

Les adolescents, la santé mentale et l'aide psychosociale – fiche d'information

En quoi la santé mentale et l'aide psychosociale des adolescents sont-elles importantes en situations d'urgence ?

Si ce ne sont pas des domaines prioritaires lors de la mise en œuvre du DMU, la santé mentale et l'aide psychosociale sont indispensables pour la santé dans son ensemble, allant de pair avec la santé physique. La santé mentale et l'aide psychosociale sont pourtant souvent négligées en temps de crise. Alors que les urgences bouleversent les réseaux familiaux et communautaires, la perte de protection peut avoir un impact démesuré sur les adolescents. En cas d'urgence, les problèmes sociaux et psychologiques (comme les stigmatisations liées à l'appartenance à un groupe marginalisé, l'alcoolisme, les violences basées sur le genre) persistent et peuvent être amplifiés. De nouveaux problèmes psychologiques tels que l'anxiété, la peine, le syndrome post-traumatique et la dépression peuvent apparaître. Dans le contexte d'une urgence humanitaire, les adolescents peuvent connaître des événements extrêmement stressants et traumatisants, assister à des atrocités, être déplacés, séparés de leurs proches, soumis à des violences physiques et sexuelles ou recrutés de force dans des forces armées.

QU'ENTEND-ON PAR SANTÉ MENTALE ET AIDE PSYCHOSOCIALE ?

La santé mentale et l'aide psychosociale couvrent tout type d'aide locale ou extérieure visant à protéger ou à promouvoir le bien-être psychosocial et/ou à prévenir ou traiter les troubles mentaux.

Tiré des « *Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings* » du Comité permanent interorganisations

L'adolescence est une période de croissance et de développement intenses, pendant laquelle les bouleversements sociaux, comportementaux, cognitifs et physiques peuvent s'avérer extrêmement difficiles à gérer dans des circonstances dites « normales ». Et c'est sans parler des situations de crise. Tout le monde ne développera pas des problèmes psychologiques en situation de crise, mais les adolescents sont plus exposés aux problèmes sociaux et/ou psychologiques.

Le travail sur les problèmes psychosociaux et de santé mentale peut aider les adolescents à développer une résilience, une meilleure capacité décisionnelle et une prise de risque plus calculée. Il faut donc intégrer la santé mentale et l'aide psychosociale aux mécanismes d'intervention d'urgence. Des études montrent que presque un tiers des victimes de violences basées sur le genre développent des problèmes de santé mentale (OMS 2008), ce qui montre bien l'importance des services de santé mentale et d'aide psychosociale pour les victimes de violences basées sur le genre.

En quoi la santé mentale et l'aide psychosociale concernent-elles la santé reproductive ?

Les problèmes psychosociaux et de santé mentale peuvent être à la fois causes et conséquences de problèmes de santé sexuelle et reproductive parmi les adolescents. Les obstacles mentaux, psychologiques et émotionnels sont des facteurs importants à prendre en compte dans le cadre de l'accès et de l'adhésion aux services de planning familial. En effet, les problèmes psychosociaux et de santé mentale peuvent perturber les capacités de prise de décision et augmenter les comportements à risque, comme les relations sexuelles non protégées, avec le risque (et le problème) des grossesses non désirées, de la contamination ou de la transmission du VIH et d'autres IST.

Dans les pays en développement, entre un tiers et un cinquième des femmes enceintes souffrent de problèmes importants de santé mentale comme la dépression, pendant la grossesse et après la naissance. Dans les pays développés, une femme sur dix souffre de dépression pendant sa grossesse ou au cours de la période post-partum, cependant les femmes déprimées seront moins enclines à demander et recevoir des soins prénatals ou post-partum, si bien que la dépression périnatale entraîne un risque accru de complications obstétriques. La santé mentale de la mère impacte également la santé et la survie de l'enfant. Une mauvaise santé mentale de la mère est associée, pour le nourrisson, à un risque accru de faible poids à la naissance, de malnutrition, de diarrhée et de maladies infectieuses. Il est indispensable que les femmes enceintes et au cours de la période post-partum aient accès à des services de santé mentale et

d'aide psychosociale pour les protéger, elles et leurs bébés, d'une morbidité et d'une mortalité accrues.

Les personnes vivant avec le VIH, leur(s) partenaire(s) et leur famille peuvent souffrir de problèmes psychosociaux et de santé mentale causés par la peur, la stigmatisation et d'autres facteurs de stress. Le VIH et le SIDA peuvent aussi induire des problèmes de santé mentale tels que la dépression, la psychose et la démence. Jusqu'à 44 pour cent des patients touchés par le VIH souffrent de dépression (OMS 2008). Les problèmes psychosociaux et de santé mentale peuvent également compromettre l'observance des traitements. L'expérimentation sexuelle est une étape normale de l'adolescence si bien que les adolescents séropositifs auront besoin d'une aide psychosociale et de conseils pour planifier leur vie reproductive.

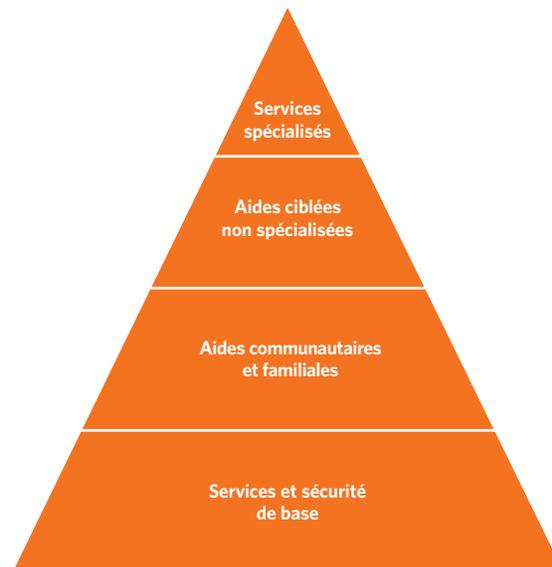
Quelles interventions du programme devraient être mises en œuvre pour prendre en charge la santé mentale et l'aide psychosociale des adolescents en situations d'urgence ?

Il faut que le personnel du programme, y compris le personnel de santé, soit conscient des risques et conséquences des problèmes psychosociaux et de santé mentale chez les adolescents et qu'il sache en détecter les signes, notamment au sein des sous-groupes très vulnérables. Le personnel de santé doit être formé à l'identification des problèmes psychosociaux et de santé mentale et aux interventions et orientations appropriées le cas échéant. Les réseaux de prise en charge doivent être multisectoriels, intégrant la santé, la protection, la subsistance, l'éducation, les services sociaux, etc. Les structures d'aide communautaires et de pair-à-pair (conseillers pairs, groupes d'adolescents, groupes de femmes, etc.) devraient être envisagées une fois la situation stabilisée. S'ils sont déjà établis, ces réseaux peuvent permettre de toucher les adolescents souffrant de handicaps, de marginalisation ou incapables d'accéder aux services pendant la phase aiguë d'une urgence.

Les principes fondamentaux à la base des interventions psychosociales et de santé mentale d'urgence sont les suivants : (1) Promouvoir le respect des droits de l'homme et de l'équité ; (2) Promouvoir la participation de la communauté (adolescents) ; (3) Eviter de causer du mal ; (4) Tirer parti des ressources et capacités disponibles ; (5) Intégrer les activités et programmes à des systèmes plus larges (programmes de santé, d'éducation, etc.) et (6) Développer une intervention à tous les niveaux (IASC 2007).

Le diagramme suivant, tiré des « Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings » du Comité permanent interorganisations, présente une « pyramide d'interventions » dans les situations d'urgence, illustrant les différents niveaux d'interventions psychosociales et de santé mentale en cas d'urgence à mettre en œuvre, de préférence, simultanément.

FIGURE 2: Pyramide d'interventions psychosociales et de santé mentale dans les situations d'urgence. Chaque niveau est expliqué à suivre.



- **Services spécialisés** – Assistance professionnelle auprès du petit groupe de patients souffrant de graves problèmes de santé mentale et ne pouvant être pris en charge par les autres systèmes d'assistance. Les organismes devraient mettre en place un système d'orientation des patients vers des services spécialisés ou former le personnel de santé à ces services.
- **Aides ciblées non spécialisées** – aide, par des employés formés et supervisés, apportée à des plus petits groupes de patients nécessitant éventuellement des soins personnalisés, comme dans le cadre du programme pour les victimes de violences sexuelles, associant des activités de subsistance à une aide émotionnelle et une protection.
- **Aides communautaires et familiales** – aide à un plus petit nombre de personnes, intégrant éventuellement l'activation de réseaux sociaux (clubs d'adolescents, groupes de femmes), moyens de subsistance et activités d'éducation. On peut citer, par exemple, un système de travailleurs adolescents communautaires

jouant le rôle d'intermédiaires entre les enfants chefs de famille et les activités de subsistance, services de santé et programmes d'éducation.

- **Services et sécurité de base** - assurant le bien-être et la protection de l'ensemble de la communauté, y compris la sécurité, la sécurité alimentaire et la santé. Les organismes devraient prendre des mesures particulières pour veiller à ce que ces services soient accessibles par les adolescents vulnérables.

Tous les programmes de santé sexuelle et reproductive devraient intégrer des services de santé mentale et d'aide psychosociale, mais aucun organisme ne peut à lui seul s'occuper de tous les problèmes liés à la santé mentale et à l'aide psychosociale des adolescents. Les organismes devraient travailler en collaboration avec la communauté pour s'assurer de l'identification et de la prise en charge des besoins de santé mentale des adolescents.

SUGGESTIONS DE LECTURE :

1. IASC, *Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*. http://www.who.int/mental_health/emergencies/guidelines_iasc_mental_health_psychosocial_june_2007.pdf.
2. UNFPA. *Questions émergentes : La santé mentale dans le cadre de la santé sexuelle et reproductive*. 2008. http://www.unfpa.org/upload/lib_pub_file/765_filename_mh_french.pdf
3. OMS. *Improving Maternal Mental Health*. 2008. http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/Perinatal_depression_mmh_final.pdf.