste, retarde ainsi le diagnostic et augmente les effets des maladies mentales sur les personnes et la société. »

Denys Robiliard – Député du Loir-et-Cher
Rapporteur de la Mission Santé mentale et psychiatrie



La santé mentale

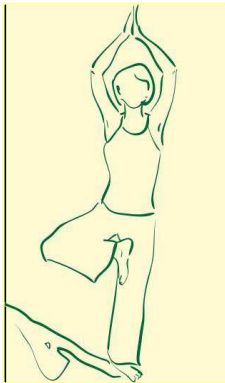
de quoi parle-t-on?

Les trois dimensions de la santé mentale :

Les troubles psychiques désignent des pathologies recensées dans les classifications diagnostiques selon des critères précis. Ils correspondent à des symptômes de durée variable plus ou moins sévères et handicapants (troubles dépressif, bipolaires, schizophréniques, addictifs, anxieux, autistiques etc...).

La détresse psychologique réactionnelle correspond à l'impact psychique que peuvent provoquer les situations éprouvantes ou encore les difficultés existentielles.

La santé mentale concerne tous les déterminants conduisant à améliorer l'épanouissement personnel.





La santé mentale

quelques chiffres

Dépression, anxiété, addiction, trouble alimentaire, trouble schizophrénique, trouble bipolaire...
En France, une personne sur 5 risque de connaître un trouble psychique au cours de sa vie [1]

Au 3e rang des maladies les plus fréquentes

Les troubles psychiques se situent après le cancer et les maladies cardio-vasculaires.

Sans distinction d'âge, de sexe ou de milieu social, les troubles psychiques et les épisodes de souffrance psychique nous concernent tous. Ils sont associés à une forte mortalité.

Principales prévalences [2]

Anxiété généralisée : 13% Episode dépressif : 11% Syndrome d'allure psychotique : 2,8% Risque suicidaire élevée : 2%

Le suicide :

3e cause de mortalité chez les adolescents

Le suicide concerne l'individu à tout âge, la famille, les écoles, le milieu carcéral, sanitaire, social et du travail.

Plus de 10 000 morts chaque année, soit **29 suicides par jour**.

Trois fois plus que les accidents de la route...

[1] Rapport de la Cour des Comptes sur l'organisation des soins psychiatriques, 2010

[2] : Enquête Santé mentale en population générale, 36.000 français de plus de 18 ans interrogés, 2004



La santé mentale

quelques chiffres

Dépression, anxiété, addiction, trouble alimentaire, trouble schizophrénique, trouble bipolaire...
En France, une personne sur 5 risque de connaître un trouble psychique au cours de sa vie [1]

Au 3e rang des maladies les plus fréquentes

Les troubles psychiques se situent après le cancer et les maladies cardio-vasculaires.

Sans distinction d'âge, de sexe ou de milieu social, les troubles psychiques et les épisodes de souffrance psychique nous concernent tous. Ils sont associés à une forte mortalité.

Principales prévalences [2]

Anxiété généralisée : 13% Episode dépressif : 11% Syndrome d'allure psychotique : 2,8% Risque suicidaire élevée : 2%

Le suicide :

3e cause de mortalité chez les adolescents

Le suicide concerne l'individu à tout âge, la famille, les écoles, le milieu carcéral, sanitaire, social et du travail.

Plus de 10 000 morts chaque année, soit **29 suicides par jour**.

Trois fois plus que les accidents de la route...

[1] Rapport de la Cour des Comptes sur l'organisation des soins psychiatriques, 2010

[2] : Enquête Santé mentale en population générale, 36.000 français de plus de 18 ans interrogés, 2004



Les SISM

quelques chiffres

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont une manifestation ouverte relayée par de nombreux acteurs partout en France. On doit sa création à l'Association française de psychiatrie (AFP) en 1990.

Le Collectif national des SISM regroupe 23 partenaires qui impulsent des actions, relayent l'information et se mobilisent sur le terrain.

960 ÉVÈNEMENTS...

... se déroulent chaque année sur l'ensemble du territoire : conférences, réunions-débat, visites de lieux de soins, journées portes ouvertes, projections de films, expositions, pièces de théâtre, atelier de lecture, randonnée, atelier découverte ...

5000 PROFESSIONNELS ET BÉNÉVOLES...

... informent, exposent, expliquent, répondent aux questions : psychiatres, proches, usagers, infirmiers, travailleurs sociaux, psychologues, journalistes, élus locaux, artistes etc.

66 MILLIONS DE PERSONNES
peuvent ainsi
s'informer sur la santé mentale.

D'année en année, la participation et l'intérêt du public et des professionnels pour les SISM se confirment et se développent. Les élus locaux sont de plus en plus impliqués dans l'organisation de ces actions, via les **Conseils locaux de santé mentale**.





Thème 2016

santé mentale & santé physique : un lien vital

Selon l'OMS « La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Pourtant, lorsque l'on parle de santé, on oublie souvent la santé mentale, qui, comme la santé physique, est un équilibre entre des facteurs internes et externes propres à chaque personne.

Les questions suivantes pourront être abordées

- Comment promouvoir la santé mentale et physique à tous les âges de la vie ?
 - Information et prévention des jeunes : quel rôle pour les enseignants, les éducateurs et les parents ?
- Mieux détecter les problèmes de santé physique des personnes vivant avec des troubles psychiques : comment aider les patients, les aidants et les professionnels ? Comment travailler ensemble entre psychiatrie et soins primaires (médecine générale, pédiatrie...) ?
- Favoriser une activité physique pour améliorer la santé mentale et bien vieillir : quelles actions ? Quels partenariats ?
- Contraintes de temps et d'argent, inégalités sociales, précarité, chômage : des obstacles pour une bonne santé mentale et physique ?
- Quelles actions de prévention efficaces à développer par les médecins généralistes, les pédiatres, les services de psychiatrie adulte et infanto-juvénile, les maisons des adolescents, les maisons de retraite ?
 - Effets indésirables somatiques des médicaments psychotropes.



Santé mentale santé physique

quelques chiffres

Schizophrénies & troubles bipolaires

2 à 3 fois plus de risque de mourir d'une maladie cardio-vasculaire que la population générale

Addictions

Entre 20 et 70% des personnes concernées ont un autre trouble psychique associé

Maladies cardiaques

17 à 27% de dépression chez les personnes concernées

Effets indésirables des psychotropes

Risque cardio-vasculaire, hypertension artérielle, diabète, obésité...

Bienfaits de l'activité physique

Effet protecteur sur l'apparition des symptômes anxieux et dépressifs

Troubles du comportement alimentaire

2^{ème} cause de mortalité chez les 15-24 ans
600 000 personnes concernées en France