



Observatoire MLI octobre 2025

Santé Mentale,
Troubles psychiques
Situation de handicap

Dr Alexandra CARRE





Concepts

Santé mentale en 2 mots

Quels sont les 2 premiers mots qui vous viennent à l'esprit quand vous entendez « santé mentale »?

Les termes liés au bien être , au mal être, à la déprime et à l'anxiété apparaissent = ce sont des termes liés aux troubles psychiques



Concepts

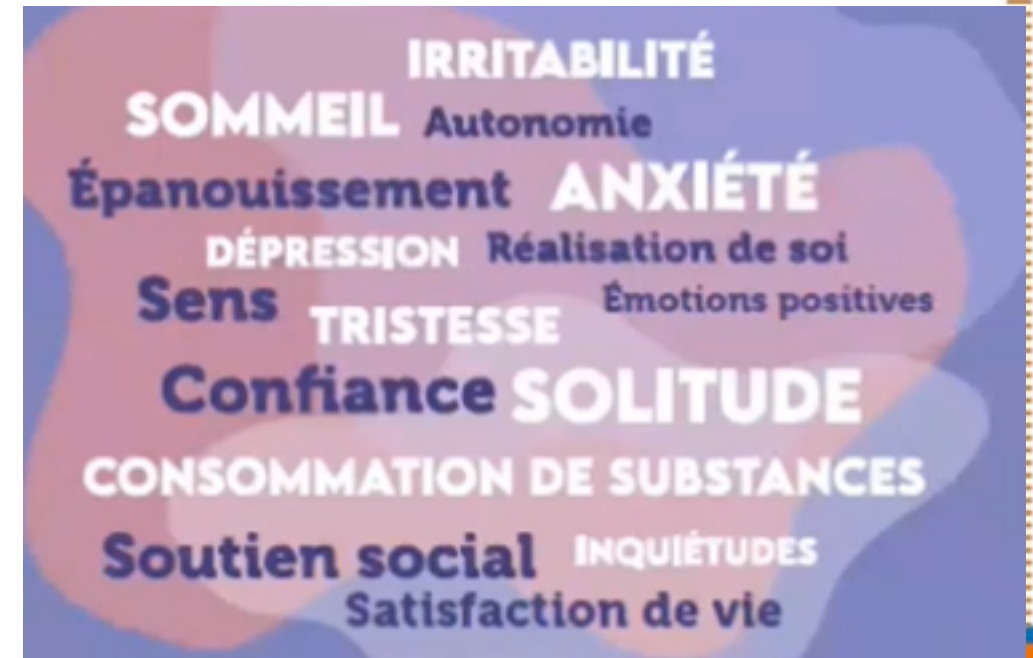
Dimension maladie-souffrance

Symptômes de souffrance de faible intensité (tristesse passagère) à ceux de forte intensité (sp cliniques sévères tels qu'un EDM)

Dimension Santé - Bien-être

Facteurs de bien-être émotionnel (Emotions positives, satisfaction de vie), psychologique (acceptation de soi, autonomie, croissance personnelle) et social (contribution et intégration)

Santé mentale





Concepts

Santé Mentale : Il n'y a « pas de santé sans santé mentale » OMS



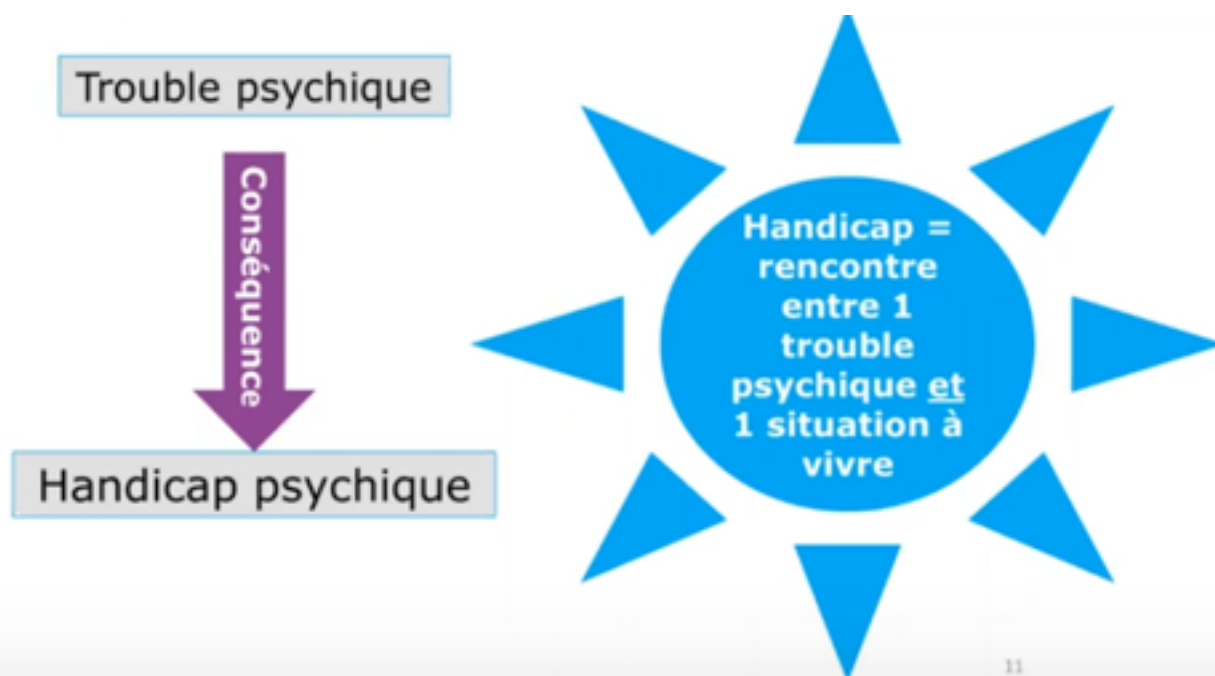
Trouble psychique :
Perte de cet équilibre





Concept

Handicap psychique



Variabilité
Potentiel intellectuel intact
malgré tb cognitifs
Suivi médical régulier
Incapacité demande aide
Stigmatisation



Problème de santé mentale : prévalence et traitement

1 élève/étudiant sur 3 souffre d'un trouble de la santé mentale

18,5 % Dépression majeure

17,2% Idées et CPT suicidaires

16,7% TAG

9,3% TLUS

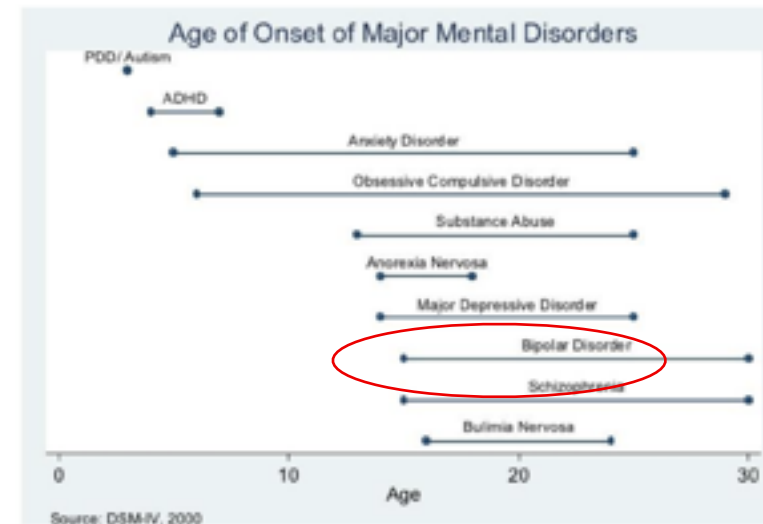
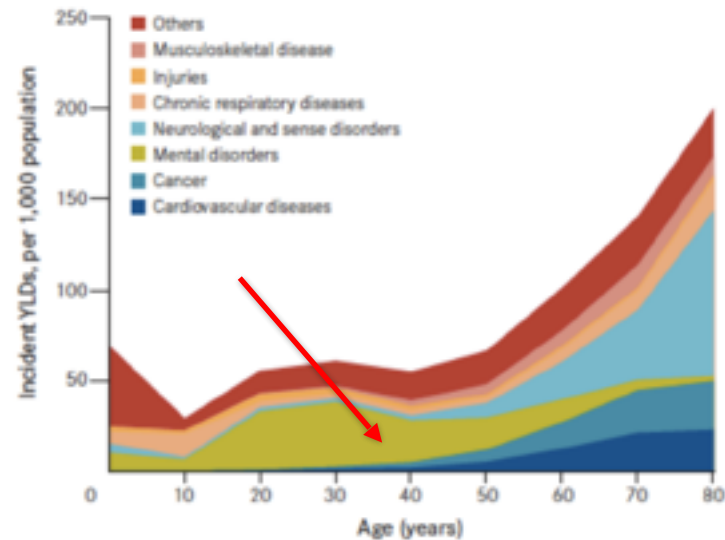
Parmi eux, 1 étudiant sur 4 bénéficiera
d'un traitement dans l'année

85% des tb psychiques apparaissent avant
l'âge de 25 ans



Jeune adulte et psychiatrie

- La grande majorité des troubles psychiatriques chroniques émergent chez le jeune
- La grande majorité des maladies du jeune sont des troubles psychiatriques



Victorian Burden of Disease Study, Mortality and Morbidity, 2001



Constat

**Au niveau du cerveau : Comment expliquer ces situations ?
Le cerveau est en chantier à l'adolescence**

Défis

Autonomie / équilibre / sédentarité
Entrée dans enseignement supérieur
Elargissement cercles sociaux
Etudes exigeantes / rythmées :
licence – master
Phases de sélection

Ressources

Soutien des pairs
Compétences personnelles
Environnement soutenant
Sommeil
Activité physique



Repérage

Poins d'appel

- Variés +++
- Fléchissement des résultats scolaires
- Absentéisme scolaire
- Isolement, repli
- Apparition des troubles du comportement, bagarres
- Gestes auto agressifs
- Idées suicidaires
- Bizarreries, propos délirants,

!! Toute modification avec l'état antérieur!!!



Troubles psychiques

Dépression

- **C'est l'affaire de tous !**
- un étudiant qui se connecte pas peut débuter un état dépressif
- 5 voyants rouges :
 - **état de tristesse permanent qui va durer plusieurs semaines (au moins 15 jours)**
 - **perte des envies et du plaisir,**
 - **une fatigue anormale,**
 - **des tb concentration et mémoire,**
 - **et éventuellement des idées noires qui peuvent confiner aux ids**



H24 7j/7 > 15 jours : c'est ça l'EDM

- Les professeurs, les amis, doivent être attentifs , alerter.



Autres troubles psychiques

Troubles liés à l'usage d'une ou plusieurs substances:

- ↘ tabac (♀ > ♂)
- Alcool
- ↗ cannabis
- Amphétamines
- POA

- Csq sur maturation cérébrale
- Aggravation déficits cognitifs existants

Facteur environnemental majeur favorisant l'émergence de pathologies psychiatriques de l'âge adulte.





Aggravation de troubles psychiques existants

Troubles sous-jacents, parfois non diagnostiqués, jusque là compensés

- **Trouble anxieux :**
 - TAG, Anxiété sociale, Anxiété de performance
 - Phobies, trouble panique
 - Trouble obsessionnel compulsif
- **Troubles dépressifs :** risque rechute, repli, TS
- **Troubles des conduites alimentaires** (anorexie, boulimie)
- **TND** confrontés aux défis de la vie étudiante :
 - Troubles du spectre autistique
 - Difficultés d'apprentissage (dyslexie, dysorthographe, dyspraxie...)
 - Trouble déficit attentionné avec ou sans hyperactivité
- Troubles liés à des **traumatismes** (harcèlement scolaire, PTSD)

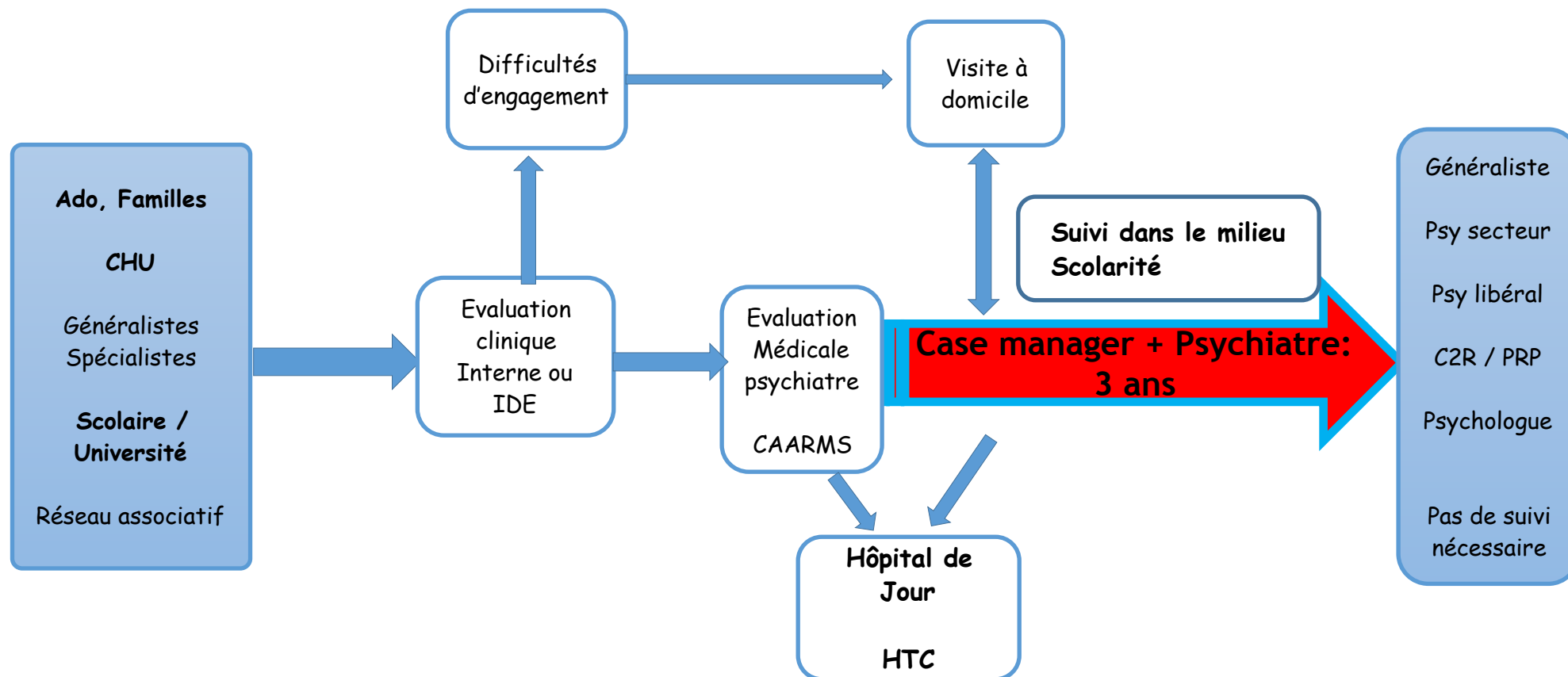


Emergence de pathologies adultes

- **85%** des troubles psychiatriques adultes débutent avant 25 ans
- Les pathologies psychiatriques au premier rang desquelles
 - **les troubles schizophréniques,**
 - **les troubles bipolaires de l'humeur** (avec ou sans symptômes psychotiques)constituent la **1ère source de handicap** chez les jeunes.
- La rapidité de la PEC initiale lors du **Premier Episode Psychotique** réduit l'évolution vers une schizophrénie et impacte de manière décisive le pronostic à court et à long terme.
- La **détection précoce** cible l'articulation entre les acteurs de 1ère ligne (médecine scolaire et universitaire, maison des adolescents, médecin généraliste, MLI, ASE) et les soins spécialisés psychiatriques.



Parcours de soin





Scolarité - Etudes

Ce modèle de soins « au cas par cas » permet de soutenir les personnes dans des démarches variées telles que l'aménagement de leur scolarité.

- Co-Construction d'un « Plan d'Intervention Personnalisé »
 - élaboration du parcours de soins sur proposition de l'équipe et validation par le jeune
- La scolarité est donc coordonnée au projet thérapeutique dans le Plan d'Intervention (jeune - assistante sociale – case manager – psychiatre - neuropsychologue)
- L'objectif est de permettre au jeune d'être l'acteur d'un projet adapté à sa situation actuelle
- Collaboration avec E.N./ Médecine Universitaire sur changement paradigme



Diffusion de l'offre de soins Soutien par les pairs

- ☑ **Prévention suicide** : On en parle tellement peu, c'est très important que des artistes comme Stromae aident à lever ce tabou. Les sentinelles peuvent être dans le personnel ou chez les étudiants. **Il y a tjs qq chose à faire : numéro national qui est le 3114.**

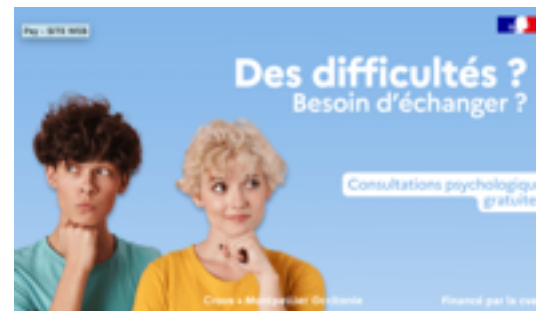
- ☑ **Lignes d'écoute bénévoles** :

- SOS Amitié,
- Fil santé jeunes (pour les jeunes de 12 à 25 ans)



- ☑ **Offre de soins** :

- Apsytube : consultations gratuites psychologues
- Point Ecoute Jeune PAEJ de l'EPE
- MDA



- ☑ **Soutien pairs** :



- ☑ **Site/ Brochures Santé Psy Jeunes**
« Mieux comprendre... mieux vivre avec »





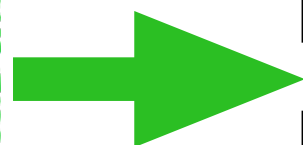
Conclusion

De multiples possibilités d'actions pour une approche systémique

Facteurs protecteurs

- ☑ Estime de soi, espoir
- ☑ Socialisation
- ☑ Environnement stable, familial soutenant
- ☑ Activité physique, sport, méditation
- ☑ Sommeil
- ☑ Hygiène de vie (stop tox.)
- ☑ Culture, art (sublimation de la souffrance)

Faire face au défi climatique



Engagement en tant qu'individu
Engagement en tant que citoyen

Une équipe pluridisciplinaire



Territoire d'intervention de l'UJAA :

Les communes de Montpellier Méditerranée Métropole, de la vallée de l'Hérault et du Pays Clermontais



☎ 04 67 33 98 82

✉ sec-uja@chu-montpellier.fr

39 avenue Charles Flahault 34295 Montpellier

Adressage : libre