

SANTÉ PSYCHIQUE DONNÉES GÉNÉRALES



QUELQUES NOTIONS DE DISTINCTION



La santé mentale n'est-elle focalisée que sur le bien-être psychique ?

La santé mentale, telle que définie par l'OMS, est en lien avec la santé globale, à savoir un état complet de bien-être (où sont associées les notions de bien-être physique et social), sans que soit considéré comme seul facteur l'absence de **maladie ou d'infirmité**.

C'est ici qu'interviennent quelques notions importantes : celles de handicap, de trouble et de maladie mentale.

HANDICAP MENTAL

Le handicap mental n'est plus considéré comme une maladie, mais comme un statut.

TROUBLE MENTAL

Le trouble mental est quant à lui un état de perturbation anormale et une modification des activités de l'organisme et/ou du comportement du vivant.

MALADIE MENTALE

La maladie mentale comprend l'ensemble des manifestations symptomatologiques ayant une cause commune débusquée par l'étiologie.

Pour passer d'un trouble à une maladie, se pose une problématique de définition, d'hypothèse sur la nature des troubles et sur la mesure de ces derniers.

LES DIFFICULTÉS DANS LES TENTATIVES DE DÉFINITION SONT LES SUIVANTES :

- Une comorbidité dans les manifestations (ex : anxiété + dépression)
- Il peut ne pas y avoir de cause médicale commune, mais plus un ensemble de facteurs psy, cognitifs, environnementaux, sociétaux...
- Les échelles de définition sont multiples, ce qui peut supposer des définitions et représentations parfois biaisées.

UNE PLURALITÉ DE SOURCES ET DE DONNÉES



Les diverses sources évoquées sont tirées des articles de Yannick Morvan et Ariel Frajerman, des enquêtes menées par l'Observatoire de la Vie Etudiante, et l'IPSOS, édités en 2016, 2020 et 2021.

Selon l'IPSOS, un tiers des jeunes entre 18 et 24 ans souffrent d'un trouble de santé mentale. Le trouble anxieux généralisé, ou **TAG**, concernerait 40% des moins de 25 ans, et les troubles dépressifs concernent 20% de cette même tranche d'âge. Au total, 50% des jeunes constatent une altération de leur santé mentale de manière générale. Cette tendance suit l'enquête de l'OVE de 2016, où 15% des étudiants étaient sujets à la dépression. Sur des signes plus précis, 37% éprouvaient un sentiment général de tristesse, et 33% des signes d'anhédonie*. Ces sentiments étaient présents de manière très fréquente chez 22% des sondés, ce que relate également le travail de Yannick Morvan et Ariel Frajerman.

**Anhédonie : absence de motivation, d'intérêt pour des activités ou absence de plaisir pour des expériences sensées être agréables.*



Sur l'impact économique, les travaux de Frajerman et Morvan illustrent que la santé mentale des jeunes implique un coût estimé à 19,8 milliards d'euros, soit près d'un quart des dépenses d'assurance maladie. Par ailleurs, l'article estime, à des fins de recommandation, que créer des unités de prévention, basées sur les besoins des patients, réduirait les coûts de prise en charge d'environ 1886 euros par patient.

Le tout est décuplé à partir de la pandémie de Covid-19, et l'isolement des étudiants durant le confinement. Selon l'OVE, ce même sentiment d'isolement est éprouvé par 50% des étudiants sondés (soit plus de 2500 personnes interrogées). La détresse psychologique est exprimée par 31% des sondés, majoritairement des femmes âgées de moins de 20 ans ou de plus de 26 ans, **bien que ces majorités soient très relatives**.

Sur l'état psychique, 68,5 % des étudiants se déclarent très nerveux, souvent ou parfois. Ce chiffre descend à 63,5% pour les étudiants se sentant tristes ou abattus, à 35,1% pour ceux éprouvant un sentiment de désespoir, et l'épuisement concerne souvent ou partiellement 64,2% des étudiants.

Cependant, 80,6% des étudiants se déclarent heureux, parfois ou souvent, et ce durant la même période.