

La prévention des blessures et le suicide

Qui est à risque de subir une blessure intentionnelle?

Tout le monde peut être à risque de subir une blessure intentionnelle.

Voici quelques groupes particulièrement à risque :

LES ENFANTS QUI S'ENGAGENT DANS DES BLESSURES AUTO-INFLIGÉES

Les enfants qui s'engagent dans des blessures auto-infligées le font souvent en raison de sévices qu'ils ont subis antérieurement. L'intention derrière leurs actes de blessures auto-infligées n'est pas nécessairement de se suicider, mais s'ils ne sont pas traités par un professionnel de la santé mentale, ces pratiques peuvent dégénérer en comportement suicidaire (Centre for Suicide Prevention, 2014).

LES JEUNES QUI EXHIBENT DES COMPORTEMENTS DANGEREUX

Les jeunes qui s'engagent dans des blessures auto-infligées sont plus à risque de se suicider et sont aux prises avec des problèmes de santé mentale sous-jacents, ou tentent de fuir des émotions négatives accablantes (Klonsky et coll., 2014). Les comportements à risque, comme le vagabondage sexuel, la conduite avec facultés affaiblies, et la consommation de substance, mènent souvent à des blessures intentionnelles ou non intentionnelles. L'intervention hâtive auprès des jeunes permet de réduire efficacement le taux

de suicide; toutefois, les jeunes forment le groupe d'âge qui reçoit le moins d'aide en santé mentale (Comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie, 2006). Veiller à ce que les jeunes vulnérables reçoivent le traitement médical et psychologique dont ils ont besoin devrait constituer une priorité en matière de prévention du suicide, tant à l'échelle nationale que provinciale (Kutcher, 2008).

LES HOMMES JEUNES ET D'ÂGE MOYEN

Dans l'ensemble, les hommes sont réticents à demander de l'aide pour un problème de santé mentale. Les hommes aux prises avec la dépression qui ne demandent pas d'aide pourraient courir un risque accru de suicide. C'est particulièrement vrai lorsqu'ils présentent un trouble concomitant, comme la consommation de substance.

Souvent, les hommes dissimulent leur stress et ont recours à des comportements et des gestes néfastes pour composer avec leur dépression. Le suicide est trois fois plus courant chez les hommes que chez les femmes (Statistique Canada, 2014).

Qu'est-ce que c'est?

La prévention des blessures vise à réduire les préjudices et à renforcer la sécurité des personnes, des familles et des communautés. Les blessures se classent en deux catégories : intentionnelles et non intentionnelles.

UNE BLESSURE NON INTENTIONNELLE PEUT ÊTRE CAUSÉE PAR :

- un accident de la route
- une chute
- l'étouffement ou l'asphyxie
- un incendie ou une brûlure

UNE BLESSURE INTENTIONNELLE PEUT ÊTRE LE RÉSULTAT DE :

- gestes de blessures auto-infligées
- un suicide
- la violence conjugale

Les blessures intentionnelles se distinguent fondamentalement des blessures non intentionnelles en ce qu'elles résultent de gestes posés dans le but de causer du tort et sont directement liées à des problèmes de santé mentale. Ce blesser volontairement est un moyen auquel les personnes vivant avec des problèmes de santé mentale ont parfois recours pour soulager une souffrance psychologique extrême.

En 2010, au Canada, les blessures ont coûté

26,8 milliards de dollars

Le suicide et les blessures auto-infligées représentaient

2,9 milliards de dollars

Parachute, 2015

Stratégies fondées sur des données probantes visant à prévenir les blessures intentionnelles au Canada

1. RESTRICTION DE L'ACCÈS AUX MOYENS DE SE DONNER LA MORT

POUR PRÉVENIR LES DÉCÈS PAR PENDAISON :

- Revoir la conception des tringles à cintres et à rideaux afin d'éliminer ces points d'attache.

POUR PRÉVENIR LES DÉCÈS PAR INTOXICATION MÉDICAMENTEUSE :

- Ajuster les doses en réduisant la taille des emballages de médicaments potentiellement létaux.
- Éliminer adéquatement les médicaments inutilisés.
- Transmettre aux gouvernements des recommandations continues concernant la classification des médicaments suscitant des préoccupations et l'accès à ceux-ci par les professionnels de la santé et par le public.

Dans plusieurs provinces, le suicide cause plus de décès que les accidents automobiles : il est souvent la première cause de décès dus à des blessures intentionnelles.

En Colombie-Britannique, en 2011 :

526 suicides et

292 décès dus aux accidents de la route

En Ontario :

1175 suicides et

735 décès causés par de la route

Ministère de la Justice de la C.-B., 2010; Parachute, 2015

POUR PRÉVENIR LES DÉCÈS LIÉS AUX ARMES À FEU :

- Utiliser des armoires verrouillables pour le stockage des armes à feu.
- Restreindre l'accès aux armes à feu.

POUR PRÉVENIR LES DÉCÈS PAR INTOXICATION AU MONOXYDE DE CARBONE :

- Exiger que toutes les voitures soient équipées d'un convertisseur catalytique.

POUR PRÉVENIR LES DÉCÈS PAR SAUT :

- Afficher le numéro de téléphone du centre de crise local sur les ponts et autres endroits surélevés.
- Ériger des barrières anti-suicide sur les ponts (Institute for Health Economics, 2010).

2. SENSIBILISATION

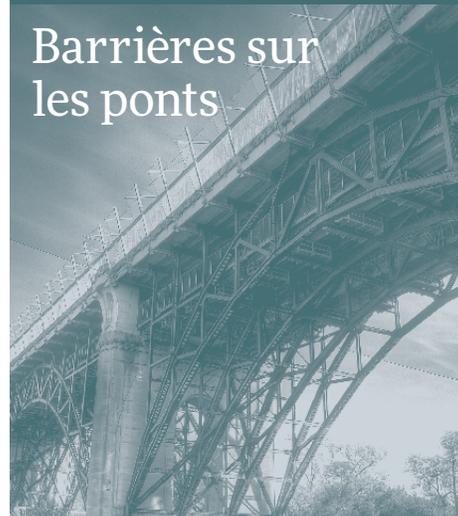
Les ateliers d'acquisition de compétences, comme la Formation appliquée en techniques d'intervention face au suicide (ASIST), visent à équiper les membres de la communauté des connaissances et des aptitudes requises pour intervenir auprès d'une personne à risque de se suicider.

RESSOURCES : UNE SÉLECTION DE STRATÉGIES DE PRÉVENTION DES BLESSURES ET DU SUICIDE AU CANADA

- *Alberta Injury Control Strategy, 2003* bit.ly/2tNGFoz
- *Injury Free Manitoba : A Provincial Injury Prevention Strategy, 2006* bit.ly/2uZCckH
- *Plan de mise en œuvre 2007-2012 de la NWT Injury Prevention Strategy : A Culture of Safety* bit.ly/2tneRr7
- *Stratégie renouvelée de prévention des blessures de la Nouvelle-Écosse : Mieux comprendre, mieux intervenir, 2009* bit.ly/2urrrkiv
- *Ontario's Injury Prevention Strategy : Working Together for a Safer, Healthier Ontario, 2007* bit.ly/2vCRbkD

ÉTUDE DE CAS

Barrières sur les ponts



L'installation de barrières physiques sur les ponts est un moyen très efficace de prévenir les blessures et les suicides. En dépit d'une certaine opposition, la Ville de Toronto a fait installer des barrières anti-saut sur le viaduc Bloor. Cette initiative a permis de pratiquement éliminer les suicides sur un pont qui était jusque-là le plus meurtrier d'Amérique du Nord à ce chapitre. Certaines théories avancent que ce type de barrières ne fait que pousser les gens à trouver d'autres moyens de passer à l'acte, mais des recherches ont révélé que le taux global de suicide a diminué à Toronto depuis l'installation des barrières sur le viaduc Bloor.

LISEZ TOUTE L'HISTOIRE AU HYPERLINK bit.ly/2tR5FPj

Image gracieuseté de Paul Bica



POUR EN SAVOIR PLUS, VISITEZ LE SUICIDEINFO.CA



Commission de la santé mentale du Canada



Canadian Mental Health Association
Mental health for all



centre for suicide prevention

Avec le financement de
Financial contribution from



Santé Canada Health Canada

Références

Parlement du Canada, Comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie. *De l'ombre à la lumière : La transformation des services concernant la santé mentale, la maladie mentale et la toxicomanie au Canada*, 2006. Consulté au <https://sencanada.ca/content/sen/committee/391/soci/rep/rep02may06-f.htm>

Centre for Suicide Prevention. *The 5 things we wish all teachers knew about self-harm and suicide (présentation PowerPoint)*, 2014. Consulté au https://www.suicideinfo.ca/wp-content/uploads/2014/11/Self_harm.pdf

Institute for Health Economics. *Means restriction for suicide prevention*, 2010. Consulté au <http://www.ihe.ca/advanced-search/means-restriction-for-suicide-prevention>

Klonsky, E.D., S.E. Victor et B.Y. Saffer. « Nonsuicidal self-injury : What we know, and what we need to know », *The Canadian Journal of Psychiatry*, vol. 59, no 11 (2014), p. 565-568.

Kutcher, S. et M. Szumilas. « Youth suicide prevention », *Canadian Medical Association Journal*, vol. 178, no 3 (2008), p. 2.

Ministère de la Justice de la Colombie-Britannique. *B.C. Coroners Service: 2010 Annual Report*, 2010. Consulté au <http://www2.gov.bc.ca/assets/gov/birth-adoption-death-marriage-and-divorce/deaths/coroners-service/reports/annual/2010.pdf>

Ogrodniczuk, J. et J. Oliffe. « Men and depression », *Canadian Family Physician*, vol. 57, no 2 (2011), p. 153-155.

Parachute. *The Cost of Injury in Canada*, Toronto, Ontario, Parachute, 2015. Consulté au http://www.parachutecanada.org/downloads/research/Cost_of_Injury-2015.pdf

Statistique Canada. *Suicides et taux de suicide selon le sexe et l'âge (Nombres pour les deux sexes)*, 2014. Consulté au <http://www.statcan.gc.ca/tables-tableaux/sum-som/l02/cst01/hlth66a-fra.htm>

À PROPOS DU CENTRE FOR SUICIDE PREVENTION

Tout le monde peut apprendre à reconnaître une personne à risque de se suicider et lui trouver de l'aide.

Appelez-nous.

Nous sommes le Centre for Suicide Prevention, une branche de l'Association canadienne pour la santé mentale. Depuis plus de 35 ans, nous fournissons à la population canadienne les connaissances et les compétences requises pour intervenir auprès de personnes à risque de se suicider. Nous pouvons vous procurer les bons outils. Une éducation pour la vie.

À PROPOS DE LA COMMISSION DE LA SANTÉ MENTALE DU CANADA

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) joue un rôle catalyseur dans l'amélioration du système de santé mentale et la transformation des attitudes et des comportements de la population canadienne à l'égard des problèmes de santé mentale.

À PROPOS DE L'ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

L'Association canadienne pour la prévention du suicide (ACPS) a été incorporée en 1985 par un groupe de professionnels qui jugeaient essentiel de fournir de l'information et des ressources aux collectivités afin de réduire les taux de suicide et d'atténuer les conséquences dévastatrices des comportements suicidaires.

Si vous êtes en crise, appelez la ligne d'écoute téléphonique de votre région.

suicideprevention.ca/francais/



**POUR EN SAVOIR PLUS,
VISITEZ LE SUICIDEINFO.CA**



Mental Health
Commission
of Canada



Commission de
la santé mentale
du Canada
CASP/ACPS



Canadian Mental
Health Association
Mental health for all



centre for
suicide prevention

Avec le financement de
Financial contribution from



Santé
Canada



Health
Canada