

Ce que le rapport INSPQ nous apprend sur les décès par suicide dans la Capitale-Nationale

Année	Nombre annuel décès par suicide	Taux annuel ajusté mortalité par suicide
▪ 2018 (donnée provisoire)	▪ 94 suicides	▪ 12,5 p.100 000 personnes
▪ 2017	▪ 97 suicides	▪ 13,1 p.100 000 personnes
▪ 2016	▪ 96 suicides	▪ 12,9 p.100 000 personnes
▪ 2015	▪ 109 suicides	▪ 14,9 p.100 000 personnes
▪ 2014	▪ 112 suicides	▪ 15,3 p.100 000 personnes
▪ 2013	▪ 128 suicides	▪ 17,7 p.100 000 personnes

Baisse du nombre de suicides et du taux de mortalité par suicide entre 2013 et 2018

Points d'intérêt pour les journalistes : le suicide de la Capitale-Nationale

- Comme celui du Québec, le taux 2018 est le plus bas observé depuis 1981.
- Dans la région comme au Québec, on observe 3 suicides chez les hommes pour 1 suicide chez les femmes.

Invitation à consulter le portrait régional du suicide de novembre 2018

- La Direction de santé publique a publié en novembre 2018 un [portrait du suicide](#) regroupant des données de mortalité, de tentatives de suicide, d'idéations suicidaires, etc. Chez les 18-39 ans, le suicide occupe le 1^{er} rang des causes de décès. La proportion de personnes ayant des idées suicidaires est comparable chez les hommes et les femmes. Ce portrait comprend également des données sur les groupes plus vulnérables et par territoire local.
- La Capitale-Nationale a connu une grande diminution depuis la fin des années 90, alors que pour la période 1997-1999, le taux de mortalité par suicide de la Capitale-Nationale était de 24,8 p.100 000 personnes.

Exemples d'interventions mises en place dans la région pour prévenir le suicide

- Le travail concerté d'un ensemble de partenaires : services rendus par le CIUSSS (accueil psychosocial des CLSC, services des équipes en santé mentale, équipes jeunesse, etc.), interventions des trois centres de prévention du suicide (CPS) de [Québec](#), de [Portneuf](#) et de [Charlevoix](#) ainsi que d'autres organismes communautaires, accompagnement des commissions scolaires, des cégeps et de l'université, urgences des hôpitaux, services de police, centres de détention, etc.
 - ⊖ Diverses actions dans un continuum de services : détection/dépistage (réseau des sentinelles, actions visant la réduction de l'accès aux moyens de s'enlever la vie, etc.), évaluation/intervention (intervenants formés, ligne d'intervention 1 866 APPELLE), suivi étroit, soutien aux endeuillés, intervention à la suite d'un suicide dans un milieu (postvention).
- La sensibilisation de la population à ce problème et à l'importance de demander de l'aide pour soi ou pour un proche.
- L'implantation de réseaux de sentinelles en prévention du suicide par les centres de prévention du suicide dans les milieux où le risque suicidaire est plus élevé, par exemple ceux où l'on retrouve beaucoup d'hommes.
- La formation d'intervenants à l'intervention en situation de crise suicidaire.
- Les actions rehaussant les facteurs de protection chez les individus et dans la communauté, entre autres, les saines habitudes de vie, les habiletés sociales, les ressources d'aide et les réseaux d'entraide, l'approche École en santé, les projets de création d'environnements favorables aux saines habitudes de vie.

Recommandations de l'OMS pour la couverture médiatique du suicide

Indiquez où trouver de l'aide : **coordonnées des ressources qui viennent en aide aux personnes vulnérables, à leurs proches et aux endeuillés : Ligne d'intervention en prévention du suicide : 1 866 APPELLE (1 866 277- 3553)**

Sensibilisez le public au suicide et à sa prévention, sans diffuser des mythes

Rapportez des témoignages sur la façon de gérer les facteurs de stress de la vie ou les pensées suicidaires, et comment obtenir de l'aide

Faites preuve d'une attention particulière lorsque le suicide concerne une célébrité

Soyez prudent lorsque vous interviewez une famille ou des amis endeuillés

Reconnaitre que les professionnels des médias eux-mêmes sont susceptibles d'être affectés par les histoires de suicide

Évitez la mise en évidence et la répétition excessive des articles traitant du suicide

Éviter tout registre de langage susceptible de sensationnaliser ou de normaliser le suicide, ou de le présenter comme une solution

Ne décrivez pas explicitement la méthode utilisée

Ne fournissez pas de détails quant au lieu du suicide ou de la tentative de suicide

N'employez pas de gros titres sensationnalistes

N'utilisez pas de photographies, de séquences vidéo ou de liens vers des médias sociaux