

Mesures à prendre en faveur de la santé mentale des jeunes

Préoccupation de santé publique, la santé mentale des jeunes nécessite une réponse rapide et durable. Une Commission fédérale décline des recommandations, basées sur les dernières connaissances scientifiques.



© pressfoto / Freepik

Consacré à l'art.24 de la Convention des nations unies relative aux droits de l'enfant, le droit fondamental à jouir du meilleur état de santé possible comprend également la santé mentale. Cependant, entre 13% et 20% des enfants et des jeunes sont concernés par un trouble avéré, tandis qu'un jeune sur quatre présente des symptômes de difficultés psychiques. Les jeunes femmes et les personnes vivant des expériences de discrimination sont particulièrement concernées. Ces troubles peuvent avoir des conséquences sur le plan scolaire, entraver les perspectives professionnelles et affecter les relations sociales.

Il existe des facteurs de vulnérabilité liés à cet âge critique sur le plan du développement, mais le contexte social, sanitaire, climatique et géopolitique contribue largement à accentuer l'apparition de ces difficultés. La recherche met notamment en lumière l'influence sur la santé mentale des situations de pauvreté, des conditions de travail et du niveau de qualification, mais aussi des expériences traumatiques liées à la violence domestique, au harcèlement, à l'exclusion sociale ou à la discrimination. S'y ajoute le stress lié au contexte multicrise et à la pression sociale et de performance vécue par les enfants et les jeunes.

Une palette de mesures pour un investissement à long terme

Un meilleur accès à une prise en charge adéquate et à bas seuil dès l'apparition des premiers symptômes s'avère aujourd'hui prioritaire. Selon la prise de position de la Commission fédérale pour l'enfance et la jeunesse (CFEJ), cet effort doit cependant s'accompagner d'un monitoring pour disposer de données fiables, de mesures de prévention et de promotion de la santé mentale dès le plus jeune âge et d'actions visant à réduire la stigmatisation. En outre, la CFEJ recommande d'agir sur les conditions sociales en favorisant les liens sociaux et l'appartenance à un groupe, la prévention du harcèlement et des discriminations ou encore la réduction des facteurs de stress liés à la performance ou aux événements extérieurs anxiogènes. La prise en compte de l'ensemble de ces mesures constitue un investissement durable en faveur de la santé publique.

Par ailleurs, la CFEJ recommande de développer, mettre en place et évaluer les offres avec la participation active des jeunes afin de garantir leur adéquation aux modes de vie et aux besoins réels.

(Source : communiqué de presse)