

**LES FACTEURS DE RISQUE ET DE
PROTECTION EN PRÉVENTION DU
SUICIDE: QUELLES SONT LES
PARTICULARITÉS DE LA CLIENTÈLE
AÎNÉE ET COMMENT LES UTILISER
POUR GUIDER NOTRE INTERVENTION**

**Karine Dufour, superviseure clinique et
responsable de la formation**

Centre de prévention du suicide de Charlevoix

QUELQUES CONSTATS...

- Le suicide d'un aîné, comme tout autre suicide, sous-tend une détresse psychologique et un grand désespoir
- On se tue pour arrêter de souffrir
- La souffrance psychologique n'est pas une conséquence normale du vieillissement
- Même chez les aînés, il est possible de diminuer significativement la plupart des souffrances
- L'ambivalence est toujours présente



SPÉCIFICITÉS DU SUICIDE DES AÎNÉS

- La majorité des suicides des 65 ans et plus se produit à leur domicile
- La létalité des tentatives de suicide semble plus élevée chez les personnes âgées qu'au sein de la population en général
- Parmi les aînés décédés par suicide, 75% d'entre eux n'avaient jamais fait de tentative auparavant (Conwell et Thompson, 2008)
- Les aînés sont moins résistants que les plus jeunes et leurs chances de survie ou de récupération après une tentative de suicide sont moindres



SPÉCIFICITÉS DU SUICIDE DES AÎNÉS

- Comme les aînés vivent souvent seuls, les possibilités d'être secourus sont minimales
- 75% des aînés décédés par suicide ont vu leur médecin de famille dans le mois précédant leur mort



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Dépression sous diagnostiquée
 - Selon les recherches, 60 à 80% des personnes âgées décédées par suicide souffraient de dépression
 - Dans la majorité des cas, ces personnes en détresse n'ont bénéficié d'aucune intervention psychothérapeutique ou psychopharmacologique
- Tentative de suicide antérieure
 - Le fait d'avoir tenté de se suicider une première fois permet d'appivoiser le geste, de franchir l'interdit



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Accès aux moyens
 - L'accès à une arme à feu à la maison ainsi que la disponibilité d'une grande quantité de médicaments dangereux augmentent jusqu'à 6 fois le risque d'un décès par suicide
 - La majorité des personnes âgées prennent des médicaments qu'elles pourraient utiliser pour se suicider OU cesser de prendre totalement pour augmenter le risque d'une mort prématurée



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Le veuvage
 - Plus particulièrement chez les hommes âgés, le risque de suicide augmente de façon marquée dans les 2 années suivant le décès de la conjointe
 - La personne veuve a souvent été le proche aidant de la personne disparue; elle se retrouve alors sans services, sans statut et perd son rôle de conjoint et d'aidant



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Alcoolisme sous diagnostiqué
 - La consommation d'alcool peut devenir un moyen facile pour tenter d'atténuer des symptômes tels la douleur physique, l'anxiété, l'insomnie, l'humeur dépressive et les troubles somatiques (Christopherson et al.)
 - Proportionnellement aux adultes plus jeunes, pour un même nombre de cas, les aînés reçoivent moins souvent de diagnostique d'alcoolisme (Graziani, 2010)
 - Les aînés sont plus vulnérables aux effets de l'alcool en raison d'un vieillissement normal et de leur maladie chronique (OIIQ)



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Effets secondaires et mauvaise utilisation des médicaments
 - La dépression, l'anxiété, l'insomnie et la confusion sont souvent des effets secondaires des médicaments ou d'une mauvaise utilisation de ceux-ci
 - La combinaison des médicaments prescrits à d'autres en vente libre provoque parfois des réactions indésirables
 - Les aînés peuvent aussi ne pas adhérer à une médication dont ils ont besoin (ex: antidépresseur)



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Deuils successifs
 - Les personnes âgées doivent faire face à une accumulation de pertes dont l'effet dévastateur s'accroît avec l'inefficacité des habiletés d'adaptation développées au cours de la vie
 - La retraite à elle seule entraîne souvent des pertes multiples (perte de rôle, d'identité, de statut, de revenu, d'amis, de collègues, etc.)
 - Un placement en centre d'accueil ou une menace de placement peut être un déclencheur d'idées suicidaires
 - La perte du permis de conduire, en particulier pour les hommes, entraîne des conséquences importantes



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Traits de personnalité inflexibles et mécanismes d'adaptation limités
 - Les recherches démontrent que les hommes âgés suicidaires se définissent comme fiers, indépendants et s'identifiant à ce qu'ils sont capables de produire
 - Les femmes semblent faire preuve de plus de souplesse face à leurs croyances et leur idéal de soi



LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE

- Réticence à chercher de l'aide
 - La génération actuelle des aînés hésite souvent à utiliser des services psychiatriques et psychologiques et contacte peu souvent les centres de prévention du suicide
- Âgisme
 - Toute distinction faite entre le suicide des aînés et celui de personnes plus jeunes est l'expression d'un âgisme : soit une discrimination essentiellement centrée sur l'âge et les attributs qui sont associés à cet âge



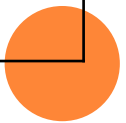
LES FACTEURS DE PROTECTION

- Les pratiques religieuses
- Le soutien social
- L'expérience de vie accumulée
- L'identification et le traitement de la dépression et de l'anxiété
- La maladie d'Alzheimer
- Le système de santé et de services sociaux



Tableau des facteurs associés au suicide chez la personne âgée

	Facteurs prédisposant	Facteurs contribuant	Facteurs précipitants	Facteurs de protection
Individu	<ul style="list-style-type: none"> • Dépression, problèmes psychiatriques associés à une comorbidité physique • Maladie chronique • Perte d'autonomie • Deuil prolongé ou non résolu 	<ul style="list-style-type: none"> • Consommation abusive de médicaments et d'alcool 	<ul style="list-style-type: none"> • Humiliation • Traumatisme individuel • Placement en famille d'accueil • Pertes 	<ul style="list-style-type: none"> • Tempérament facile • Habilidadés de résolution de problèmes • Capacité à exprimer son vécu et ses émotions • Vision positive de la retraite • Spiritualité
Famille et pairs	<ul style="list-style-type: none"> • Relation de violences, d'abus • Isolement social et aliénation • Absence de liens significatifs 	<ul style="list-style-type: none"> • Conflits persistants • Instabilité des relations 	<ul style="list-style-type: none"> • Veuvage, surtout chez les hommes 	<ul style="list-style-type: none"> • Climat chaleureux • Entraide, soutien dans la famille
Communauté	<ul style="list-style-type: none"> • Acceptabilité, banalisation du suicide chez les personnes âgées. 	<ul style="list-style-type: none"> • Télédiffusion des comportements suicidaires chez les personnes âgées • Accessibilité aux moyens • Ressources peu accessibles • Pauvreté économique 	<ul style="list-style-type: none"> • Décès d'une célébrité par suicide, surtout une personne âgée 	<ul style="list-style-type: none"> • Rôle actif dans la communauté • Vision positive du vieillissement dans l'entourage • Ressources disponibles



**COMMENT UTILISER LES PARTICULARITÉS
DE LA CLIENTÈLE ÂNÉE POUR GUIDER
NOTRE INTERVENTION**



COMMENT UTILISER LES PARTICULARITÉS DE LA CLIENTÈLE AÎNÉE POUR GUIDER NOTRE INTERVENTION

- Porter attention aux paroles
 - 72.3% des aînés décédés par suicide avait exprimé des idées de mort ou montré des comportements suicidaires indirects avant de se tuer
- Être attentif aux signes cliniques de détresse psychologique tels que l'anxiété, les troubles du sommeil ou la dépression
- Être à l'écoute des plaintes somatiques et des déclarations indirectes d'un désir de mourir



COMPORTEMENTS À OBSERVER

- Isolement
- Repli sur soi
- Refus de participer à des activités de groupe
- Don de biens personnels chers à la personne
- Achat d'une assurance-vie
- Rédaction d'un testament
- Acquisition ou stockage d'objets potentiellement dangereux ou de médicaments
- Don ou euthanasie d'un animal de compagnie



CONCLUSION

- Le suicide est davantage une question de souffrance que d'âge
- Il faut prendre toute menace de suicide provenant d'un aîné au sérieux et poser des questions directes dès qu'on a un doute. Une évaluation complète des facteurs de risques et des facteurs de protection doit être faite
- La formation de Sentinelles dans les milieux où évoluent principalement les aînés semble démontrer une grande efficacité

