

FICHE 13

Mesures prises en promotion de la santé mentale positive et prévention pour améliorer la santé mentale des Français pendant la crise

Pascale Fritsch (Direction générale de la santé)

Contexte

Lors de la crise sanitaire et de ses vagues successives, l'état de santé mentale des Français¹ s'est fortement dégradé. Cette évolution a notamment été mesurée par l'enquête CoviPrev² menée par Santé publique France (SPF) à partir de mars 2020. Cette dégradation est observée dès le premier confinement et de manière plus marquée chez certains professionnels, chez les chômeurs, chez les personnes isolées et chez les jeunes, notamment étudiants. Pour toutes ces personnes affectées par la pandémie, le ministère des Solidarités et de la Santé a apporté des réponses dès le début de la crise. Ces dernières ont évolué pour s'adapter au contexte, et certaines ont ciblé tout particulièrement les enfants et les jeunes.

Afin de traiter des problématiques tant structurelles que liées à la crise, et de mobiliser les acteurs concernés pour y répondre, le ministère des Solidarités et de la Santé a organisé, en septembre 2021, les Assises de la santé mentale et de la psychiatrie. Les 30 mesures annoncées et portées par le président de la République à cette occasion concernent tous les milieux et tous les secteurs. Elles font une part importante à la promotion et à la prévention en santé mentale³ :

- Mesure 1 : assurer une communication grand public régulière sur la santé mentale.
- Mesure 2 : mettre en service le numéro national gratuit de prévention du suicide.

1. Population adulte de 18 ans ou plus.

2. Sur l'enquête CoviPrev, voir la fiche 8 du présent rapport. Sur l'évolution de la santé mentale au cours de la pandémie, voir les fiches 1 à 5 du présent rapport.

3. Ces mesures complètent celles initiées avant la crise liée au Covid-19 pour répondre aux objectifs de l'axe 1 de la feuille de route de la santé mentale et de la psychiatrie, présentée en juin 2018 par le Comité stratégique de la santé mentale et de la psychiatrie (CSSMP) : « Mettre en place une politique de promotion de la santé, incluant la prévention, dans tous les milieux et tout au long de la vie. »

- Mesure 4 : faire de la santé mentale une priorité permanente du comité interministériel pour la santé.
- Mesure 11 : définir une stratégie multisectorielle de déploiement des compétences psychosociales-CPS (notamment à l'école).
- Mesure 12 : développer des premiers secours en santé mentale dans tous les secteurs de la société.
- Mesure 13 : faire émerger un acteur en charge de la coordination de la santé des 3-11 ans, grâce à l'expérimentation de maisons de l'enfance et de la famille.

Des mesures prises dès le début de la crise

Dès le début de la crise, un suivi épidémiologique de l'état de santé mentale a été mis en place, les dispositifs d'écoute psychologique ont été renforcés et des campagnes d'information sur la santé mentale et de lutte contre la stigmatisation ont été déployées. La mise en œuvre de la stratégie nationale de prévention du suicide a quant à elle été accélérée (fiche 16).

Suivi épidémiologique de l'état de santé mentale de la population

Des enquêtes spécifiques ont été mises en place pour permettre le suivi régulier de l'état de santé mentale de la population dans le contexte de la crise sanitaire liée au Covid-19 :

- les enquêtes récurrentes CoviPrev (Santé publique France) et l'enquête EpiCov (DREES-Inserm) notamment (fiches 5 et 8) ;
- les tableaux de bord hebdomadaires de Santé publique France, qui présentent des indicateurs de santé mentale ciblant notamment les plus jeunes, établis à partir données des passages aux urgences du réseau OSCOUR® et des actes médicaux réalisés par SOS Médecins.

En 2022, puis tous les deux à trois ans, une première étude nationale sur le bien-être des enfants de 3 à 11 ans (Enabee) sera menée par Santé publique France, en lien avec le ministère de l'Éducation nationale.

Écoute des personnes en souffrance

Un dispositif national d'écoute médico-psychologique (numéro vert : 0 800 235 236, fonctionnant 24h/24 et 7j/7) a été déployé dès mars 2020, en collaboration avec Croix-Rouge Écoute (CRE), Sida Info Service, SOS Amitié et SOS Crise. En cas de trouble considéré comme inquiétant, l'appelant est signalé auprès de la cellule d'urgence médico-psychologique de son département, pour une prise en charge psychiatrique.

De façon complémentaire, de nombreuses initiatives ont vu le jour pendant la crise, avec la création de plateformes d'écoute aux niveaux national, régional ou local, ciblant des publics variés : grand public, patients, aidants, personnes handicapées, familles endeuillées, professionnels, par exemple.

Enfin, à partir du 1^{er} octobre 2021, le nouveau numéro national de prévention du suicide, le 3114, a été mis en place (fiche 16).

Information de la population et lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques

L'information du grand public repose sur différentes ressources en ligne, telle que la page « Santé mentale et Covid » proposée sur le site internet de Santé publique France, ou les actualités présentées sur celui du Psycom.

En outre, pour la première fois depuis 14 ans, une campagne nationale d'information grand public en santé mentale a été diffusée. Le slogan « En parler, c'est déjà se soigner » a été diffusé *via* des spots radiodiffusés et télévisés en avril 2021, afin d'encourager les personnes en souffrance à en parler à leur entourage ou à un professionnel de santé, et de rappeler les dispositifs de soutien psychologique existants. À partir de juin 2021, sa déclinaison numérique, qui cible les plus jeunes, #JEnParleA, est lancée sur les réseaux sociaux et propose notamment une orientation vers Fil Santé Jeunes. La rediffusion de cette campagne de janvier à mai 2022 a été couplée à une opération d'affichage dans les établissements scolaires à partir de mars.

Enfin, une stratégie de communication pluriannuelle sera élaborée dans le cadre de la mise en œuvre de la mesure 1 des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie. Son objectif est de structurer des actions récurrentes visant à mieux informer le grand public sur la santé mentale positive et sur les troubles de santé mentale.

Si les actions de communication menées contribuent à lever le tabou sur la santé mentale, deux outils récemment mis à disposition permettent également d'aborder le sujet et de lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques :

- Le GPS anti-stigma, mis en place par Psycom en novembre 2020, est proposé aux acteurs du secteur pour les guider dans l'élaboration et l'autoévaluation de leurs actions de lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques (Psycom, 2021a).
- La brochure *La santé mentale dans la Cité*, élaborée en partenariat avec l'association des maires de France et le Psycom, parue en novembre 2021, vise à sensibiliser des élus locaux à la promotion de la santé mentale (Psycom, 2021b).

Prévention du suicide

La mise en œuvre de la stratégie nationale de prévention du suicide a également connu des avancées importantes dans le contexte de la crise sanitaire, avec notamment la poursuite du déploiement du dispositif de recontact des suicidants Vigilans et avec le lancement du numéro national de prévention du suicide, le 3114 (fiche 16).

Des mesures ciblant les jeunes et les enfants

La dégradation de la santé mentale des enfants et des jeunes, notamment étudiants, étant particulièrement marquée, des mesures spécifiques ont été rapidement prises.

Information, formation et lutte contre la stigmatisation

Fin 2020, l'association Nightline, avec le soutien du ministère des Solidarités et de la Santé, a initié une campagne de lutte contre la stigmatisation des personnes atteintes d'un trouble mental, qui cible les étudiants et s'appuie sur les influenceurs et les réseaux sociaux. L'association a aussi mis en ligne un annuaire de ressources pour les étudiants et renforcé son réseau d'écouteurs.

Le déploiement de la formation aux premiers secours en santé mentale (PSSM) a également été accéléré. Celle-ci permet une meilleure connaissance de la santé mentale et des troubles psychiques, ainsi que le repérage de ces troubles. Elle donne par ailleurs des éléments pour savoir réagir face à une personne en souffrance ou en crise. En janvier 2022, 30 universités sont mobilisées sur ce projet. La mesure 12 des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie prévoit son déploiement dans tous les milieux, notamment au sein des trois fonctions publiques, ainsi que des modules spécifiques à certaines populations (jeunes, adolescents, personnes âgées).

Enfin, des contenus sont à disposition des étudiants futurs professionnels de santé pour les aider à élaborer et à mener des actions sur le thème de la santé mentale (prévention du suicide, lutte contre la stigmatisation) dans leur service sanitaire.

Stratégie multisectorielle de déploiement des compétences psychosociales (notamment à l'école)

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit les compétences psychosociales (CPS) comme « la capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être subjectif lui permettant de répondre de façon positive et efficace aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne ». Chez les enfants et chez les adolescents, le renforcement des CPS permet d'améliorer le bien-être, la résilience, la réussite scolaire, et de fortement réduire les conduites à risque. Chez les adultes, il améliore le sentiment personnel d'efficacité, les relations avec les enfants et la qualité de vie au travail.

Le développement des CPS dans les différents milieux de vie des enfants et des jeunes est prévu et suivi dans le cadre d'une stratégie nationale multisectorielle, portée conjointement par les ministères des Solidarités et de la Santé, de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation, de l'Agriculture, de la Justice, et par la mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives. Afin d'aider les acteurs concernés dans l'appropriation de ces compétences, un référentiel

(Lambooy, *et al.*, 2022) a été élaboré par Santé publique France. Différents outils de sensibilisation et de formation seront également mis à disposition.

Repérage et prise en charge de la souffrance psychique des enfants et des jeunes

Le dispositif de soutien psychologique d'urgence PsyEnfantAdo a temporairement été mis en place de mars 2021 à fin janvier 2022. Il prévoit la prise en charge intégrale de dix séances (au maximum) de soutien psychologique pour les jeunes âgés de 3 à 17 ans en souffrance psychologique d'intensité légère à modérée.

De même, le dispositif expérimental Écoute'moi, lancé en 2019 et renforcé en 2021, a permis de proposer des prises en charge gratuites par des psychologues pour des jeunes âgés de 6 à 21 ans en souffrance psychique. L'inclusion de jeunes dans le dispositif s'est achevée fin décembre 2021. Cependant, une prise de relais a ensuite été opérée dans le cadre du dispositif national MonPsy, porté par la mesure 18 des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie et voté en vertu de la loi de financement de la Sécurité sociale pour 2022. Ce dispositif, mis en place à partir d'avril 2022, s'adresse à toute personne âgée de 3 ans ou plus souffrant de troubles psychologiques d'intensité légère à modérée. Il prévoit la prise en charge par l'Assurance maladie de consultations d'accompagnement psychologique réalisées par un psychologue de ville, sur orientation médicale.

Renforcement de la coordination des acteurs de la santé mentale pour les enfants (3-11 ans)

Il n'existe pas de structure qui coordonne les parcours de prévention et de soins dédiée à la santé mentale des enfants (3 à 11 ans). Pourtant, les besoins en la matière sont importants. La mesure 13 des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie vise à répondre à ce manque grâce à l'expérimentation de maisons de l'enfance et de la famille, votée dans le cadre de la loi relative à la protection des enfants pour 2022. L'objectif est de s'appuyer sur des structures déjà présentes dans les territoires et de leur confier des missions comprenant :

- la sensibilisation et la coordination des acteurs de la santé susceptibles d'intervenir auprès des enfants (protection maternelle et infantile, médecine scolaire, aide sociale à l'enfance, généralistes, pédiatres, pédopsychiatres en ville ou en centre médico-psychologique, par exemple) ;
- l'accueil et l'orientation des enfants et de leurs familles, dans une approche globale de la santé.

Cette expérimentation, déployée sur quatre territoires, fera l'objet d'une évaluation en vue d'une généralisation du dispositif après 2024.

Conclusion

La crise sanitaire a été à l'origine d'une grande mobilisation des acteurs de la santé pour apporter des réponses aux nouveaux besoins constatés en matière de santé mentale. Les mesures de promotion et de prévention initiées avant la pandémie ont ainsi connu une accélération sensible de leur mise en œuvre après son déclenchement. Elles ont en outre été complétées par de nouvelles actions, présentées dans le cadre des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie.

Cet ensemble cohérent et ambitieux est destiné à se développer au-delà de la période de crise sanitaire, sous le pilotage du ministère de la Santé et de la Prévention, en partenariat avec les autres départements ministériels et les collectivités territoriales.

Références bibliographiques

- **Lamboy, B., Arwidson, P., du Roscoät, E., et al.** (2022). *Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021*. Saint-Maurice, France : Santé publique France. Disponible à partir de l'URL : www.santepubliquefrance.fr
- **Psycom** (2021a). *Qu'est-ce que le GPS anti-stigma ?* Disponible à partir de l'url : <https://www.psycom.org>, rubrique Agir, L'action anti-stigmatisation [mise à jour : 17/09/2021].
- **Psycom** (2021b). *La santé mentale dans la Cité*. Disponible à partir de l'url : <https://www.psycom.org>, rubrique Agir, La promotion de la santé mentale [mise à jour : 15/11/2021].