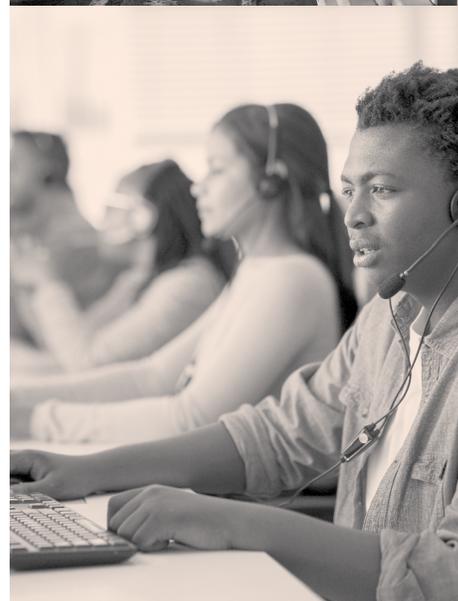


# Santé publique et le suicide

Le suicide au Canada constitue une crise de santé publique qui perdure. Bien qu'il demeure l'une des principales causes de décès (et que le problème pourrait être aggravé par la COVID-19), des initiatives de santé mentale et de santé publique peuvent aider à le prévenir.

## Qu'est-ce que la santé publique?

La santé publique veille à la protection et à l'amélioration de la santé des gens à l'échelle de la population. Elle se consacre notamment à la détection et à la prévention de maladies infectieuses et à la lutte contre celles-ci, de même qu'à la promotion et à la protection de la santé et à la recherche sur la prévention des maladies et des blessures (Rutty et Sullivan, 2010; CDC Foundation, 2021).



## Définition des niveaux des maladies et des blessures pour la santé publique

1

**Épidémie.** L'occurrence d'un nombre plus élevé qu'attendu de cas d'une maladie, d'une blessure ou d'un autre problème de santé dans une région donnée ou au sein d'un groupe de personnes en particulier durant une période donnée.

**Éclosion.** L'occurrence d'un nombre plus élevé qu'attendu de cas d'une maladie, d'une blessure ou d'un autre problème de santé dans une région donnée ou au sein d'un groupe de personnes en particulier durant une période donnée. Elle se distingue d'une épidémie par sa manifestation plus localisée ou circonscrite à une région géographique plus restreinte.

2

**Pandémie.** Une épidémie se propageant sur une vaste superficie (plusieurs pays ou continents) et contaminant généralement une importante part de la population.  
(Centers for Disease Control and Prevention, 2012)

3

4

**Urgence ou crise de santé publique.** Une menace temporaire urgente ou imminente mettant gravement en péril la vie, la santé et la sécurité d'une population. Elle nécessite généralement la déclaration de l'état d'urgence sanitaire par une agence gouvernementale afin de déclencher des mesures allant au-delà des procédures normales dans le but de prévenir ou de limiter les répercussions sanitaires dans la population touchée (Association canadienne de protection médicale, 2020).

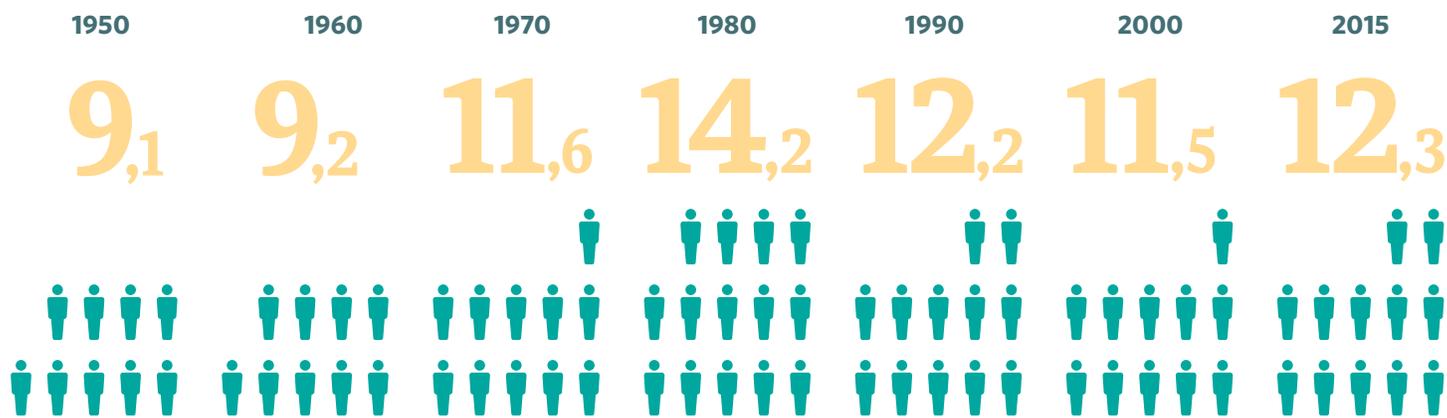
## Chronologie des crises de santé publique majeures

| Année(s)  | Crise sanitaire                                      | Décès (Canada)   | Décès (monde)                        |
|-----------|--|--|--------------------------------------|
| 1918–1920 | Pandémie de grippe espagnole                         | 55 000<br><i>(majoritairement des âgés de 20 à 40 ans)</i> | 20–50m                               |
| 1957–1959 | Pandémie de grippe asiatique                         | 7 000  | 1–2m                                 |
| 1968      | Pandémie de grippe de Hong Kong                      | 4 000  | 1–4m                                 |
| 2003      | Éclosion du Syndrome Respiratoire Aigu Sévère (SRAS) | 44   | 800                                  |
| 2009–2010 | Pandémie de grippe H1N1                              | 428  | 18 000                               |
| 2016–2021 | Crise des Opioides                                   | 22 828<br><i>(de 2016 à mars 2021)</i>                     |                                      |
| 2019–2021 | Pandémie de COVID-19                                 | 2 769<br><i>(au 28 avril 2020)</i>                         | 214 645<br><i>(au 28 avril 2020)</i> |

(Parcs Canada, 2020; Dickin et coll., sans date; Agence de la santé publique du Canada, 2021; Worldometer, 2020)

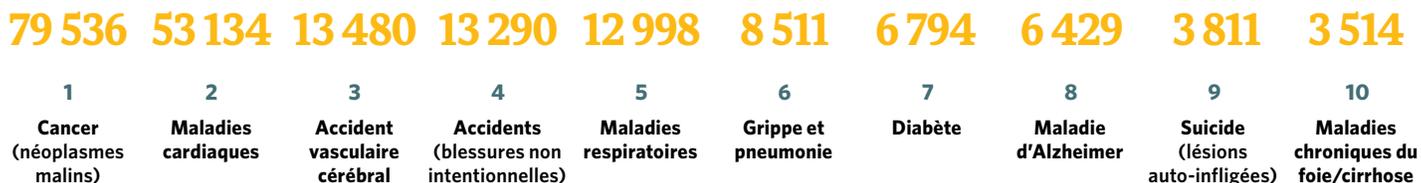
Taux de suicide au Canada (pour 100 000)

(Navaneelan, 2012)



Principales causes de décès au Canada, tous âges confondus (2018)

(Statistique Canada, 2018)



Principales causes de décès au Canada, personnes de 15 à 25 ans (2018)

(Statistique Canada, 2018)



## Le suicide, une urgence de santé publique

Le suicide est une crise sociétale qui perdure. Sa prévention passe par des interventions dans les domaines de la santé mentale et de la santé publique. Les programmes de santé mentale s'adressent particulièrement aux individus alors que les initiatives de santé publique touchent des populations entières et sont mises de l'avant principalement par de grandes organisations (p. ex., les gouvernements, les médias) (Cramer et coll., 2017; Centers for Disease Control and Prevention, sans date).

Les initiatives de santé publique peuvent prévenir le suicide si elles sont déployées sur plusieurs fronts; par exemple, des programmes œuvrant à la fois au niveau de la société, des petites collectivités ainsi que des individus et de leurs relations. Les initiatives visant à renforcer la résilience des gens et à les préserver des pensées suicidaires peuvent comporter une aide directe (p. ex., les lignes d'écoute téléphonique, la construction de barrières sur les ponts) et une aide indirecte (p. ex., les programmes de logement) (Gunnell et coll., 2020).

| Type                  | Initiative   | Individus | Relations | Communautés | Société |
|-----------------------|--|-----------|-----------|-------------|---------|
| <b>Santé mentale</b>  | <b>Accès aux soins de santé mentale</b>  | ✓         |           |             |         |
|                       | <b>Services d'écoute téléphonique</b>  | ✓         |           |             |         |
| <b>Santé publique</b> | <b>Services gouvernementaux ciblant d'autres domaines ayant une incidence sur les comportements suicidaires, comme le logement, la violence familiale, la consommation problématique d'alcool et la dépendance</b> | ✓         | ✓         | ✓           |         |
|                       | <b>Restriction de l'accès aux moyens de suicide</b>  |           |           | ✓           | ✓       |
|                       | <b>Lignes directrices sur la couverture médiatique responsable</b>   |           |           |             | ✓       |
|                       | <b>Campagnes de sensibilisation du public</b>  | ✓         |           |             | ✓       |
|                       | <b>Accès à des formations et de l'information sur la prévention du suicide</b>   | ✓         |           |             | ✓       |



---

## Les interventions de santé publique en matière de prévention du suicide sont-elles compatibles avec les mesures de prévention de la COVID-19?

En raison de la pandémie, des mesures de santé publique comme la distanciation physique ont été mises en place. Bien que ces mesures aient été adoptées pour ralentir la progression de la COVID-19 et pour prévenir l'engorgement du système de santé, les experts prédisent qu'elles pourraient avoir un effet néfaste sur la santé mentale et augmenter les pensées suicidaires et d'autres comportements suicidaires. On prédit

notamment que les mesures de distanciation physique pourraient mener à 49 000 décès par suicide additionnels dans le monde pour cause d'isolement social et de fardeau financier engendrés par le chômage et l'incertitude économique (Weems et coll., 2020).



### Facteurs de Risque

#### Facteurs de risque de suicide potentiels en santé publique en lien avec la COVID-19

- Facteurs de stress économiques et financiers, incluant la perte d'emploi
- Isolement social
- Accès réduit au soutien de la communauté et du groupe religieux
- Obstacles aux traitements en santé mentale
- Maladies ou problèmes médicaux et réticence à demander un traitement
- Augmentation des cas de violence familiale et réticence à demander de l'aide ou absence d'occasions de le faire
- Consommation accrue d'alcool et de drogue

(Reger et coll., 2020; Gunnell et coll., 2020)



### Opportunités de prévention

#### Occasions de prévention du suicide dans le contexte de la COVID-19

- Messages soulignant l'importance de l'éloignement physique et ses bienfaits sur le plan sociétal : il inspire un sentiment d'appartenance à l'échelle de la société
- Accès à des services de cybersanté mentale, notamment des évaluations de la santé et des interventions par téléphone, clavardage et messagerie texte
- Information sur la prévention du suicide à distance
- Ressources en ligne fondées sur des données probantes et information sur la prévention du suicide accessibles gratuitement
- Respect des lignes directrices sur la couverture médiatique du suicide
- Restriction de l'accès aux moyens de suicide

(Reger et coll., 2020)

## Références

Association canadienne de protection médicale. Urgences de santé publique et catastrophes, 2020. [bit.ly/3HoRKZP](https://bit.ly/3HoRKZP)

CDC Foundation. What is public health?, 2021. [bit.ly/34PHi9x](https://bit.ly/34PHi9x)

Centers for Disease Control and Prevention. Principles of epidemiology in public health practice [cours autodirigé SS1978] (3e éd.), 2021. [bit.ly/33wtKyQ](https://bit.ly/33wtKyQ)

Centers for Disease Control and Prevention. Suicide prevention: A public health issue, sans date. [bit.ly/3fshQZv](https://bit.ly/3fshQZv)

Cramer, R. J. et N. D. Kapusta. « A socio-ecological framework of theory, assessment, and prevention of suicide », *Frontiers in Psychology*, vol. 8, article 1756 (2017). [bit.ly/3I6SxsZ](https://bit.ly/3I6SxsZ)

Dickin, J., P. G. Bailey et E. James-Abra. « Influenza (flu) in Canada », *The Canadian encyclopedia*, sans date. Consulté le 29 septembre 2021 au [bit.ly/3FZy6fA](https://bit.ly/3FZy6fA)

Gunnell, D., L. Appleby, E. Arensman, K. Hawton, A. John, N. Kapur, M. Khan, R. C. O'Connor et J. Pirkis. « Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic [commentaire] », *Lancet*, vol. 7, no 6 (2020), p. 468-471. [bit.ly/3Kb8xLE](https://bit.ly/3Kb8xLE)

Navaneelan, T. Les taux de suicide : un aperçu (catalogue no 82-624-X), Statistique Canada, 2012. [bit.ly/3rNHq14](https://bit.ly/3rNHq14)

Parcs Canada. Événement historique national de La grippe espagnole au Canada (1918-1920). [bit.ly/32uKR40](https://bit.ly/32uKR40)

Agence de la santé publique du Canada. Méfaits associés aux opioïdes et aux stimulants au Canada, 2021. Consulté le 29 septembre 2021 au [bit.ly/3nWRkMS](https://bit.ly/3nWRkMS)

Reger, M. A., I. H. Stanley et T. E. Joiner. « Suicide mortality and coronavirus disease 2019: A perfect storm? » [commentaire], *JAMA Psychiatry*, vol. 77, no 11 (2020), p. 1093-1094. [bit.ly/3fi3qeI](https://bit.ly/3fi3qeI)

Rutty, C. et S. C. Sullivan. La santé publique : Une histoire canadienne, Association canadienne de santé publique, 2010. [bit.ly/3fsjRVz](https://bit.ly/3fsjRVz)

Statistique Canada. Les principales causes de décès, population totale, selon le groupe d'âge (tableau 13-10-0394-01 [anciennement CANSIM 102-0561], 2018. [bit.ly/3rNHq14](https://bit.ly/3rNHq14)

Weems, C. F., V. Carrion, B. McCurdy et M. D. Scozzafava. Increased risk of suicide due to economic and social impacts of social distancing measures to address the Covid-19 pandemic: A forecast [manuscrit non publié], Université d'État de l'Iowa, 2020. [bit.ly/3GvKueH](https://bit.ly/3GvKueH)

Worldometer. COVID-19 Coronavirus pandemic, 2020. [bit.ly/3GqKHtn](https://bit.ly/3GqKHtn)

### 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 40 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.



Si vous êtes en crise, appelez  
1.833.456.4566.

[suicideprevention.ca/need-help](https://suicideprevention.ca/need-help)

POUR EN SAVOIR PLUS, VISITEZ LE [SUICIDEINFO.CA](https://SUICIDEINFO.CA)



centre de  
prévention du suicide



Avec le financement de  
Financial contribution from  
Santé Canada Health Canada