

## Facteurs de risque

Une approche classique en santé mentale consiste à tenter de définir des populations dites « à risque ».

C'est ainsi que

- les jeunes,
- les personnes âgées,
- les allochtones
- les homosexuels

sont souvent pointés comme des groupes spécifiques présentant un risque accru de passage à l'acte suicidaire.

Si cette approche présente de prime abord l'avantage de cibler un groupe spécifique et de faciliter ainsi les approches possibles, elle comprend de nombreux écueils.

De fait, le problème de cette approche est qu'elle tend à réduire un individu à un comportement général.

De plus, certaines caractéristiques de ces groupes à risque sont irréductibles. Aucune campagne de prévention ne changera le fait d'être jeune ou âgé. De plus, cette approche présente la problématique comme relevant d'un schéma causal.

Or, la pratique nous démontre qu'en matière de suicide, le schéma est beaucoup plus complexe et il ne suffit pas d'appartenir à un groupe à risque pour présenter au niveau individuel des risques accrus de passage à l'acte suicidaire.

Il est donc bien plus pertinent de parler de "facteurs de risque" versus "facteurs de protection".

Issus de l'observation clinique et de corrélations statistiques, ces facteurs sont des éléments qui ont visiblement un lien avec le suicide, en ce qu'ils peuvent ainsi favoriser ou tout au moins contribuer à un passage à l'acte suicidaire, sans toutefois pouvoir à eux seuls expliquer la survenance d'un tel acte.

### **Facteurs de risque psychosociaux:**

- Troubles mentaux
- Alcool et autres troubles d'abus de substances
- Tendances impulsives et/ou agressives
- Histoire de trauma ou abus
- Certaines maladies physiques majeures
- Tentative de suicide antérieure
- ...

### **Facteurs de risque environnementaux:**

- Perte de travail ou perte financière
- Perte relationnelle ou sociale
- Accès facile à des moyens mortels
- Histoire familiale de suicide
- ...

### **Facteurs de risque socioculturels:**

- Manque de soutien social et sentiment d'isolement
- Barrières pour accéder aux soins de santé
- Exposition à d'autres suicides dans l'entourage
- ...

Par ailleurs, ces différents facteurs n'ont en aucun cas une quelconque valeur prédictive.

Le suicide ne répond malheureusement pas à un schéma de cause à effet où la présence de tel ou tel facteur conduit inmanquablement à un risque de passage à

l'acte x fois plus élevé. De même, la présence de facteurs de protection n'est jamais une garantie de non-suicide.

### **Facteurs de protection au suicide**

- Soins cliniques efficaces pour les troubles mentaux, physiques et d'abus de substances
- Accès facile à toute une gamme d'interventions cliniques
- Soutien dans la recherche d'aide
- Accès réduit aux moyens létaux
- Liens étroits avec la famille et soutien de la communauté
- Soutien par des relations continues de soins médicaux et de santé mentale
- Capacités pour résoudre des problèmes et des conflits, et de gérer des disputes de façon non-violente
- Des convictions culturelles et religieuses qui découragent le suicide et stimulent la conservation de soi.
- ...

Un programme de prévention devrait ainsi tendre à réduire les facteurs de risque et augmenter les facteurs de protection et ce, dans la population en général.