

# Alliés contre un mal qui peut tuer, la dépression

**SANTE** • *Le canton de Genève a mis sur pied une «alliance contre la dépression».*

**CAMILLE PORTE**

Multi-catastrophe, effroi, fuite, peur, voilà des termes qui ont fréquemment été utilisés dans les médias depuis la mi-mars, après le séisme, le tsunami et l'accident nucléaire survenu au Japon. Une fois le choc passé et les décombres déblayés, et de façon générale après n'importe quel événement traumatisant, il arrive que des individus puissent «s'en sortir», et ce, grâce à un phénomène appelé la résilience. Sous cette appellation, qui vient d'un verbe latin signifiant sauter ou rebondir, la capacité, pour une personne traumatisée, à prendre acte de ce qui s'est produit afin de ne plus vivre dans la dépression. Ce qui rend possible la résilience? La parole, la réflexion, l'analyse et/ou l'encadrement médical d'une thérapie. Différents auteurs ont écrit sur la résilience, dont le psychiatre et neurologue français Boris Cyrulnik, lequel a entre autres publié *La résilience ou comment*

*renaître de la souffrance* aux éditions Fabert en 2004.

**Même si le phénomène** de la résilience existe, qu'il permet à maintes personnes de «revivre», tout le monde n'y parvient pas aisément. Dans les pays les plus industrialisés, on prévoit que la dépression risque de devenir d'ici à 2020 la deuxième, sinon la première cause de problèmes de santé. En outre, rappelle le DARES, Département genevois des affaires régionales, de l'emploi et de la santé, 15% des sujets dépressifs se suicident, et 56% tentent de mettre fin à leurs jours. C'est pourquoi le DARES poursuit ses efforts de détection précoce de la dépression. Cette démarche se concrétise par un ensemble de mesures baptisées «Alliance genevoise contre la dépression». Un document détaillant les actions de cette Alliance peut être téléchargé à partir du site du DARES. | [http://ge.ch/dares/promotion-sante-et-prevention/alliance\\_contre\\_depression-1037.html](http://ge.ch/dares/promotion-sante-et-prevention/alliance_contre_depression-1037.html).