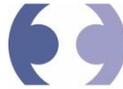


Aktionsbündnis Psychische Gesundheit Schweiz  
Alliance Santé Psychique Suisse  
Alleanza Salute Psichica Svizzera  
Allianza Sanadad Psichica Svizra



Fédération  
Suisse des Psychologues



PUBLIC HEALTH SCHWEIZ  
SANTE PUBLIQUE SUISSE  
SALUTE PUBBLICA SVIZZERA

The Swiss Society for Public Health

pro mente sana

SBAP.

Schweizerischer Berufsverband für Angewandte Psychologie  
Association Professionnelle Suisse de Psychologie Appliquée  
Associazione Professionale Svizzera della Psicologia Applicata

Communiqué de presse

Berne, le mercredi 5 avril 2017

## La dépression, cette ombre dont personne n'est à l'abri

**«Depression: let's talk» – tel sera le slogan de la Journée mondiale de la santé qui a lieu le 7 avril 2017. En Suisse aussi, il est temps d'agir.**

Elle peut concerner tout un chacun: dans le monde, la dépression touche [plus de 300 millions de personnes](#) de tous les âges, de tous les horizons et de tous les pays. En Suisse aussi, la dépression est une maladie répandue: [en 2016](#), 30% de la population faisaient état de symptômes dépressifs. La dépression peut entraîner d'importantes souffrances pour la personne concernée et pour son entourage, et altérer leur vie quotidienne, professionnelle et sociale. Dans le pire des cas, elle peut même [conduire au suicide](#). Outre ces conséquences personnelles, la dépression induit des [coûts sociaux-économiques](#) élevés, [s'établissant à près de 10 milliards de francs chaque année](#).

Pourtant, cette thématique reste sous-estimée. En Suisse aussi, un besoin d'action se fait ressentir sur le plan politique comme sur le plan social. Des campagnes de sensibilisation ciblées doivent permettre de déstigmatiser la dépression. A ce sujet, il est important de souligner que la dépression est une maladie aux aspects nombreux, prenant source dans un [ensemble complexe de facteurs sociaux](#). Un traitement se limitant aux symptômes ne suffit donc pas. Une prévention et un traitement efficaces exigent de se concentrer sur différents plans: politique, économique, socio-économique et personnel.

### Priorité de santé publique

La prévention de la dépression doit donc être reconnue comme un enjeu central pour la santé publique et doit être priorisée en conséquence dans l'agenda politique. Il est nécessaire, par exemple, d'asseoir des bases légales nécessaires sur le plan national, grâce auxquelles il sera possible de lutter de manière adaptée et préventive contre les maladies mentales. En outre, les obstacles à l'accès aux thérapies doivent être éliminés de toute urgence.

### Mettre fin aux stigmates sociaux

La [Journée mondiale de la santé](#) est célébrée chaque année le 7 avril, date de la création de l'Organisation mondiale de la santé en 1948. Le slogan «Depression: let's talk» devrait encourager les personnes concernées et leurs proches à s'exprimer sur le sujet. Cela devrait aider à mettre fin aux stigmates sociaux qui accompagnent la dépression et inciter davantage de personnes concernées à chercher de l'aide.

A l'occasion de la Journée mondiale de la santé, la Fondation Pro Mente Sana lance une série de six podcasts qui aborderont avec le docteur Thomas-Ihde Scholl différents aspects des maladies mentales. Le premier podcast sur le thème des groupes de risque peut être écouté dès à présent sur [www.promentesana.org](http://www.promentesana.org).

**Contact :** **Marcel Wisler**, responsable Communication Pro Mente Sana, 079 303 25 38  
**Olivier Rüegegger**, Fédération Suisse des Psychologues (FSP), 031 388 88 12  
**Janine Sutter**, Association Professionnelle Suisse de Psychologie Appliquée (SBAP), 043 268 04 05

### Conseils pratiques

- La campagne «Comment-vas-tu?» donne des conseils pratiques pour proposer aux personnes en souffrance psychique de parler. Vous trouverez de plus amples informations à ce sujet sur le [site Internet de la campagne](#).