

## Journées de la Schizophrénie – du 19 au 26 mars 2022

### « Les signes qui doivent alerter » : un outil pour faciliter la détection précoce de la psychose chez les jeunes, loin de certaines dérives observées sur les réseaux sociaux.

➔ **Proposition d'interviews avec des psychiatres et psychologues pour un point complet sur la maladie (causes, symptômes, traitement, recherche), des témoignages de patients (femmes et hommes, jeunes et plus âgés) et de proches (mère, frère et sœur).**

- Si la santé mentale québécois s'est fortement dégradée sous l'impact de la Covid-19, la pandémie a eu le mérite de libérer la parole autour des troubles psychiques. Toutefois, il reste beaucoup à faire s'agissant de **la maladie mentale la plus méconnue et stigmatisée : la schizophrénie**, qui touche au Québec plus de **85 000** personnes et se manifeste généralement au **début de l'âge adulte (entre 15 et 25 ans)**.
- Le [Réseau Avant de Craquer](#) et la [Société Québécoise de Schizophrénie](#) est heureux de s'associer à l'association PositiveMindors qui est à l'origine des Journées de la Schizophrénie créées en 2004 et qui attire l'attention sur la nécessité **d'une détection et d'un accompagnement précoce et multidisciplinaire**, pour offrir aux **jeunes 4 fois plus de chance** de poursuivre leurs études, formation ou travail : **60%** des jeunes vivant avec une psychose **se rétablissent alors socialement en 2 ans**, contre **15%** en suivant un **parcours classique** (Source : étude de David Fowler, IEPA, 2021). Pour cela, elle a conçu **un outil inédit**, afin de donner aux proches, amis, profs, médecins généralistes, etc., les clés pour agir précocement.
- En moyenne, les jeunes accèdent à un diagnostic seulement 2 à 4 ans après l'apparition des premiers troubles en raison de la stigmatisation et du déni de la maladie. Face à ce retard pour intervenir, certains influenceurs tentent faussement d'informer sur les réseaux sociaux. Ainsi, un **processus dangereux d'autodiagnostic par identification** se met en place.
- PositiveMindors **rétablit la vérité autour de cette maladie complexe** et donne la parole aux principaux concernés – patients, soignants, chercheurs et proches – dans le cadre d'une campagne intitulée « **schizOdyssey** ».

### Tout se joue (ou presque) avant 25 ans

La schizophrénie est une maladie du cerveau appartenant à la famille des psychoses, impliquant la plupart du temps une perte de contact avec la réalité, perçue différente de ce qu'elle est réellement. Ce trouble psychique touche au Québec 1 personne sur 100, sans distinction de sexe, de milieu social ou d'origine géographique. La schizophrénie se caractérise par des manifestations qualifiées d'étranges (hallucinations auditives et visuelles, idées délirantes, propos incohérents), mais également par des symptômes tels que la dépression, l'apathie et des troubles cognitifs (troubles de la mémoire, de la motricité et de l'attention). Ces derniers sont ceux qui handicapent le plus les patients dans leur quotidien, provoquant un repli sur soi et une désinsertion sociale.

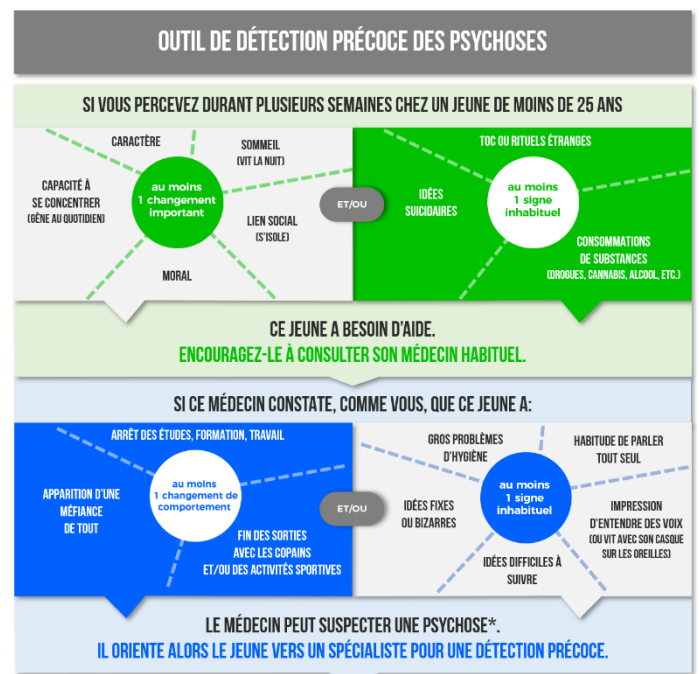
L'apparition de la schizophrénie provient de l'action conjuguée de facteurs génétiques de vulnérabilité (prédisposant une personne à développer la maladie) et de facteurs environnementaux (stress répétés, événements de vie forts en émotion, consommations de cannabis, d'alcool, traumas).

**Les premiers signes de psychose se manifestent entre 15 et 25 ans : 85% des nouveaux cas sont diagnostiqués dans cette tranche d'âge.**

### Des outils pour faciliter la détection précoce

Les troubles psychiatriques majeurs, comme la schizophrénie, éclatent rarement du jour au lendemain. Avant la première crise, les signes sont souvent confondus, même par les médecins, avec les manifestations de l'adolescence. L'objectif est de clarifier les signes qui doivent inciter à une **détection précoce. Dès cette étape, il y a déjà des choses à faire.**

L'**intervention précoce** a pour objectif de maintenir les liens sociaux, de réduire les troubles cognitifs et d'apprendre à gérer les retombées de la maladie grâce à un suivi personnalisé, assuré par un case-manager (infirmier, éducateur, assistant social, etc.) qui accompagne le jeune dans son milieu. Il s'agit aussi d'informer le patient au maximum sur ce qu'il est en train de vivre et d'intervenir auprès des



### L'INTERVENTION PRÉCOCE CHANGE TOUT

**85%**

des psychoses débutent avant l'âge de 25 ans.

**60%**

des jeunes souffrant de psychose se rétablissent socialement en 2 ans grâce à une intervention précoce.\*\*

**15%**

des jeunes présentant une psychose se réinsèrent socialement dans les 2 ans en suivant un parcours classique.\*\*

\* Le site santéspsyjeunes.fr peut aider au repérage avant d'orienter vers un centre spécialisé  
\*\* Étude de David Fowler, IEPA 2021

familles, des amis et de l'entourage habituel.

Dans de nombreuses recherches, ce type de dispositif a montré son efficacité, en multipliant par quatre les chances de maintien ou de réinsertion du jeune dans son cercle familial.

Le Québec la prise en charge précoce des premiers épisodes psychotiques (PEP) est de mieux en mieux organisé. Une petite vingtaine de cliniques PEP sont fédérées par l'AQPPEP présidée par Amal Abdel-Baki. C'est en 2017, puis en 2020, que le gouvernement a décidé d'investir massivement pour soutenir l'implantation des programmes d'intervention précoce sur l'ensemble du territoire québécois.

En complément, l'initiative du réseau français [Transition](#), le 22 mars sera lancé le site [www.santepsyjeunes.fr](http://www.santepsyjeunes.fr). Ce site, à destination du grand public et des professionnels de santé, accueille un nouvel outil de repérage informatisé à destination des jeunes, des proches et des professionnels de première ligne. Le but : faciliter l'orientation, sans délai vers les spécialistes adaptés à la situation rencontrée par le jeune et permettre un accompagnement le plus précoce possible. Bien que français, ce site sera bien utile à tous les francophones.

La combinaison des deux outils montre à quel point la dynamique pour la détection précoce est l'enjeu crucial de la prise en charge.

### Les revers de la libération de la parole sur les réseaux sociaux

**Les troubles psychiques ont toujours été un sujet sensible.** La pandémie a incontestablement permis de libérer la parole et d'améliorer la sensibilisation en matière de santé mentale.

**Beaucoup, et naturellement les plus jeunes, se sont tournés vers les réseaux sociaux pour dévorer les témoignages de quelques-uns devenus influenceurs, pour trouver des réponses et des solutions ou, tout simplement, du réconfort.** Sur YouTube, Instagram ou encore TikTok, des vidéos d'influenceurs et des publications offrant un discours décomplexé autour des maladies psychiatriques (dépression, troubles de l'attention, autisme, troubles bipolaires, schizophrénie) cumulent des millions de vues. Cet engouement pose question. On peut craindre un phénomène d'« attraction malsaine » entretenu auprès de milliers de jeunes déjà psychologiquement vulnérables. Les psychologues et les psychiatres tirent la sonnette d'alarme face à certains contenus qui incitent les jeunes à s'autodiagnostiquer et à se soigner par eux-mêmes.

### Campagne « schizOdyssey »

Dans le cadre des Journées de la Schizophrénie, intitulées « Si je suis arrivé jusque-là, imagine jusqu'où tu peux aller », qui auront lieu du 19 au 26 mars et qui laissent cette année une large place aux témoignages, l'équipe de PositiveMinders lance la campagne « schizOdyssey », 100% digitale, pour parler de la schizophrénie en s'appuyant sur le mouvement de libération de la parole et en partenariat avec de nombreuses organisations.



<https://schizodyssey.com>



#### ÉVÉNEMENTS

- La **Maison virtuelle de la psychiatrie** accueillera une trentaine d'événements virtuels (conférences, portes ouvertes, rencontres, ciné-débat, etc.) du **19 au 26 mars 2022**.  
<https://schizinfo.com>
- La Web TV **PSY'2022** propose une plongée au cœur de la prévention, de l'intervention précoce et du rétablissement des jeunes : 1 heure par jour durant 5 jours du 16 au 20 mai 2022.  
<https://psy2022.com>

Événements

La schizophrénie est une maladie multiforme dont les conséquences sont très diverses. De plus, elle bouleverse le fonctionnement des familles, l'environnement social et professionnel. Avec le slogan « Exemplaire un jour, héroïque toujours » et à travers de très brefs témoignages vidéo de patients, proches, soignants, amis, profs, etc., la campagne, qui débutera le 15 mars, illustre des moments de vie marquants et intenses, pour découvrir des symptômes, des combats, des émotions, des anecdotes décrivant des schizophrénies. Elle sera mise en avant dans les salles obscures et à la télévision grâce à [un spot surprenant](#).

## SCHIZOPHRÉNIE : LES CHIFFRES CLÉS

- **Plus de 85 000** personnes touchées au Québec, soit **1 personne sur 100**
- **80%** de la population aura un jour ou l'autre à côtoyer une personne atteinte de maladie mentale
- Environ **50** Canadiens sur **100 000** reçoivent un diagnostic de schizophrénie.
- **57%** des patients sont des hommes, **43%** sont des femmes
- Sur la vie entière, **40%** des personnes atteintes tentent de se suicider et **10%** de toutes les personnes vivant avec une schizophrénie mettent fin à leurs jours
- L'OMS classe la schizophrénie dans le groupe des **10** maladies entraînant le plus d'invalidité
- L'espérance de vie des patients est en moyenne de **10** ans inférieure à celle de la population générale
- Dans **80%** des cas, les symptômes s'améliorent dès qu'ils sont traités.
- Il est établi que **50 à 70%** (selon les régions) des personnes atteintes par la schizophrénie se rétablissent, c'est-à-dire arrivent à reprendre une vie épanouissante et pleine de sens.

### À propos de PositiveMinders

L'organisation est à l'origine des Journées de la Schizophrénie créées en 2004 dans le but de sensibiliser le grand public, de déstigmatiser la maladie et de faciliter l'accès précoce aux soins. Cette année, soit 18 ans plus tard, la manifestation s'étend dans une dizaine de pays. Depuis 2020, l'association a élargi son champ d'actions à tous les troubles psychiques avec, notamment, l'organisation de webinaires thématiques qui ont déjà rassemblé plus de 150 intervenants et touché plus de 20 000 participants. PositiveMinders collabore avec plus de 250 partenaires impliqués dans la connaissance, le traitement et l'accompagnement des personnes atteintes de troubles psy : fondations pour la recherche, associations de patients et de proches, structures médico-sociales, hôpitaux, organismes publics, écoles, associations culturelles et sportives, etc., et quelques centaines de bénévoles.

### À propos de l'IEPA

IEPA-f est la branche francophone du réseau international à but non lucratif Early Intervention in Mental Health pour les personnes impliquées dans l'étude et le traitement des phases précoces des troubles mentaux selon une approche trans-diagnostique. Issue à l'origine de l'intervention précoce dans la psychose, l'IEPA a pour objectif d'améliorer les connaissances sur les phases précoces des troubles psychiatriques, et notamment sur leurs causes, leur prévention et leur guérison. Elle a créé un réseau international de communication et de collaboration entre les parties prenantes dans ce but. Les membres de l'IEPA sont des cliniciens, des chercheurs, des administrateurs, des décideurs et des personnes s'intéressant au domaine de l'intervention précoce en psychiatrie.

### À propos de la Fondation FondaMental

La Fondation FondaMental est une fondation de coopération scientifique dédiée à la lutte contre les maladies mentales, elle allie soins et recherche de pointe pour promouvoir une prise en charge personnalisée et multidisciplinaire des patients ainsi que pour soutenir la recherche et l'innovation dans l'amélioration des stratégies diagnostiques et thérapeutiques des maladies mentales. La Fondation peut recevoir des dons et des legs.

### À propos du Réseau Avant de Craquer

Actif depuis 35 ans, le Réseau Avant de Craquer regroupe 47 associations réparties à travers le Québec. Leur mission est d'offrir un soutien aux proches des personnes ayant un problème de santé mentale, en offrant gratuitement une gamme de services : soutien psychosocial, informations, formations, groupes d'entraide et mesures de répit. Fort de son expertise unique au Québec, le Réseau Avant de Craquer demeure le seul regroupement québécois exclusivement destiné aux familles et à l'entourage en santé mentale. Ses associations membres soutiennent plus de 20 000 proches annuellement.

### À propos de la Société Québécoise de Schizophrénie

Fondée en 1988, la SQS est un organisme communautaire à but non lucratif dont la mission est de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes touchées par la schizophrénie et les psychoses apparentées, par le biais d'activités éducatives et de soutien, de prévention et de sensibilisation publique, de participations aux politiques gouvernementales et de contributions à la recherche, et ce, partout au Québec. L'organisme est un pionnier au Québec pour l'implantation de services de pairs aidants – pairs aidants famille auprès de sa clientèle.

## CONTACT PRESSE

Pour tout complément d'information et demande d'interview :

PositiveMinders – Aurélie Bois – [aurelie@agencethedesk.com](mailto:aurelie@agencethedesk.com) – +1 (438) 800-3583

Réseau Avant de Craquer – Manon Dion – [mdion@avantdecraquer.com](mailto:mdion@avantdecraquer.com) – +1 (418) 559-3919

Société Québécoise de Schizophrénie – Geneviève Plamondon – [chargee.communications@schizophrenie.qc.ca](mailto:chargee.communications@schizophrenie.qc.ca) – +1 (514) 251-4125