

Cette mini web-série interactive espère prévenir le suicide chez les étudiants

Par Sciences et Avenir avec AFP le 23.10.2018 à 08h00

Une étude scientifique sur la santé des étudiants a permis le lancement d'une web-série sur le suicide. De quoi sensibiliser les proches à la santé mentale, un véritable problème de prévention chez les jeunes.

Laura et Lucas sont étudiants, la vie leur sourit... en apparence. C'est sur ces images de bonheur que débute la mini-série destinée à sensibiliser les jeunes au [suicide](#). Elle est réalisée à Bordeaux par l'équipe de l'étude i-Share... Qu'est-qu'i-Share ? Il s'agit d'une vaste étude sur la santé des étudiants menée par l'université de Bordeaux, l'université de Versailles et l'université de Paris-Saclay. Enjeu de la [web-série, accessible à cette adresse](#) : prévenir le passage à l'acte et mettre fin aux idées reçues. *"La prévention en santé mentale chez les jeunes est vraiment très compliquée"*, reconnaît Elena Milesi, de l'équipe i-Share.

Seuls 30% des jeunes ayant des pensées suicidaires ont été pris en charge

La fiction interactive, intitulée "Qu'aurais-tu fait à ma place?" est découpée en séquences de trois minutes, soit un total de 20 minutes pour l'ensemble de la trame narrative. A la fin de chacune, le spectateur doit cliquer sur un ou deux choix de suite possibles pour Laura ou Lucas, deux étudiants dont les destins se croisent. *"Cette mini-série s'adresse autant à la personne en souffrance qu'à l'aidant. Quand quelqu'un va mal, il ne faut pas hésiter à lui en parler et aborder la question, oser prononcer le mot de suicide"*, explique Marine Quéroué, interne en médecine et réalisatrice de la série.

PRISE EN CHARGE. Entre 6% et 9% des étudiants déclarent avoir fait une tentative de suicide, selon l'étude i-Share, à laquelle 19.500 jeunes francophones ont participé depuis son lancement en 2013. Plus d'1/5 des étudiants ont eu des pensées suicidaires dans l'année écoulée dont 4% déclarent que ces pensées étaient fréquentes, selon cette étude. Seulement la moitié de ceux qui ont eu des pensées suicidaires fréquentes – dont on sait qu'il s'agit d'un facteur de risque important de passage à l'acte – en ont parlé à leurs proches, un sur trois à un médecin, et seulement 30% ont été pris en charge. Le suicide est pourtant la [deuxième cause de mortalité chez les 15-24 ans après les accidents de la route, selon une autre étude publiée au début de l'année.](#)

"Beaucoup de jeunes sont dans le déni"

En effet, *"beaucoup de jeunes sont dans le déni et il y a beaucoup d'idées totalement fausses autour de cette question"*, souligne le professeur Christophe Tzourio épidémiologiste bordelais

et investigateur principal d'i-Share. A titre d'exemple, il rappelle que *"les gens qui se suicident ont tous, d'une façon ou d'une autre, prévenu leur entourage"*. D'où l'urgence à savoir reconnaître les signes.

PUBLICITÉ

Le format mini-série *"permet d'impliquer au maximum le spectateur dans l'histoire"* afin qu'*"il puisse se mettre à la place du personnage. Car si on fait appel à l'émotion, le message passe mieux"*, explique l'interne Marine Quéroué. Elle a écrit le scénario et dirigé les comédiens, tous des étudiants amateurs et bénévoles. *"Cela permet au spectateur de vivre de façon plus personnelle ce qu'est de vivre avec une personne en situation de suicide"*, souligne le professeur. Ce dernier ajoute que *"donner des arguments scientifiques"* ne suffit pas.

"Il y a un problème grave en matière de santé mentale" des étudiants

Outre le problème du suicide, de nombreux participants présentent un taux de 20% de *"dépressivité"*, souligne Elena Milesi. Ainsi, 73% des étudiantes et 59% des étudiants ayant répondu au questionnaire ont déclaré s'être senti tristes, vides, plusieurs jours de suite. *"Cela peut toucher tout le monde et pas seulement les gens faibles psychologiquement comme on le croit souvent et à tort"*, remarque le professeur. Les chiffres sur *"la prise de somnifères, de médicaments anti-stress et les visites chez des psy confirment qu'il y a un problème grave en matière de santé mentale"*, affirme l'épidémiologiste.

Il rappelle qu'i-Share a également pour objectif de tester des stratégies de prévention et certaines sont en cours, notamment sur le stress et les pensées suicidaires. Obtenir une telle cohorte frôlant les 20.000 personnes ayant accepté, durant une trentaine de minutes, de répondre à des questionnaires sur internet et d'être suivi chaque année, est exceptionnel et *"vaut de l'or"*, se félicite l'épidémiologiste. Aujourd'hui, son principal problème n'est plus de trouver des étudiants acceptant de participer mais des financements pour pérenniser i-Share.