9 octobre 2012 – Genève – À l'occasion de la **Journée mondiale** de la **santé mentale**, l'**Organisation mondiale** de la **Santé** appelle à mettre fin à la **stigmatisation** de la **dépression** et des autres **troubles mentaux** et à mettre le **traitement** à la portée de tous ceux qui en ont besoin.

Plus de 350 millions de personnes dans le monde souffrent de dépression, trouble mental qui les empêche de mener une vie normale. À cause du caractère honteux que revêt encore souvent ce trouble, beaucoup de déprimés n'admettent pas qu'ils sont malades et ne cherchent donc pas à se faire soigner.

La dépression se distingue des changements d'humeurs ordinaires. Elle se manifeste par un sentiment de tristesse qui perdure pendant au moins deux semaines et qui compromet le fonctionnement normal au travail, à l'école ou au sein du foyer. Les traitements efficaces sont d'ordre psychosocial et pharmacologique. La participation active des personnes déprimées et de leurs proches au traitement est essentielle. La première étape consiste à admettre la dépression et à chercher de l'aide. Plus le traitement est mis en route de bonne heure, plus il est efficace.

« Il existe des traitements très efficaces contre la dépression. Malheureusement, moins de la moitié des personnes déprimées reçoivent les soins dont elles ont besoin. Ce chiffre est même inférieur à 10 % dans beaucoup de pays, commente le Dr Shekhar Saxena, Directeur du Département de l'OMS Santé mentale et abus de substances psychoactives. Voilà pourquoi l'OMS apporte son soutien aux pays qui combattent la stigmatisation dans le but d'élargir l'accès au traitement. »

Les préjugés culturels et la méconnaissance de cette affection contribuent à dissuader les malades de consulter.

D'après les estimations de l'OMS, la dépression est courante dans toutes les régions du

monde. Une étude effectuée récemment avec le soutien de l'OMS montre que 5 % environ des personnes vivant dans la communauté avaient souffert de dépression au cours de l'année écoulée.

La dépression résulte de l'interaction complexe de facteurs sociaux, psychologiques et biologiques. Il y a un lien entre la dépression et la santé physique, une maladie cardiovasculaire pouvant par exemple provoquer une dépression et vice-versa. Jusqu'à une accouchée sur cinq souffre de dépression postnatale.

En outre, des circonstances particulières – difficultés économiques, chômage, catastrophes et conflits – peuvent aussi augmenter le risque de dépression.

Sous sa forme la plus grave, la dépression mène au suicide. Près d'un million de personnes de suicident chaque année et une grande proportion d'entre elles souffrent de dépression.

L'OMS fournit une assistance aux instances gouvernementales pour faire figurer le traitement de la dépression dans l'ensemble de soins de base offert à la population. Dans le cadre du Programme d'action de l'OMS Combler les lacunes en santé mentale (mhGAP), les agents de santé apprennent à repérer les troubles mentaux et à dispenser les soins adéquats, à fournir une aide psychosociale et à prescrire des médicaments aux personnes atteintes de dépression.

La Journée mondiale de la santé mentale a été instituée à l'initiative de la Fédération mondiale pour la Santé mentale en 1992. Elle offre l'occasion à de nombreux pays et organisations de sensibiliser l'opinion publique aux questions de santé mentale et d'inciter à parler librement des troubles mentaux et à investir dans les services de prévention, de promotion et de traitement.