

Postulat Léonore Porchet et consorts – Santé mentale, on t’aime à la folie

Texte déposé

Qui ne connaît pas autour de soi un ami ayant fait un *burn out*, une famille touchée par le suicide, un proche par la dépression ? Une mauvaise santé mentale est non seulement une terrible souffrance individuelle, mais aussi une souffrance pour la communauté et un poids très lourd, économique comme de responsabilité, pour l’institution publique. En 2017, le Secrétariat d’Etat à l’économie (SECO) estime le coût des *burn out* à 4,2 milliards de francs par année, alors que les cassures de santé mentale pèsent pour plus de 18 milliards par an dans le budget national de la santé. C’est particulièrement vrai dans le canton de Vaud : une récente étude semble montrer que les Vaudoises et Vaudois ont un état psychique plus fragile que la moyenne suisse¹. Il convient dès lors d’en prendre acte et de renforcer les politiques publiques de promotion de la santé mentale.

La bonne ou la mauvaise santé mentale n’a pas une cause « unique ». Elle découle d’une interaction entre des facteurs biologiques, génétiques, économiques, sociaux et psychologiques. Si les déterminants biologiques et génétiques ne sont pas modifiables, les facteurs économiques, sociaux et psychologiques peuvent l’être et faire l’objet d’interventions en promotion de la santé mentale. Des interventions efficaces en santé mentale cherchent également à réduire le degré de stigmatisation dont les troubles psychologiques et psychiatriques font encore l’objet. Il s’agit alors de développer des stratégies de sensibilisation qui se basent sur la prise de conscience des chiffres — 85 % des problèmes de santé dont souffrent les jeunes sont relatifs à la santé mentale, près de 50 % de la population remplira des critères de dépression une fois dans sa vie — pour informer la population sur la prévalence de ces problèmes et la très grande efficacité des traitements s’ils sont accessibles précocement.

La promotion de la santé mentale s’effectue par des interventions ciblant le niveau individuel, social, structurel et environnemental. Les interventions peuvent être menées par le secteur de la santé, mais aussi résulter d’autres politiques publiques, comme la cohésion sociale, la formation de base, etc. Par ailleurs, les facteurs de risques se cumulent dans certains groupes de la population (groupes à risque). Cela recouvre les personnes vivant dans l’isolement social, notamment les personnes âgées, mais aussi les personnes avec un handicap, ayant vécu une histoire de violences familiales, les familles monoparentales, les membres d’une minorité sexuelle, les enfants dont les parents présentent des troubles psychiques ou d’addictions, etc.

Les interventions doivent donc se faire au niveau individuel et social, mais aussi structurel et environnemental. **Les interventions visant le niveau individuel** cherchent à promouvoir l’estime de soi, le sentiment d’efficacité personnelle, les compétences de vie et d’adaptation aux changements, la résilience, les formes de pensées positives, les compétences sociales, etc. Ils encouragent aussi les modes de vie qui améliorent et protègent la santé mentale, comme l’activité physique, l’alimentation équilibrée, la consommation modérée d’alcool, le maintien du réseau social, etc. **Les interventions au niveau social** visent à améliorer la qualité des relations au niveau de la famille et des communautés. Les interventions sociales efficaces favorisent les relations entre parents et enfants de la petite enfance à l’adolescence, le soutien social, les réseaux d’entraide, la qualité du lien, le bénévolat, l’inclusion et la participation sociale. **Les interventions au niveau structurel et environnemental** favorisent des environnements permettant une bonne qualité de vie, par des structures, des systèmes, des cultures et des normes qui soutiennent la santé mentale, par exemple en aidant les jeunes à obtenir les qualifications de base.

¹ Rapport OBSAN sur la santé dans le canton de Vaud : <https://www.obsan.admin.ch/fr/publications/rapport-de-base-sur-la-sante-pour-le-canton-de-vaud-0>

Le « bilan des mesures de la législature 2013-2017 » ne fait état d'aucune mesure explicite dans le domaine de la promotion de la santé mentale². Cela ne veut pas dire que l'Etat de Vaud n'entreprend aucune action de nature à promouvoir la santé mentale : les interventions de l'unité de promotion de la santé et prévention en milieu scolaire unité (unité PSPS) ou le programme de lutte contre le suicide dans le milieu scolaire sont des interventions bénéfiques pour le niveau individuel ; le programme de soutien aux proches aidants impacte positivement au niveau social ; les subsides à l'assurance maladie diminuent le stress financier de beaucoup de ménages par une action au niveau structurel.

Néanmoins, bien que de nombreuses stratégies pertinentes pour la promotion de la santé mentale existent déjà, elles ne semblent garantir ni une couverture globale de la population, ni une couverture suffisante des populations à risque. De plus, la promotion de la santé mentale n'est pas adressée comme un objectif explicite de ces interventions existantes : les dispositifs relatifs ne sont donc pas explicités et les effets non mesurés. Il manque enfin un guichet unique, compétent et responsable, pour la coordination de la politique de promotion de la santé mentale.

Pour faire face à l'enjeu important que représente la santé mentale, il apparaît aux député·e·s soussigné·e·s que le canton de Vaud doit se doter d'une stratégie systématique visant à piloter et à coordonner les interventions de promotion de la santé mentale afin de couvrir davantage les besoins de la population vaudoise.

Dès lors, les député·e·s soussigné·e·s demandent un rapport établissant :

- Un inventaire des stratégies déjà en place pour la promotion de la santé mentale, la gestion des cassures de santé mentale et la déstigmatisation des troubles psychiques, ainsi que pour éviter les rechutes et les péjorations de la santé mentale auprès des personnes ayant déjà eu des cassures. Cet inventaire précise les bases légales, les organisations responsables et l'allocation de ressources. Il décrit la manière dont la promotion de la santé mentale est intégrée dans le fonctionnement de routine des organisations subventionnées concernées (formation des professionnel·le·s à la problématique, actions concrètes, etc.) et les indicateurs d'impact sur la santé mentale existants.
- Une étude des besoins non couverts à l'échelle de la population. Celle-ci examine chaque phase et transition de vie³ et décrit les besoins populationnels à combler et les groupes à risque nécessitant des actions ciblées dans chacune de ces phases de vie.

Ce rapport proposera en conséquence un plan d'action interdépartemental en la matière. Celui-ci examinera l'inscription de la promotion de la santé mentale comme objectif dans la stratégie de santé publique du Canton, de celle du Conseil d'Etat et d'Unisanté, les actions à mener pour combler les lacunes identifiées (par exemple avec des projets de promotion de la santé mentale ayant fait leurs preuves dans d'autres cantons), les mesures permettant la coordination des organisations impliquées et la formation de leurs professionnel·le·s en la matière, ainsi que les ressources allouées à ces institutions pour les tâches de promotion de la santé mentale.

Renvoi à une commission avec au moins 20 signatures

*(Signé) Léonore Porchet
et 22 cosignataires*

Développement

Mme Léonore Porchet (VER) : — Jeudi 10 octobre sera la Journée mondiale de la santé mentale. A Genève aura lieu la première *Mad pride* organisée par la Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique (CORAASP). Le défilé va mettre en valeur et demander la diversité,

² Selon le Rapport sur la politique de santé publique du canton de Vaud 2018-2022. La promotion de la santé mentale intervient en amont des troubles psychiatriques. Les prestations de psychiatrie et de la psychiatrie communautaire relèvent du curatif et ne rentrent pas dans ce périmètre.

³ L'approche par « phase de vie » a été choisie dans la « Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles 2017-2024 » et la campagne de « Santépsy.ch ».

dans l'objectif de placer la question de la santé mentale au cœur de la société, afin de déstigmatiser et d'inclure les personnes présentant des troubles de santé mentale.

En écho, je dépose un postulat demandant que le canton se dote d'une stratégie visant à piloter et à coordonner la promotion de la santé mentale, qui manque à ce jour. En effet, qui ne connaît autour de soi un ami ayant fait un *burn-out*, une famille touchée par le suicide, un proche atteint par la dépression ? Au-delà des drames personnels et familiaux, le Secrétariat d'Etat à l'économie (SECO) estime que le coût des *burn-out* s'élève à 4,2 milliards de francs par année, alors que les cassures de santé mentale pèsent plus de 18 milliards par an dans le budget national de la santé !

Ces chiffres sont particulièrement importants et vrais, pour le canton de Vaud, puisqu'une récente étude montre que l'état psychique des Vaudoises et des Vaudois est plus fragile que la moyenne suisse. Les facteurs économiques, sociaux et psychologiques peuvent être et faire l'objet d'interventions de promotion de la santé mentale, pour améliorer cet état de fait. Il faut aussi chercher à réduire le degré de stigmatisation dont les troubles psychologiques et psychiatriques font encore l'objet.

La promotion de la santé mentale s'effectue aujourd'hui par des interventions ciblant le niveau individuel, qui est beaucoup trop mis en avant par rapport aux niveaux social, structurel et environnemental, pour lesquels beaucoup de choses restent à faire. De nombreuses actions existent déjà, dans le canton de Vaud, mais actuellement, les stratégies pertinentes pour la promotion de la santé mentale ne semblent pas garantir une couverture globale de la population ni une couverture suffisante des populations à risques. Je pense par exemple aux femmes seules avec des enfants, aux enfants de parents connaissant des difficultés de nature psy ou encore aux handicapés mentaux, qui peuvent souffrir aussi de troubles de santé mentale. Si de nombreuses stratégies pertinentes existent, il manque un espace pour en assurer la coordination et la couverture populationnelle. C'est en ce sens que j'ai déposé le présent postulat, que je me réjouis de traiter en commission, avec vous.

Le postulat, cosigné par au moins 20 députés, est renvoyé à l'examen d'une commission.