

Actions infirmières pour la prévention du suicide des séniors

# La gestion des facteurs de risques du suicide des personnes âgées

Deux étudiantes ont consacré leur travail de bachelors à un sujet peu souvent abordé: le suicide des séniors. Leurs efforts ont été récompensés par le prix de la section fribourgeoise de l'ASI.

Texte: Chrystèle Brodard, Sophie Currat

En Suisse, le suicide touche toutes les tranches d'âges. Selon les statistiques de la Confédération, 786 hommes et 284 femmes ont mis fin à leurs jours en 2013, sans compter les suicides assistés. En moyenne, chaque année, 227 personnes âgées se donnent la mort. Les causes du suicide sont multiples: addictions, maladies psychiques (dépression, troubles de la personnalité, etc.) mais aussi solitude ou douleurs chroniques. Par cet article, nous espérons rendre les jeunes infirmières et professionnels de la santé attentifs à la question du suicide de la personne âgée, une thématique qui mérite d'être plus approfondie.

## Entre tabou et déni

Le suicide chez la personne âgée reste tabou en Suisse. La psychiatre spécialiste des séniors et présidente de l'association MentAge Gabriela Stoppe estime qu'il y a plus de débats sur le suicide assisté que sur la prévention. Certains psychiatres considèrent que la société est plus touchée par le suicide des adolescents que par celui des personnes âgées. Selon la psychanalyste Marguerite Charazac-Brunel, le déni face au suicide des aînés peut expliquer la difficulté à mettre en place de véritables mesures de prévention pour les personnes voulant mettre fin à leur vie.

## Interventions infirmières

La personne âgée vit une succession de pertes, sources de souffrances intrapsychiques. Les infirmières doivent pouvoir identifier ces pertes afin de la soutenir dans le processus de deuil. Pour cette raison, nous avons cherché les interventions infirmières pouvant être introduites

afin d'aider les personnes âgées présentant un risque suicidaire et prévenir le passage à l'acte. Nous avons sélectionné six articles scientifiques avec différents devis (quantitatifs, qualitatifs et mixtes) et datant de moins de dix ans. Les membres des échantillons étaient des patients, des proches ou encore des soignants. Mais aucun article ne proposait d'interventions concrètes. Nous avons dû recourir à différentes recommandations afin de faire ressortir des interventions infirmières réalisables par rapport aux thématiques émergentes des articles scientifiques. Il est important pour toutes ces interventions de créer un climat de confiance entre les divers partenaires, quel que soit le type de service collaborant avec la population.

## Gestion de la dépression

La dépression est un trouble courant chez les aînés, mais ce n'est pas pour

autant qu'il faut la considérer comme un élément normal du vieillissement, au risque de la banaliser ou la négliger. Elle influence la qualité de vie et les relations familiales. Il est important que chaque professionnel possède des connaissances, compétences et attitudes essentielles permettant de détecter la dépression chez les séniors et de leur offrir des soins de qualité.

En tant qu'infirmière, il est possible d'évaluer la dépression en effectuant des observations continues à l'aide d'échelles, lorsque des facteurs de risques ou des signes et des symptômes sont présents. La dépression peut être liée à des facteurs tels que la prise de médicaments, les comorbidités, troubles de sommeil et de l'appétit, la fatigue, la constipation ou encore les douleurs chroniques.

Après l'évaluation d'un état dépressif, un diagnostic doit être posé et un plan de soins établi. L'ajout d'un antidépresseur



La dépression ne doit pas être considérée comme partie intégrante du vieillissement, même si elle est fréquente chez les séniors.

## Premiers pas



**Christine Perrin**, 25 ans, a obtenu son diplôme d'infirmière en août 2019 et travaille au Centre neuchâtelois de psychiatrie. Elle représente les étudiants en soins infirmiers au comité de la section NE/JU de l'ASI.

aux multiples traitements souvent présents chez la personne âgée n'est pas forcément bénéfique. Il est préférable de proposer des moyens non pharmacologiques, tels que la thérapie cognitivo-comportementale, l'activité physique ou artistique. La musicothérapie, l'activation comportementale, la pleine conscience et la réminiscence sont également des pistes intéressantes. Tout cela sans oublier que le patient ainsi que les proches aidants ont besoin d'être informés sur les causes de la dépression, les symptômes, son évolution et le but des traitements, avec l'aide d'un praticien spécialisé.

### Détecter les situations à risques

Pour répondre adéquatement à une situation de risque suicidaire, chaque professionnel devrait être capable de distinguer le patient qui parle de la mort et celui qui formule des idées suicidaires. Ce professionnel doit connaître le protocole en vigueur dans son institution et pouvoir réaliser l'évaluation du risque suicidaire afin d'identifier l'éventualité d'un passage à l'acte.

Les tendances suicidaires d'un patient affectent également sa famille, voire les différents professionnels impliqués dans sa prise en charge. Il est donc essentiel que l'institution organise un colloque pour ses collaborateurs afin de leur permettre d'échanger sur le traumatisme potentiel. En cas de passage à l'acte, l'équipe doit être attentive aux collègues pouvant manifester un besoin de soutien ou d'accompagnement psychologique.

Cet article est issu du travail de bachelor des auteures: «Les facteurs de risque suicidaires chez la personne âgée: une revue de littérature».

[www.sbk-asi.ch/free4students](http://www.sbk-asi.ch/free4students)  
[www.swissnursingstudents.ch](http://www.swissnursingstudents.ch)



En tant qu'étudiante ou étudiant en soins infirmiers, vous pouvez adhérer gratuitement à l'ASI et à Swiss Nursing Students (SNS).

### Les auteures

**Chrystèle Brodard**, diplômée de la Haute école de Santé Fribourg (HEds FR), infirmière en médecine à l'Hôpital cantonal de Fribourg. Contact: [chrystelebrodard@hotmail.com](mailto:chrystelebrodard@hotmail.com)

**Sophie Currat**, diplômée de la HEds FR, infirmière en neuroréhabilitation à l'Hôpital de l'Ile. Contact: [sophie.currat@gmail.com](mailto:sophie.currat@gmail.com)

Je souhaite partager avec vous mes réflexions sur mes débuts dans le monde du travail. Le premier élément qui me vient en tête est la confiance en soi et la confiance en ses connaissances. En commençant ma carrière, je me suis mise beaucoup de pression et j'avais le sentiment d'avoir des lacunes et une montagne de nouveautés à apprendre. Malgré notre diplôme, la réalité du terrain du terrain nécessite quelques adaptations et des connaissances spécifiques au domaine dans lequel on démarre notre carrière.

Avec le recul, je pense que le stress que l'on ressent au début est normal et fait partie d'une période de transition par laquelle il est nécessaire de passer, comme un rite de passage à franchir. Il s'agit d'un moment clé dans le développement de l'identité professionnelle et dans l'affirmation de soi et de ses compétences. J'ai pris conscience que ces dernières sont bien présentes mais qu'elles nécessitent d'être exercées au quotidien dans un processus dynamique en continuelle amélioration. En outre, il est certain qu'une équipe bienveillante et soudée constitue un véritable atout et favorise l'intégration des nouveaux collaborateurs - j'en ai fait l'expérience. J'ai la chance d'avoir des collègues disponibles et à l'écoute avec lesquels je me sens à l'aise de partager mes ressentis ou encore mes difficultés. Partager nos parcours apporte une certaine assurance et m'a fait prendre conscience que je dois aussi me laisser le temps de m'immerger et de prendre mes marques. Ces premiers mois ont été très formateurs et je suis pleinement épanouie dans mes activités professionnelles.

Je terminerai par un petit conseil: que vous soyez étudiant, jeune diplômé ou un infirmier expérimenté, lorsque vous éprouvez des appréhensions, partagez-les. Cela n'est pas une faiblesse, au contraire, cela montre votre réflexivité. On n'a jamais fini d'apprendre et la communication est au cœur de notre quotidien infirmier. Partager ses ressentis, ses émotions, ses facilités ou ses limites favorisent la cohésion au sein de l'équipe mais également la disponibilité du soignant auprès des bénéficiaires de soins.



Tu commences toi aussi ta carrière ou te poses des questions à ce sujet? J'y réponds volontiers à [christine.perrin@asi-neju.ch](mailto:christine.perrin@asi-neju.ch)