

Questions de santé mentale en Île-de-France



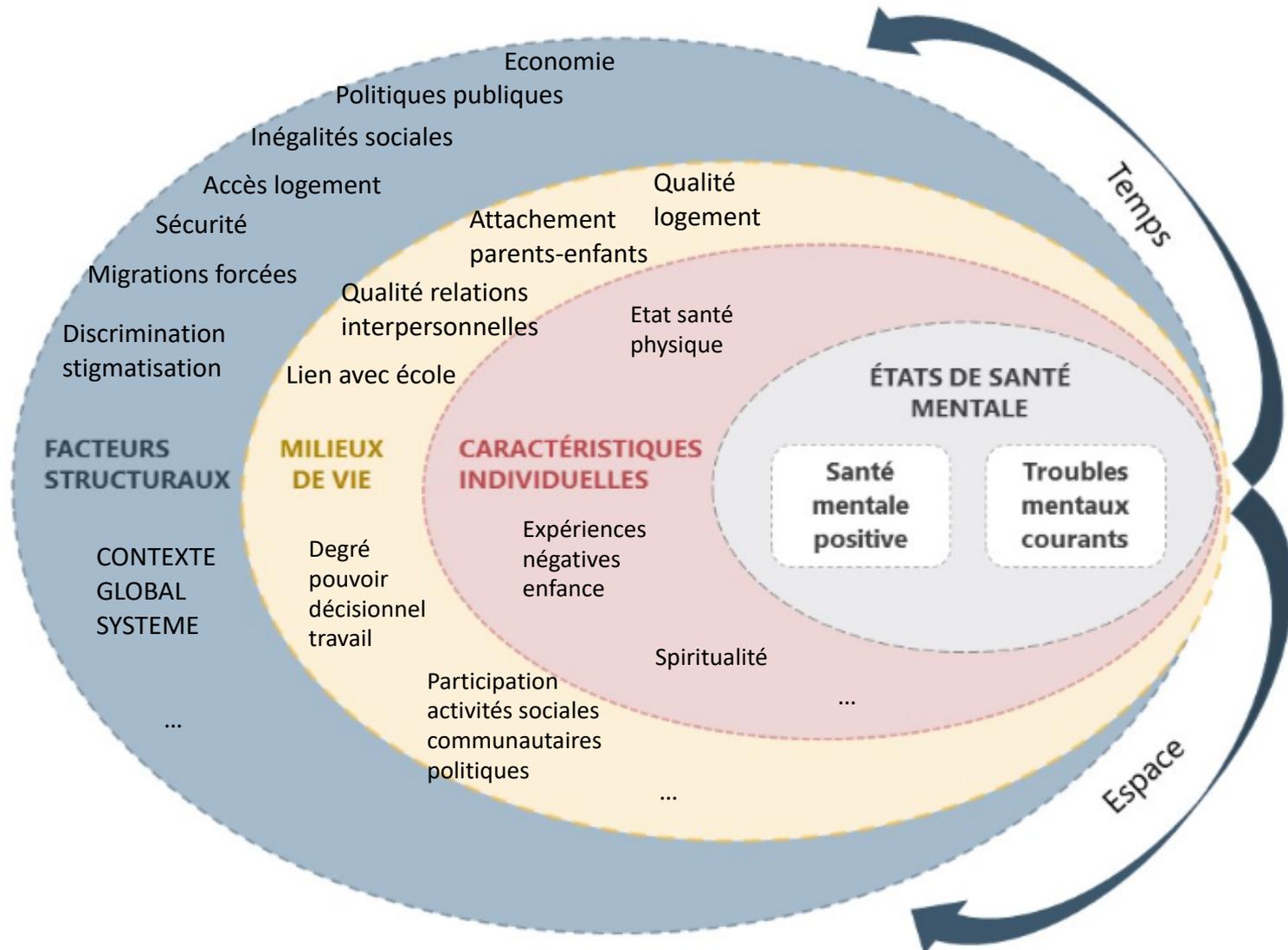
CICA « Santé mentale », Mairie du 6^{ème} arrondissement, Paris

Catherine Embersin-Kyprianou

La santé mentale, de quoi parle-t-on ?

- ✓ Etat de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté (OMS)
- ✓ 3 dimensions : bien-être (mal-être), troubles (de l'absence aux troubles sévères), fonctionnement des individus (participation sociale, autonomie, capacités...).
- ✓ Retentissement sur le fonctionnement, incapacités transitoires ou chroniques (invalidité, handicap)
- ✓ Maladie mentale et troubles psychiques : 1/5 de la population (OMS)
- ✓ Dépression, un des troubles les plus répandus, 15-20% de la population sur la vie entière (Inserm)
- ✓ Maladies psychiatriques et traitements (y compris hypnotiques et anxiolytiques) : 1^{er} poste de dépenses de Assurance-maladie (France)

Quels facteurs influencent la santé mentale ?



Repérage des épisodes dépressifs caractérisés

Episodes dépressifs caractérisés (CIDI-Short form)

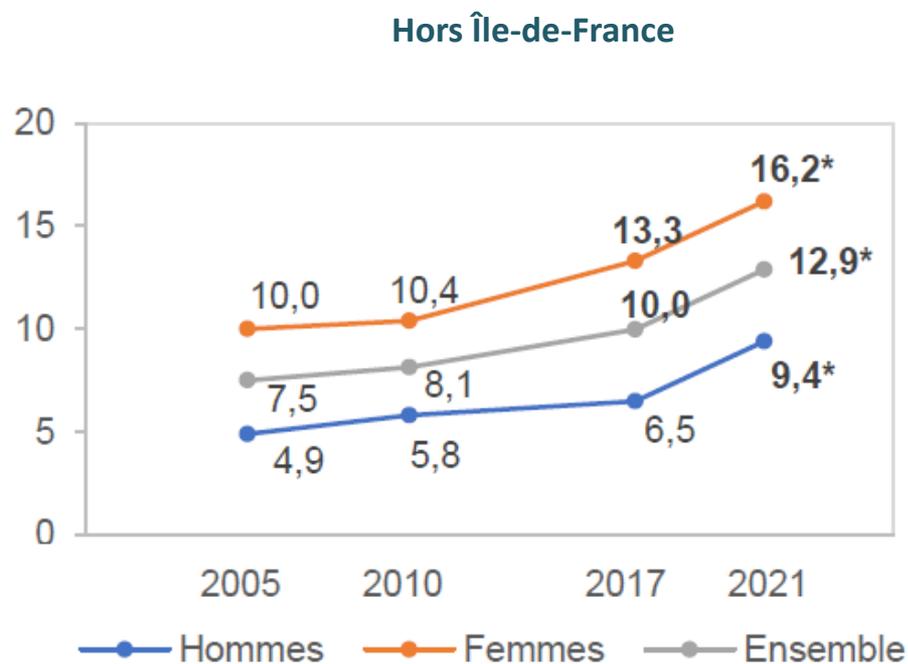
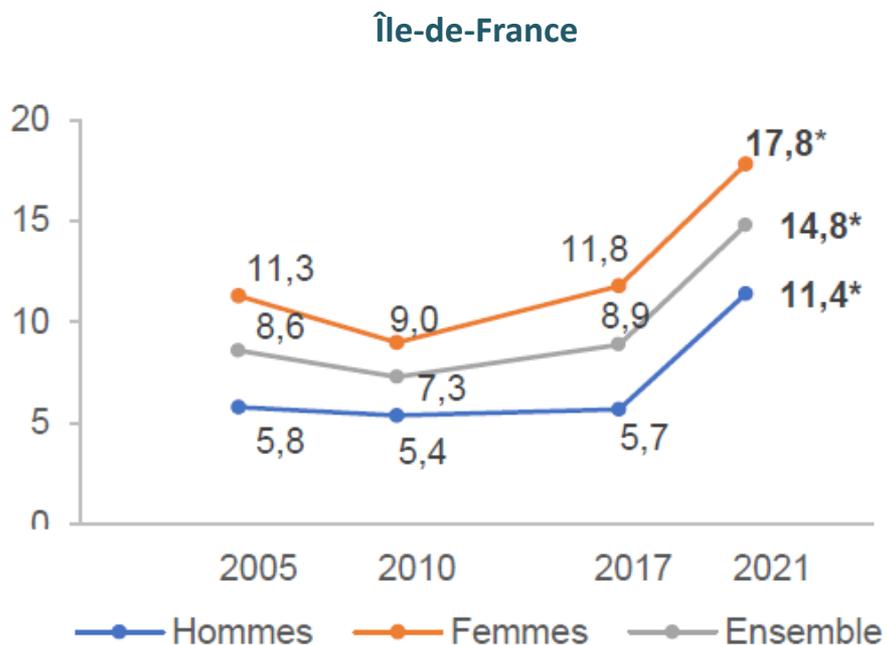
Au moins 1 symptôme principal et au moins 3 symptômes secondaires, avec un retentissement sur les activités habituelles (professionnelles, scolaires, relations interpersonnelles)

Symptôme principal : tristesse, déprime, sans espoir OU perte d'intérêt pour la plupart des choses pendant au moins 2 semaines consécutives, pratiquement toute la journée

Symptômes secondaires : épuisement ou manque d'énergie, perte ou prise d'au moins 5 kg, difficultés à dormir, difficultés de concentration, sentiment de dévalorisation ou de culpabilité excessive, pensées de mort, perte d'intérêt pour la plupart des choses (si SP de tristesse)

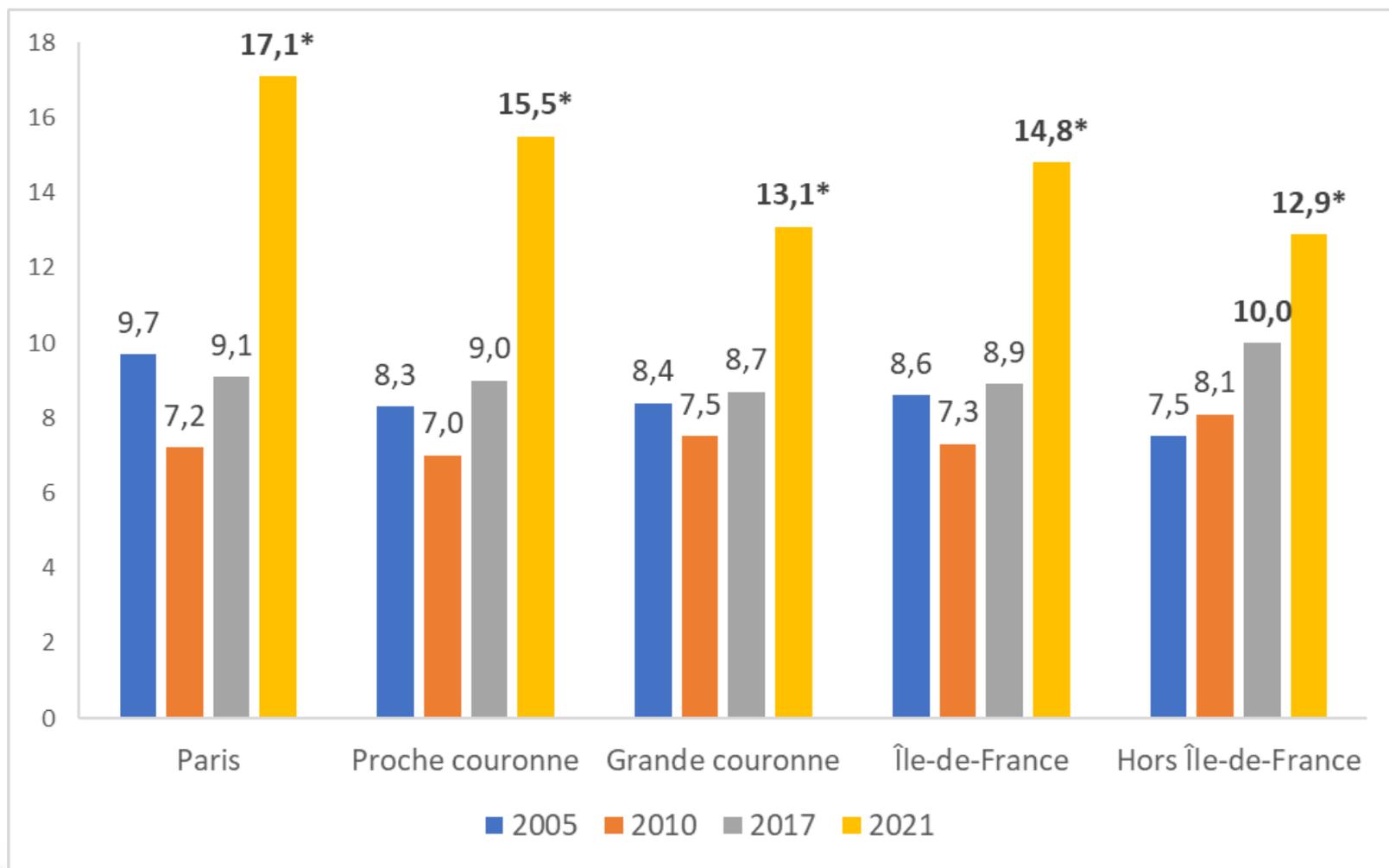
Une très forte augmentation de la dépression en Île-de-France au temps du covid-19

Episodes dépressifs caractérisés au cours des 12 derniers mois – 18-75 ans (%)



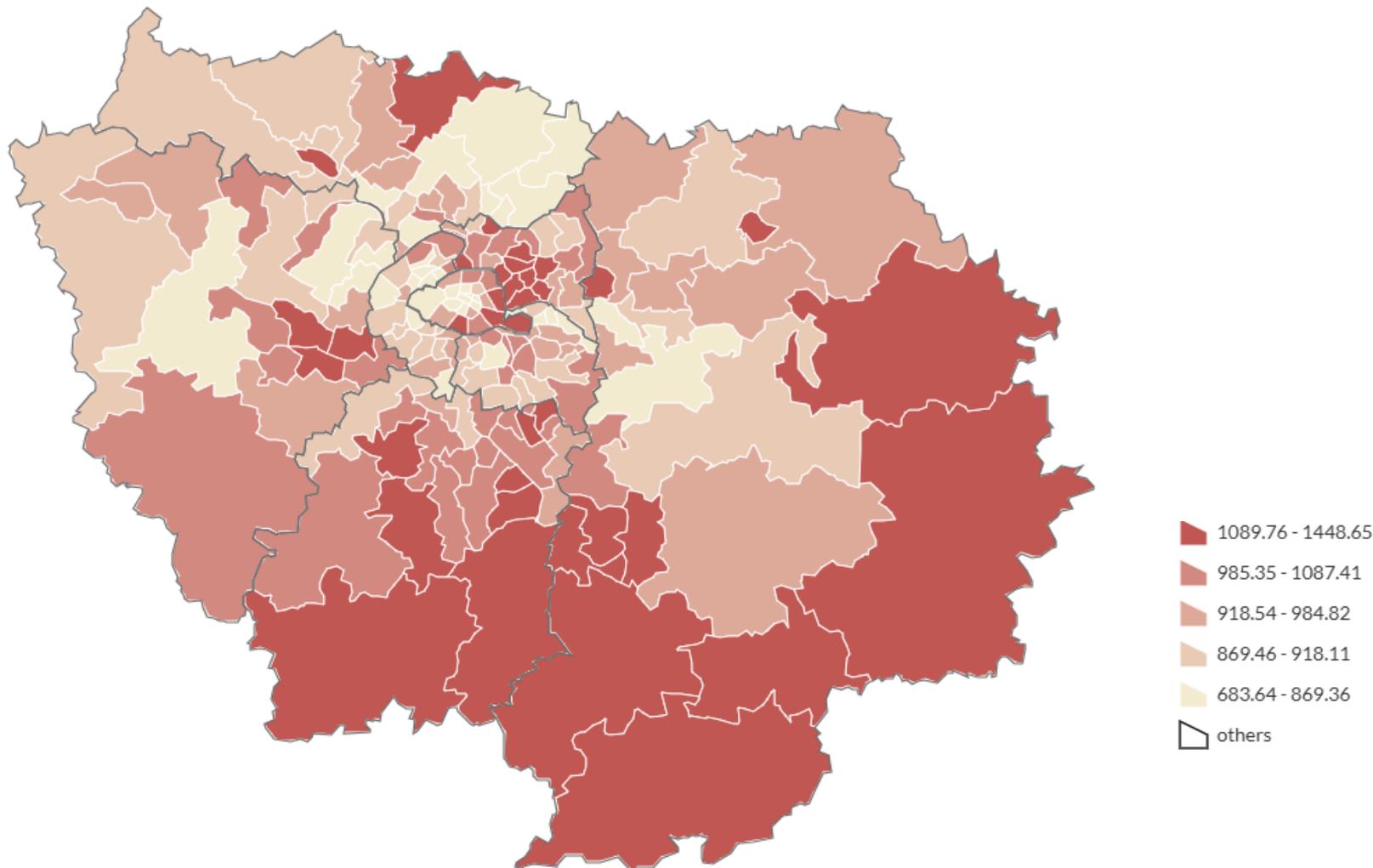
Dont le niveau semble plus élevé dans la région francilienne et dans le centre de la région

Episodes dépressifs caractérisés au cours des 12 derniers mois – 18-75 ans (%)



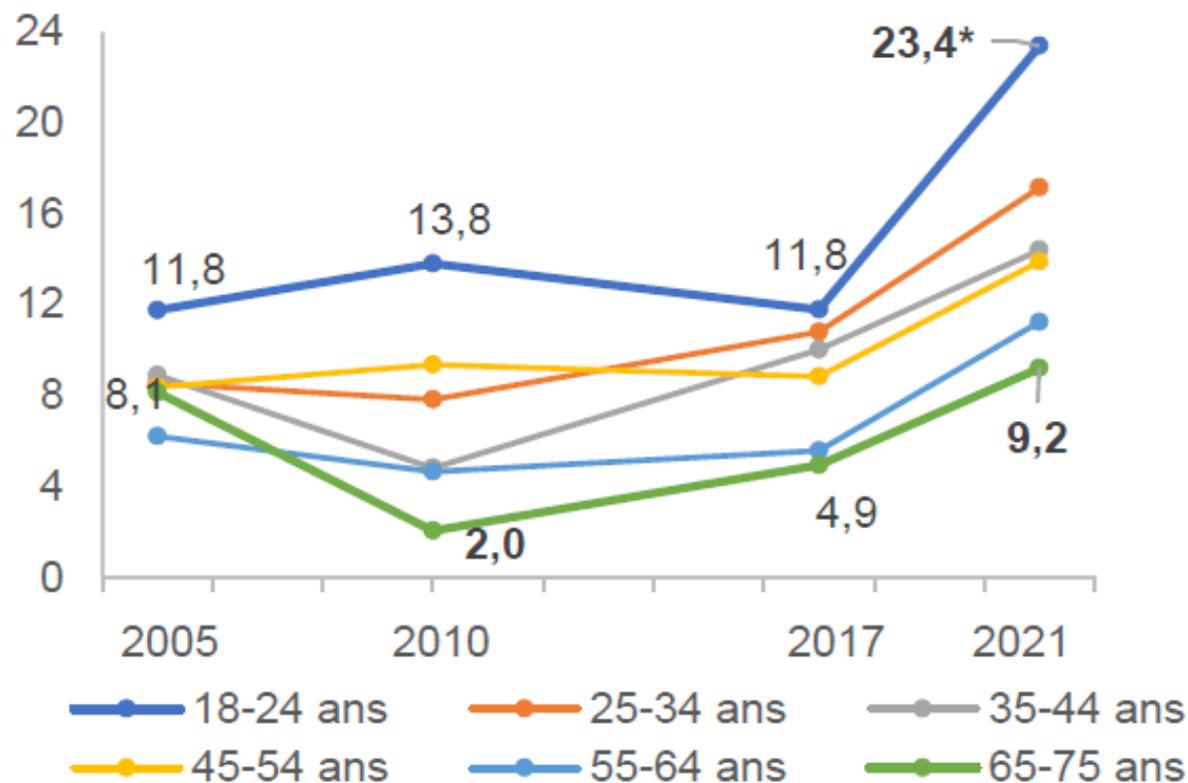
Les données médico-administratives montrent des prises en charge plus élevées au sud et à l'est

Taux standardisé de personnes prises en charge pour dépression et autres troubles de l'humeur en 2022 (p.100 000)



Les jeunes particulièrement touchés par la dépression

Episodes dépressifs caractérisés au cours des 12 derniers mois – Île-de-France (en %)

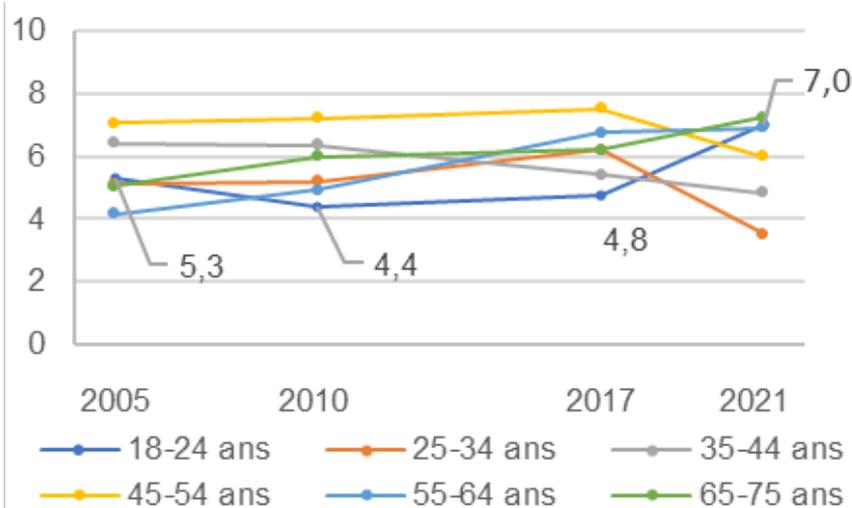


- ✓ EDC multipliés par 2 chez les 18-24 ans (2017-2021)
- ✓ Prévalence la plus élevée de toutes les catégories d'âge
- ✓ Prévalence comparable avec le reste de la France (20% HIDF)

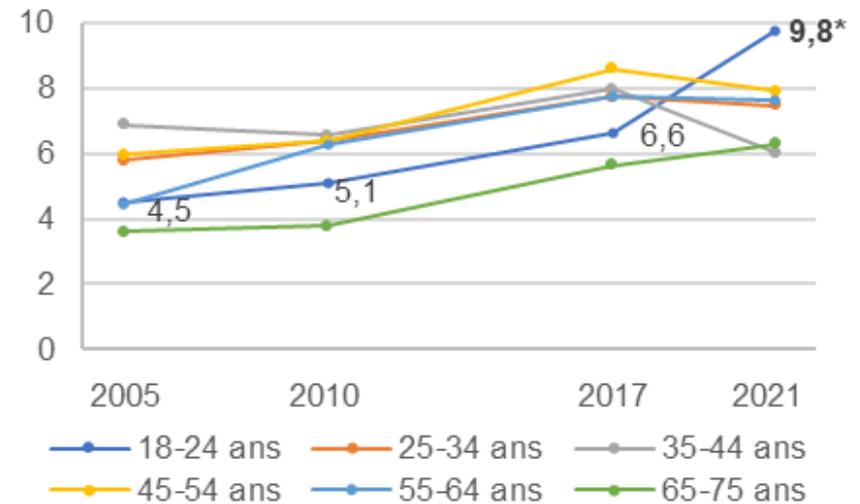
Les jeunes très touchés par les tentatives de suicide

Episodes dépressifs caractérisés au cours des 12 derniers mois – 18-75 ans (%)

Île-de-France



Hors Île-de-France



Île-de-France : 18-24 ans (7,0%),
55-64 ans (6,9%),
65-75 ans (7,2%)

Tentatives de suicide en augmentation au-delà de la crise de covid-19 chez les plus jeunes

Hospitalisations pour gestes auto-infligés en Île-de-France



- Un taux d'hospitalisation chez les jeunes filles de 10-14 ans multiplié par trois entre 2020 et 2023.
- Un léger infléchissement en 2022, non observé au niveau national.
- Chez les garçons, un taux plus faible qui a cependant doublé entre 2020 et 2023 (taux de 15 en 2020 à 30 en 2023).

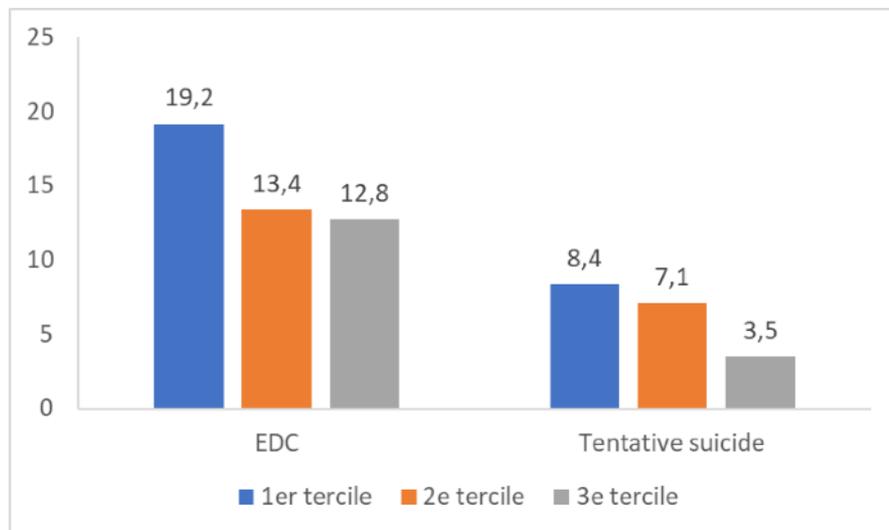


- Une augmentation de 71 % du taux d'hospitalisation chez les jeunes filles de 15-19 ans entre 2020 et 2023, avec un pic observé en 2022 (386 pour 100 000).
- Chez les garçons, une hausse de 36 % entre 2020 et 2021 suivie d'un ralentissement.

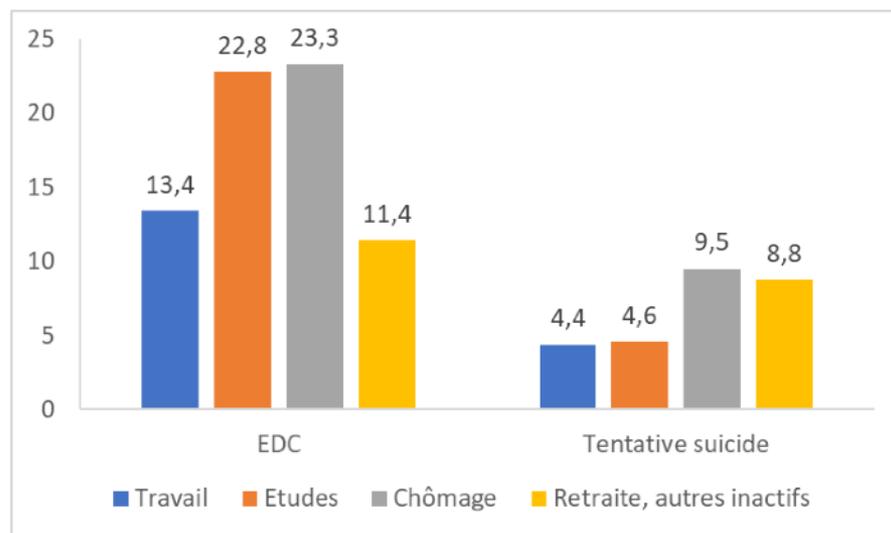
Source : CNAM, SNDS (Système national des données de santé 2015-2023, exploitation ORS Île-de-France, Insee estimations de population Patients de 10 ans et plus hospitalisés au moins une fois en MCO avec un code de lésion auto-infligée (code CIM-10 de X60 à X84) en DR ou DAS.

Les populations moins favorisées particulièrement concernées par les troubles de santé mentale

EDC 12 derniers mois et TS vie selon le niveau de revenus en 2021 en Île-de-France (en % des 18-75 ans)

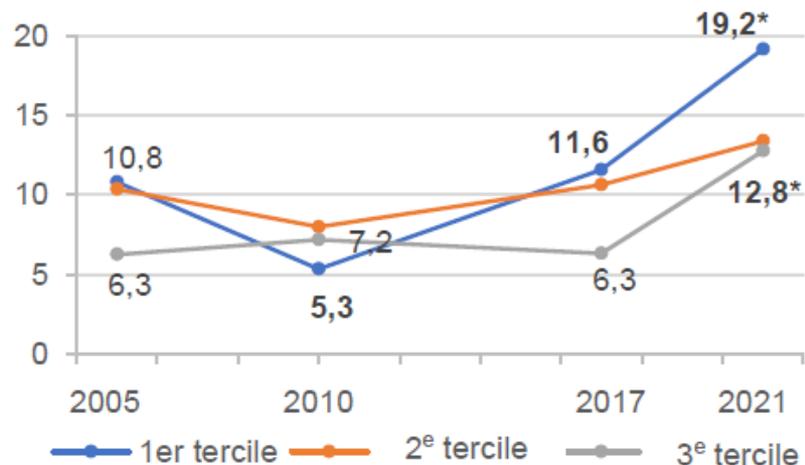


EDC 12 derniers mois et TS vie selon la situation professionnelle en 2021 en Île-de-France (en % des 18-75 ans)

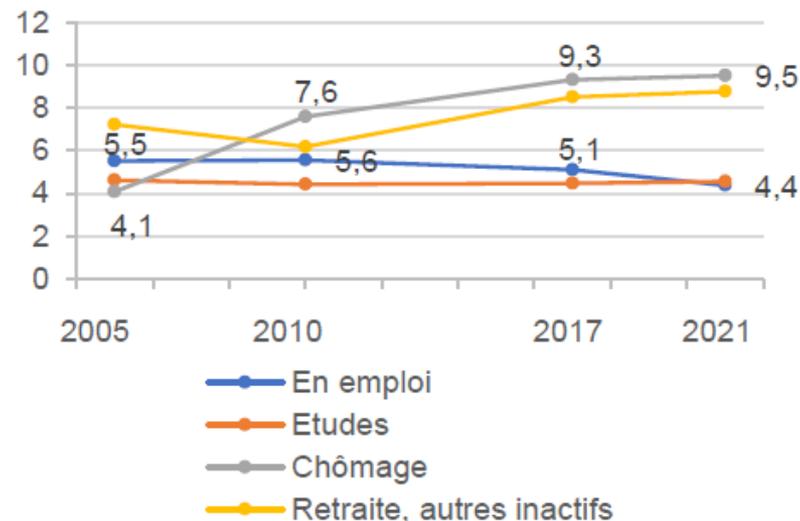
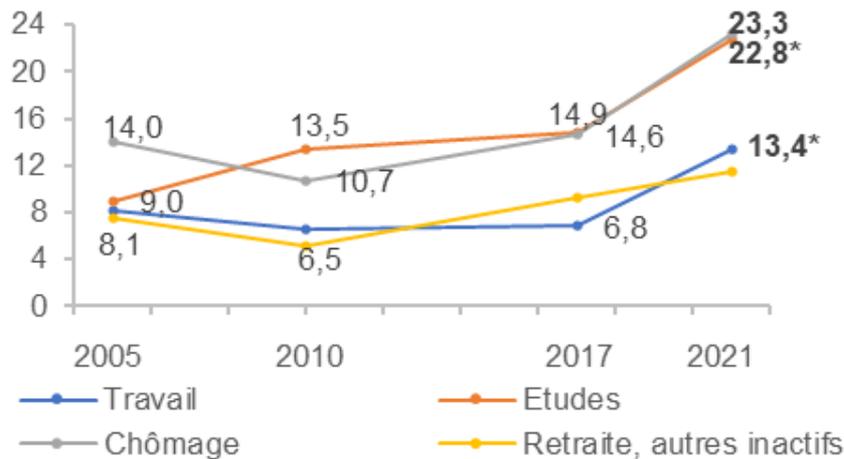
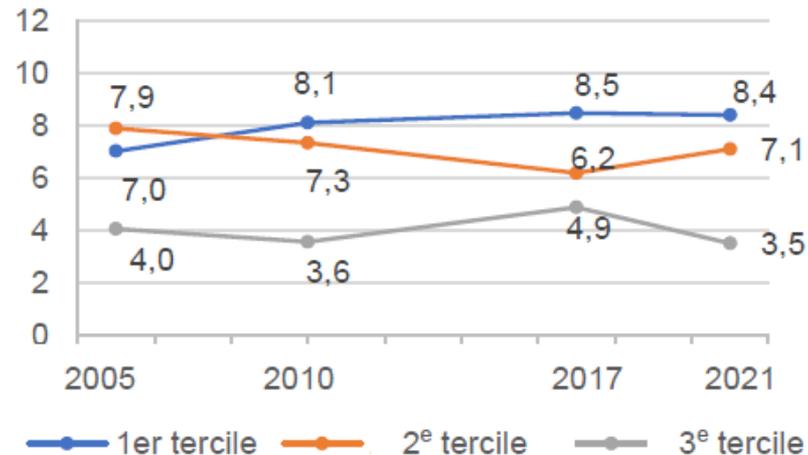


Mais qui traversent toutes les catégories sociales

EDC 12 mois - ÎdF – en % des 18-75 ans

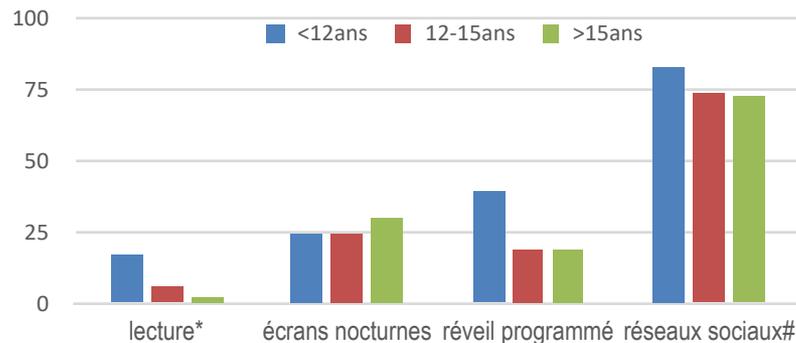


TS vie ÎdF – en % des 18-75 ans



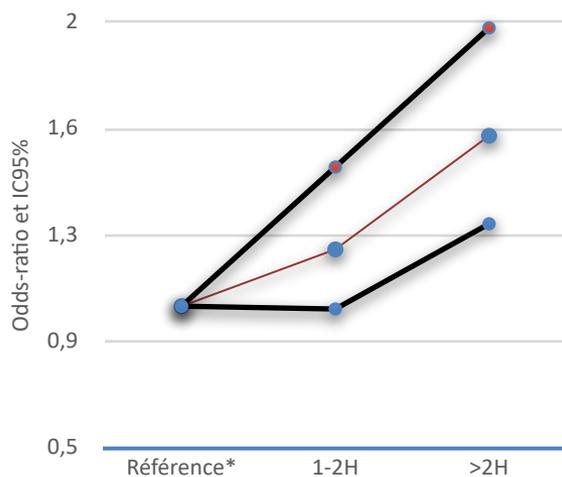
L'usage des écrans, perturbateur du sommeil

Comportements vis-à-vis des écrans et type d'activités avant le coucher (en %)

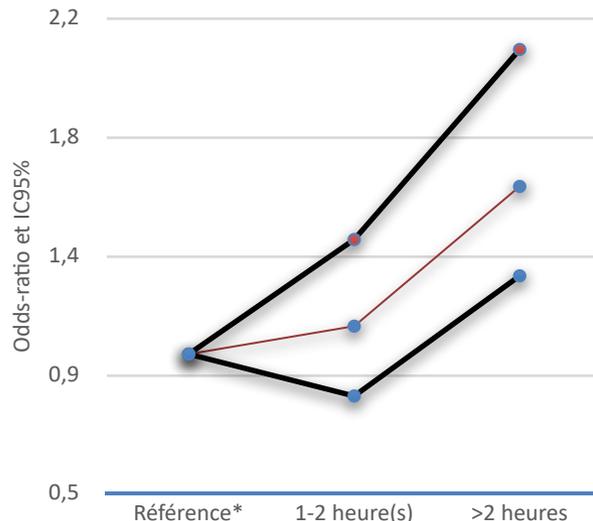


- La **privation de sommeil** : facteur **aggravant** de certaines pathologies
- Le sommeil est aujourd'hui considéré comme un véritable « déterminant de la santé »
- **Cependant**, enjeu de santé publique souvent **méconnu**.
- Enjeux de la lutte contre les addictions sans substance (dont les écrans) : effets de l'usage abusif des écrans sur la santé mentale, l'obésité, les résultats scolaires chez les plus jeunes, etc.

Risque d'insomnie selon la durée d'usage des écrans avant le coucher



Risque d'irritabilité selon la durée d'usage des écrans avant le coucher



Pour conclure

- L'Île-de-France a payé un lourd tribut en terme de détérioration de la santé mentale en période de covid-19 => forte croissance de la dépression, niveau plus élevé que dans le reste de la France
- Des déclarations d'épisodes dépressifs plus fréquentes dans le centre de la région qu'en périphérie, mais des prises en charge supérieures au sud et à l'est de la région
- Les jeunes particulièrement touchés par la dépression, mais aussi par les conduites suicidaires
- Ainsi que les plus âgés, par les tentatives de suicide
- Les populations moins favorisées plus exposées mais une détérioration de la santé mentale également parmi les autres catégories

Pour conclure

- Œuvrer pour une véritable culture de la santé mentale en France pour améliorer le recours aux soins, réduire les discriminations, aider à la prise de conscience des troubles de santé mentale, faciliter la parole. Par ex développement des compétences psycho-sociales (capacités cognitives, relationnelles, émotionnelles), soutien à la parentalité, interventions ciblées sur petite enfance, enfance, adolescence
- Être attentif aux populations vulnérables vis-à-vis de la santé mentale, femmes, jeunes, étudiants, personnes au chômage, personnes aux plus faibles revenus, moins diplômés
- Sans pour autant négliger les autres populations, ayant vu aussi une dégradation de leur santé mentale à la période du covid
- Santé mentale plus dégradée en milieu urbain => quels aménagements de la ville pour pallier cela ?

