

# Lettre trimestrielle N° 44

## Alliance genevoise contre la dépression : un projet novateur

D'ici à 2020, la dépression devrait devenir la première ou deuxième cause de morbidité dans l'ensemble des pays développés (European commission 2005b). Cette maladie est une priorité de santé publique.

Le projet d'*Alliance genevoise contre la dépression*, mené par le Département de l'économie et de la santé (DES), veut implanter un dispositif qui facilite sa détection précoce et une prise en soins optimale.

### LES CONSÉQUENCES DE LA DÉPRESSION

En plus de la très grande souffrance qu'elle provoque chez les individus et ses conséquences familiales, scolaires, sociales et professionnelles, la dépression a un lien de causalité avec les comportements suicidaires (56% des personnes souffrant de dépression grave tentent de mettre fin à leurs jours et 5 à 15% se suicident). La dépression favorise aussi d'autres atteintes à la santé (tabagisme, alcoolisme, affections cardiovasculaires). Elle est le résultat de l'interaction de facteurs biologiques, psychologiques et sociaux. Elle plonge les individus et leur entourage dans une situation socialement difficile. Mais la dépression est une maladie réversible et curable dans la majorité des cas, pour autant qu'elle soit rapidement diagnostiquée et prise en soins.

### L'ALLIANCE GENEVOISE CONTRE LA DÉPRESSION

Le projet genevois est inscrit dans le plan cantonal de promotion de la santé et de prévention institué en novembre 2006 par M. Pierre-François Unger, Conseiller d'Etat en charge du DES. Ce projet reprend un modèle allemand, « Bündnis gegen Depression » (Alliance contre la dépression), qui a été expérimenté pour la première fois à Nuremberg (Allemagne).

Durant la phase-pilote, les premiers résultats ont été prometteurs et le taux de tentatives de suicide a reculé. Ce concept, validé par l'Université de Munich en 2001, tente d'améliorer la détection précoce et le traitement des malades dépressifs par des interventions parallèles :

- une coopération avec les médecins de premier recours ;
- une coopération avec des professionnels de différents domaines en contact avec des populations à risque de dépression ou souffrant de dépression ;
- des prestations spécifiques pour les populations à risque et leurs familles ;
- une information auprès de la population générale.

Les cantons suisses sont encouragés par la Conférence des directrices et des directeurs cantonaux de la santé (CDS) et l'Office fédéral de santé publique (OFSP) à adopter le concept de l'*Alliance contre la dépression*. Plusieurs cantons alémaniques s'y sont déjà ralliés. Au niveau romand, seul Genève a pris cette option, pour l'instant. Enfin, la démarche genevoise bénéficie de l'apport du réseau européen de l'*Alliance contre la dépression*, notamment de collègues de Pontoise (France) qui mettent à disposition plusieurs de leurs travaux.

### LES ACTIVITÉS DE L'ALLIANCE GENEVOISE CONTRE LA DÉPRESSION

Un plan d'action pour la période 2008 à 2010 détaille les divers développements préconisés pour Genève.

Ces activités ont pour objectifs de :

- développer les réseaux de partenariat et proposer une cohérence pour un maximum d'activités, mesures et actions développées sur le canton, par les secteurs public, associatif et privé ;
- faciliter l'accès à l'information, à l'orientation et aux soins aux personnes en risque de dépression ;
- favoriser la détection précoce de la symptomatologie dépressive par les professionnels ou associations-relais en relation directe avec la population ;
- déstigmatiser la dépression auprès de la population générale, conformément aux trois messages-clés : « la dépression a de nombreux visages », « elle peut frapper chacun » et « elle se soigne ».

Parmi les activités mises en œuvre, citons, à titre d'exemple, un forum, un projet-pilote de détection prénatale, une enquête auprès des médecins de premier recours et le projet « santé gaie ».

## FORUM DU 8 AVRIL 2008

Ce premier forum a rassemblé 130 professionnels de tout horizon et représentants d'associations.

Genève bénéficie d'un réseau de soins bien structuré, capable d'assumer la plupart des situations de maladies mentales et psychiques vécues.

Les compétences de soins sont reconnues tant dans le secteur public que privé. Toutefois, ne serait-ce que par sa complexité, ce réseau mérite d'être valorisé afin d'optimiser toutes les ressources. Le forum avait pour but principal de renforcer ou de développer des collaborations pour améliorer l'efficacité des prestations préventives dans le domaine de la dépression et de promouvoir l'émergence d'actions nécessaires pour mieux répondre aux besoins des populations à risque de dépression.

Un livre blanc résume les travaux et présente les attentes des participants :

- Etre partenaires de la démarche de l'*Alliance genevoise contre la dépression* et se rencontrer régulièrement.
- Recenser et faire connaître les ressources et compétences du réseau genevois pour la prévention, la détection précoce et les soins de la dépression, ainsi que la formation dans ce domaine.
- Mettre en lien les professionnels de santé et les professionnels de terrain (éducation, social, ressources humaines, responsables associatifs, etc.), afin de soutenir des démarches de détection et d'orientation.

Le DES a pris en considération ces attentes et a formé un groupe d'accompagnement des activités de l'*Alliance genevoise contre la dépression*, constitué de représentants du corps médical, de psychologues, de pharmaciens et d'associations diverses.

## PROJET-PILOTE DE DÉTECTION PRÉNATALE

La dépression du post-partum est une pathologie reconnue de longue date. En plus des conséquences sur la parturiente, des effets préjudiciables sont à craindre à long terme tant pour les enfants que pour le couple.

Une étude menée par le service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (HUG) a montré qu'une activité de prévention de la dépression commencée durant la grossesse permet d'éviter une dépression dans le post-partum.

Le projet-pilote, déployé dans la dernière période de l'année 2008, a consisté en la mise sur pied d'un entretien prénatal dès la 20<sup>e</sup> semaine de grossesse, afin de le tester auprès de 70 femmes enceintes. Cet entretien d'une heure a été mené par des sages-femmes diplômées de l'Arcade sages-femmes et des HUG. Son but est d'informer sur la dépression, de détecter des facteurs de risque et, le cas échéant, d'orienter vers des soins. Les résultats principaux de cette expérience montrent que :

- 98% des femmes qui ont bénéficié de l'entretien sont satisfaites et que 92% l'ont trouvé utile ;
- 48% d'entre elles ne connaissaient pas le lien entre grossesse et l'éventualité de développer une dépression ;

- 24% ont été évaluées comme présentant des risques de dépression et ont été immédiatement prises en charge dans la période prénatale.

Au vu de ces résultats, une réflexion est menée pour chercher à maintenir cette prestation et à la valoriser auprès des femmes enceintes et de leurs soignants.

## ENQUÊTE AUPRÈS DES MÉDECINS DE PREMIER RECOURS (MPR)

Cette enquête, lancée au printemps 2009, comprendra l'envoi d'un questionnaire, des interviews et des groupes focus. Elle cherchera à préciser les besoins actuels des MPR dans la collaboration avec les spécialistes, le dépistage, le diagnostic et le traitement des troubles dépressifs. En partant de la réalité des MPR, cette démarche a pour but :

- d'implanter un réseau concernant la dépression à disposition de l'ensemble des MPR ;
- d'augmenter les compétences cliniques des MPR désireux de s'impliquer davantage dans le traitement des troubles dépressifs. Des formations adaptées aux attentes de ces médecins pourraient alors être proposées.

## PROJET « SANTÉ GAIE »

Ce projet de l'association Dialogai inclut la problématique de la dépression pour laquelle la communauté homosexuelle est particulièrement à risque. L'article qui suit présente le site [www.blues-out.ch](http://www.blues-out.ch), développé en partenariat avec l'association Lestime.

## CONCLUSION

Conscient de l'important enjeu de santé publique que représente la dépression, le DES veut favoriser la détection et la prise en soins précoce de la dépression.

La mise en œuvre de l'*Alliance genevoise contre la dépression* répond à l'objectif prioritaire de mettre en lien (au-delà des appartenances professionnelles ou sociales) toutes les personnes, institutions et associations qui cherchent à mettre en commun leurs efforts pour la santé psychique de la population habitant le canton de Genève.

Philippe Granget ( [philippe.granget@etat.ge.ch](mailto:philippe.granget@etat.ge.ch) )

Département de l'économie et de la santé

Direction générale de la santé

## BLUES-OUT

### CONTEXTE: LA SANTÉ MENTALE DES GAIS ET DES LESBIENNES N'EST PAS SATISFAISANTE

Dialogai, association homosexuelle de Genève, a été fondée en 1982. En 1985, elle a rejoint l'Aide suisse contre le sida (ASS) nouvellement créée. L'expérience et les connaissances acquises par Dialogai dans la lutte contre cette épidémie ont joué un grand rôle dans la décision de prendre en compte la santé globale des hommes gais et pour le lancement du projet Santé gaie.

En effet, dès 1996 et l'arrivée des trithérapies, le sida est passé en quelques mois d'une maladie mortelle à court terme à une maladie chronique. D'autres problèmes de santé, jusque-là « masqués » par la problématique sida, sont alors apparus. Pour caractériser et quantifier ces problèmes, Dialogai, en collaboration avec l'Institut de médecine sociale et préventive de l'université de Zurich (ISPMZ), a réalisé, entre 2001 et 2003, des analyses qualitatives et quantitatives approfondies de la santé des hommes gais de Genève.

Les résultats ont montré notamment l'importance des problèmes de santé mentale chez les homosexuels. Sur une période de douze mois, 59% des hommes gais ont déclaré avoir connu des problèmes psychiques: 34% d'entre eux ont souffert d'un trouble clinique et 25% ont souffert de symptômes importants. Selon l'étude, 48% des hommes gais qui souffrent de dépression ne le savent pas et 55% ne consultent pas. La nouvelle enquête de base sur la santé mentale des hommes gais de Genève réalisée en 2007 a confirmé ces données.

Ces résultats ont mis une nouvelle fois en lumière le manque cruel de données sur la santé des femmes lesbiennes. Les rares études effectuées à l'étranger montrent que dans le domaine de la santé mentale, elles sont, elles aussi, plus vulnérables que la population générale. C'est ce qui a incité Dialogai à inclure, dès 2006, les lesbiennes de Lestime à la réflexion sur le projet Santé mentale. Début 2009, les deux associations lancent Blues-out, un programme d'information, d'écoute et d'orientation en santé mentale à destination des gais et des lesbiennes de la région genevoise.

### LE PROJET BLUES-OUT

Blues-out est un programme fait par et pour les gais et les lesbiennes. Il propose des informations, des outils d'auto-diagnostic et des conseils pour aider les communautés homosexuelles à faire face aux questions de santé mentale qui les touchent particulièrement. Il a pour objectifs de:

1. Déstigmatiser le mal-être psychique et la maladie mentale dans les communautés gaie et lesbienne et de promouvoir le respect et la solidarité avec ceux et celles qui en souffrent.
2. Donner les moyens aux personnes qui souffrent de mal-être ou de maladie mentale d'en reconnaître les symptômes.

3. Donner les moyens à l'entourage et aux personnes clé de la scène gaie de reconnaître les symptômes dont souffrent leurs proches ou clients et de les conseiller et les aider.
4. Donner les moyens aux personnes qui souffrent de savoir ce qu'elles peuvent faire pour atténuer et soigner leur mal. Les inciter à chercher, à demander de l'aide et à se soigner.
5. Améliorer la prise en charge des personnes qui souffrent et l'accès à des soins de qualité et des services ouverts et compétents sur les questions d'homosexualité, où elles pourront parler librement de leur vie de gai ou de lesbienne.
6. Plus spécifiquement, améliorer le diagnostic précoce et le traitement de la dépression et réduire la suicidalité dans la population homosexuelle.

La première campagne Blues-out est axée sur la dépression et le suicide et se base sur le projet européen Alliance contre la dépression qui a été choisi comme l'un des projets prioritaires par le Département de l'économie et de la santé du canton de Genève dans son plan cantonal de prévention et de promotion de la santé 2007-2010. C'est la première fois que ce projet est adapté à la population homosexuelle.

Une brochure, des affiches, des annonces et des bannières Internet ont été créées. La forme du matériel est identique mais le contenu est adapté pour les hommes gais et les femmes lesbiennes. Comme pour la prévention du VIH, des travailleurs de terrain et des volontaires diffusent le matériel de la campagne dans les lieux fréquentés par les groupes cibles. Ils bénéficient d'une formation spécifique et sont en mesure d'écouter, de conseiller et d'orienter les publics cibles sur les services et ressources du projet.

L'impact du projet sera évalué par une répétition de l'étude de base deux ans après son lancement. Suite à cette première étape commune entre les hommes et les femmes sur la dépression, les deux organisations Dialogai et Lestime développeront d'autres thèmes de santé mentale (anxiété, violences, dépendances) selon leurs priorités respectives.

### LES SERVICES BLUES-OUT

#### LE SITE INTERNET

Outil central du projet, le site Internet permet aux publics cibles, aux collaborateurs et partenaires du projet d'avoir accès 24h/24h à toutes les informations du projet par thèmes, à ses outils (questionnaires d'autodiagnostic) et aux ressources (répertoires des services et des thérapeutes *gay and lesbian-friendly*). Il est construit en site miroir homme/femme et peut se visiter dans la situation de demandeur d'aide comme d'offreur d'aide.

## LA HOTLINE TÉLÉPHONIQUE

La hotline est l'équivalent du site Internet par téléphone. C'est un service d'écoute et d'orientation sur les autres services du projet ouvert un soir par semaine pendant quatre heures. Elle est placée sous la responsabilité d'un infirmier de Checkpoint avec le soutien de collaborateurs et de volontaires de Dialogai et de Lestime formés à l'écoute téléphonique.

## CHECKPOINT

Les clients de Checkpoint, le centre VIH/sida pour les hommes homosexuels de Dialogai, sont dépistés systématiquement pour la dépression par deux questions clés intégrées au questionnaire anonyme d'entrée. L'équipe médico-infirmière de Checkpoint propose aux clients symptomatiques ou qui se questionnent un entretien approfondi et évalue la gravité des symptômes par des questions complémentaires. Si besoin, elle les oriente vers des professionnels de la santé *gay-friendly*.

## LISTE DE MÉDECINS GÉNÉRALISTES ET SERVICES DE SANTÉ GAY AND LESBIAN-FRIENDLY

Le concept d'Alliance contre la dépression propose le médecin généraliste comme personne de premier recours dans la prise en charge de la dépression. Blues-out propose une liste de médecins et de thérapeutes *gay and lesbian-friendly*. Ils prennent en charge les clients présentant des symptômes de dépression orientés via le site Internet, la hotline ou Checkpoint pour confirmer le diagnostic, proposer un traitement et, au besoin, orienter vers un

spécialiste. Il est prévu la création d'un manuel de sensibilisation des professionnels de la santé aux questions de santé mentale et sexuelle spécifiques des hommes gais et bisexuels et des femmes lesbiennes et bisexuelles.

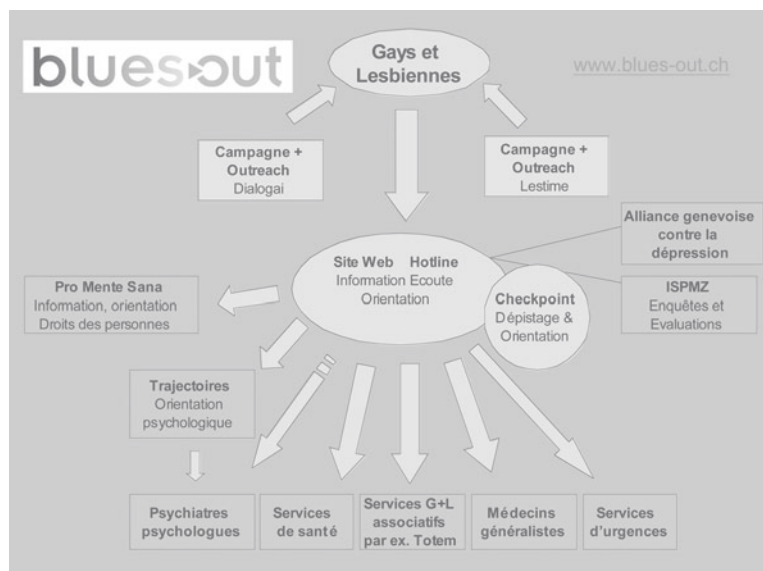
Avec le soutien de Pro Mente Sana, une liste de services de santé adéquats en santé mentale a été établie. Cette liste, mise à jour régulièrement, est également disponible sur le site Internet. Les contacts avec les responsables des services listés sont assurés par le chef du projet Blues-Out et l'infirmier responsable de Checkpoint.

## TRAJECTOIRES ET PRO MENTE SANA

L'association Trajectoires informe les personnes sur les différentes thérapies et les aide dans le choix d'un psychiatre ou d'un psychothérapeute. Depuis la fermeture de la consultation psychologique de l'association LGBT 360, nous orientons nos usagers vers cette association et leurs avons fourni notre répertoire de psychiatres et psychothérapeutes *gay and lesbian-friendly*.

En tant que service de santé, l'association Pro Mente Sana offre aux publics cible information et soutien juridique en santé mentale. Dialogai entretient depuis les origines du projet Blues-out des liens étroits avec Pro Mente Sana qui participe à la formation des collaborateurs de Dialogai et garantit la validité des contenus du matériel produit.

Michael Häusermann et Guillaume Mandicourt



### Lettre trimestrielle de l'association romande Pro Mente Sana

Rue des Vollandes 40  
1207 Genève  
Tél. 0840 0000 60 (tarif local)  
Fax 022 718 78 49  
CCP 17-126 679-4  
info@promentesana.org  
www.promentesana.org