



**GROUPE
DES CINQ
CRISM**

UNE COLLABORATION EN MATIÈRE DE RECHERCHE ET D'INNOVATION DANS LE DOMAINE DE LA SANTÉ MENTALE DES MILITAIRES, DES VÉTÉRAN(E)S ET DE LEURS PROCHES

Résumé vulgarisé

LE SUICIDE CHEZ LES POPULATIONS MILITAIRES ET VÉTÉRANES : UNE VISION DU GROUPE DES CINQ

L'ENJEU ET LA RAISON DE SON IMPORTANCE

Le suicide et la suicidalité (y compris l'idée, le plan et la tentative) sont des préoccupations importantes chez les communautés militaires et vétéranes. Ces enjeux entraînent de lourdes conséquences infligeant des pertes humaines catastrophiques et affectant profondément les proches, ami(e)s, collègues et unités opérationnelles. Les scientifiques étudient actuellement les facteurs de risque impliqués dans le passage de l'idée suicidaire à la tentative elle-même, car ce sont des domaines importants où l'intervention peut être utile.

CE QUE NOUS AVONS TROUVÉ

Bien que de nombreux facteurs de risque aient été identifiés, il reste difficile de déterminer qui fera une tentative de suicide.

Les indicateurs de risque sont des caractéristiques souvent trouvées dans les groupes où le suicide est fréquent bien qu'ils ne causent pas le suicide directement. Dans les groupes militaires et vétérans, on retrouve des exemples comme le fait d'être de sexe masculin, jeune ou de grade inférieur. D'un autre côté, il est connu que certains facteurs de risque (énumérés ci-dessous) sont davantage liés au suicide et à la suicidalité. De même, on sait aussi qu'il existe des facteurs de protection (énumérés ci-dessous) liés à la prévention.

On retrouve parmi les facteurs de risque :

- La présence de problèmes de santé mentale ou physique;
- L'exposition répétée aux traumatismes (incluant les traumatismes sexuels dans le cadre du service militaire);
- La libération du service militaire pour des raisons médicales ou de façon involontaire.

On retrouve parmi les facteurs de protection :

- Des liens sociaux sains;
- Un bon leadership;
- Une bonne santé physique;
- Un logement et un emploi assurés;
- De la résilience personnelle.

La plupart des pays industrialisés ont des programmes de prévention du suicide pour les groupes militaires et vétérans, soit dans le cadre d'une stratégie nationale plus large pour la santé mentale ou propres à eux-mêmes. Un dénominateur commun du Groupe des cinq est que les programmes en santé mentale pour les militaires et les vétérans adoptent une « approche pour l'ensemble de la communauté » en reliant leurs politiques directement au plan de prévention de leur pays en terme de santé mentale et de suicide.

Le groupe de collaboration et d'innovation du Groupe des cinq en matière de recherche en santé mentale réunit des leaders d'opinion provenant de l'Australie, du Canada, de la Nouvelle-Zélande, du Royaume-Uni et des États-Unis. Ces experts effectuent des recherches et conseillent les gouvernements et autres parties intéressées tels que les responsables des politiques, les praticiens et les scientifiques sur les enjeux de santé mentale. Notre objectif commun est d'améliorer les résultats en matière de santé mentale pour le personnel militaire actif et retraité et leurs proches.

LES PROCHAINES ÉTAPES

Le principal défi en matière de suicide est la prévention.

Les stratégies de prévention tout au long du service militaire devraient inclure :

- L'identification précoce de problèmes de santé mentale et de suicidalité dès l'enrôlement avec des interventions tout au long de la carrière afin de réduire les risques éventuels;
- La facilité d'accès à des soins personnalisés fondés sur les données probantes;
- La réduction de la stigmatisation ou d'autres obstacles à la demande d'aide;
- L'éducation pour les individus, les pairs, les leaders, les proches et les communautés;
- La formation du leadership pour le soutien en santé mentale et la cohésion d'équipe;
- Le soutien suivant un suicide incluant la sensibilité au risque de vagues de suicides dans les équipes en raison de facteurs de stress et d'épreuves similaires.

Les stratégies de prévention après le service militaire :

- Fournir un soutien supplémentaire durant la transition de la vie militaire à la vie civile et après celle-ci;
- Tenir compte des circonstances et de l'environnement spécifiques dans lesquels les vétérans et vétérans effectuent leur transition est indispensable;
- Renforcer les systèmes de soutien pour les proches et doter ceux-ci du savoir et des habiletés pour soutenir une transition réussie.

Malgré des décennies d'enquêtes, la compréhension des causes, la prédiction et la prévention du suicide chez le personnel militaire et chez les vétérans et vétérans sont encore limitées. Il est nécessaire d'effectuer des recherches approfondies qui commencent avant l'enrôlement et se poursuivent tout au long du service et après les années de service. Renforcée par un effort de groupe international, la recherche devrait se concentrer sur l'identification des cheminements et des causes fondamentales des comportements suicidaires plutôt que de dresser une liste des indicateurs et facteurs de risque. Bien que le suicide représente un défi de taille chez les communautés militaires et vétérans, des stratégies de prévention efficaces ont de plus grandes répercussions pour la société dans son ensemble. La prévention du suicide requiert un engagement du haut commandement pour l'amélioration continue par la recherche et la mise en œuvre des meilleures pratiques en constante évolution.

Ceci est un résumé vulgarisé de « *Suicide in Military and Veteran Populations: A View Across the Five Eyes Nations.* »

Publication : 14 février, 2024 | <https://doi.org/10.1080/00332747.2024.2306794>

Auteurs : Nicole Sadler, David Pedlar, and Robert Ursano for the MHRIC across the Five Eyes Nations.