

Le suicide, une réalité chez les plus âgés

Le suicide chez la personne âgée est une réalité mal connue. C'est même chez les plus de 80 ans que le taux est le plus élevé...

● **Tom EVRARD**

Habituellement, ils se lèvent à 7 heures. Mais cette nuit, c'était différent. Jacques et Isabelle, tous deux de Bruxelles se sont levés à 3 h 30... Pas par caprice, mais pour participer à la première marche collective pour la prévention du suicide, la Darkness Into Light, qui était organisée ce samedi à 4 h 15 à Bruxelles (lire ci contre)...

C'est l'occasion de rappeler que la Belgique enregistre environ 2 000 suicides par année, un chiffre relativement stable depuis une dizaine d'années. Quant au nombre de tentatives, il est d'environ 40 000. « Un chiffre important mais qui ne constitue qu'une estimation car il n'y a pas de relevé officiel,

souligne Cécile Paliès, porte-parole du Centre de prévention du suicide. *Mais les chiffres réels sont sans doute plus importants... »*

Les chiffres du Centre démontrent également – et c'est peu connu – que, statistiquement, le suicide concerne beaucoup les personnes âgées...

« *Proportionnellement, le taux de suicide chez les personnes âgées de plus de 80 ans est le plus élevé, avec 32 suicides pour 100 000 habitants.* »

Vient ensuite la tranche de 40 à 60 ans, avec une fourchette variant de 25 à 28 suicides pour 100 000 habitants.

« *C'est une réalité mal connue, voire un peu cachée, mais le suicide chez les personnes âgées est une réalité. Elle s'explique par de nombreux facteurs : la perte du conjoint mais aussi des amis, des*

Au delà de 65 ans, on compte 2 ou 3 tentatives pour un suicide abouti. Chez les plus jeunes, c'est 200 tentatives pour un suicide abouti...

connaissances d'abord, mais également les soucis de santé, la perte d'autonomie, la solitude, etc. Autant d'éléments difficiles à vivre et à surmonter, surtout quand les capacités d'adaptations sont plus réduites que chez un jeune. »

Plus grande détermination

Autre constat dressé chez les plus de 65 ans : « *on comptera 2 ou 3 tentatives de suicide pour 1 suicide abouti, alors que chez les jeunes de moins de 25 ans, on compte 100 à 200 tentatives de suicide pour un suicide abouti.* »

Rappelons encore que cette importance des taux de suicide élevé chez les personnes âgées est d'autant plus forte qu'elle est sous-estimée, « *puisque certains décès repris sous les statistiques de maladies ou chutes accidentelles peuvent être interprétés comme des suicides...* »

Quels sont les signes avant coureurs ? « *La souffrance suicidaire des personnes âgées peut s'observer, entre autres, à travers leurs discours, dans l'expression de sentiments d'inutilité et d'incapacité, mais également dans leurs comportements...* » ■

Une marche collective à Bruxelles

C'est ce samedi matin (tôt, à 4 h 15) qu'a eu lieu à Bruxelles la première édition de Darkness Into Light (DIL Brussels 2018), une marche collective en mémoire des personnes ayant mis fin à leur jour et une collecte de fonds pour Pieta House Ireland et deux associations en Belgique, le Centre de Prévention du Suicide et Centrum ter preventie van zelfdoding (CPZ), toutes dédiées à la santé mentale et à la prévention du suicide. Le projet Darkness Into Light a débuté en 2009, lorsqu'un couple de

dubinois a décidé de se lever à 4 h du matin pour marcher de l'obscurité de la nuit vers l'aube naissante, en souvenir de leur fils. Depuis, cette marche a connu un essor exceptionnel. L'an dernier elle a rassemblé 180 000 participants dans 145 villes dans le monde. La marche de 5 km était parrainée par le commissaire européen Phil Hogan, pour qui « *C'est ensemble que nous pouvons briser les murs de la solitude et du désespoir qui entourent le suicide et laisser entrer la lumière.* »