

# **LES MATINALES DE LA FONDATION**

## **« Adolescents : de quoi souffrent ils vraiment ?**

« Comment la recherche peut aider à sortir des clichés sur la santé des ados »

-----

Conférence du Professeur Bruno FALISSARD, Pédopsychiatre, professeur de santé publique à la faculté de médecine Paris-Sud, directeur de l'unité INSERM U669

"Santé mentale et santé publique" à la Maison de Solenn

-----

Mercredi 30 avril 2014  
Fondation Hôpitaux de Paris-Hôpitaux de France

-----

La question de l'adolescence est-elle une lubie des pays occidentaux, obnubilés par la jeunesse ?

Non, les problématiques posées par la période de l'adolescence concernent une grande partie de la population, dans le monde entier. Plusieurs raisons expliquent ce phénomène :

- Les enfants sont de mieux en mieux nourris donc la puberté arrive de plus en plus tôt.
- Les enfants sont de mieux en mieux éduqués et donc de plus en plus matures.
- L'entrée dans le monde du travail et la création d'une famille est de plus en plus retardée, décalant d'autant la fin de l'adolescence.

Aujourd'hui : ¼ des humains sur la planète a entre 10 et 24 ans. L'adolescence n'est donc pas une question marginale.

-----

### DEFINIR L'ADOLESCENCE

- Comment définir l'adolescence ?

La médecine considère que l'adolescence débute avec la puberté. C'est vrai, mais l'adolescence ne peut pas se résumer seulement à une question biologique.

Avec la puberté, l'enfant a accès à la fonction de reproduction. La fonction de reproduction est liée à la sexualité et à la jouissance. C'est un « tremblement de terre psychologique » chez l'enfant. Tout le cortège des modifications physiques entraîne de nombreux impacts en termes psychologiques. L'adolescence est un pas vers une nouvelle configuration de l'être humain.

Pour les psychanalystes, l'accès à la sexualité conduit à reviviscence des conflits œdipiens. Vers 5 ans, les petits enfants ont des fantasmes sexuels sur leurs parents, après une période d'accalmie, ce sentiment revient très fort lors de l'accès à la sexualité. Ce sentiment, confronté à la grande règle sociale et universelle qu'est la prohibition de l'inceste, provoque un conflit dans la tête de l'adolescent. Ceci explique que quand l'adolescent est loin de ses parents, il aimerait être plus près et quand il est tout prêt, il aimerait être plus loin. C'est d'ailleurs la même chose pour les parents.

Quelle est la solution à ce problème ? Que l'adolescent ait lui-même une famille avec des enfants, ce qui lui permet de devenir autonome. La nature la prévue que, à partir du moment où l'enfant a accès à la sexualité, un mécanisme psychologique parallèle s'enclenche, qui provoque l'envie de quitter nos parents et de fonder une famille. Tout est conçu pour que cela marche. Seulement, nos sociétés ont un fonctionnement différent !

- Pourquoi parler de la tranche 10-24 ans ?

L'être humain, quand il naît à 9 mois, est prématuré. Les mammifères savent marcher au bout de quelques heures, c'est impossible pour l'homme. Naître prématuré permet à l'homme d'avoir un cerveau qui continue à se développer après la naissance (un nouveau-né mature aurait une tête qui ne pourrait pas passer par le bassin de sa mère lors de l'accouchement...).

A 12 ou 13 ans, c'est le même phénomène : l'enfant n'a pas appris tout ce qu'il doit savoir pour être performant et pour être utile à la société. A 13 ans, même si on a accès à la fonction de reproduction pour pouvoir fonder une famille, la pression de la société l'interdit. Il faut donc attendre que le cerveau continue à se développer avec l'école, les études et au contact de la société. Il faut attendre d'avoir fini ses études pour entrer dans la vie professionnelle et là, pouvoir fonder une famille. Il se passe en gros 10 années entre les deux. L'adolescence est cette période de conflit où l'enfant a accès à la fonction de reproduction, mais subit l'interdiction par la société de s'en servir.

Pour un scientifique, la seule manière de définir l'adolescence est de découper cette période par tranche d'âge. Les anglo-saxons se sont basés sur les âges en « teen », mais avec cet allongement de la durée de l'adolescence, cette définition n'est plus possible. On parle ainsi de l'« ado-naissant » et de l'« adu-lescent ». Devant la complexité pour définir l'adolescence, une période volontairement large de 10 à 24 ans, est donc retenue par l'OMS.

-----

#### LES PROBLEMES DE SANTE DES ADOLESCENTS

- Les adolescents sont en bonne santé...

L'adolescence est le moment où l'être humain se reproduit, et tout est prévu dans sa nature pour qu'il soit en bonne santé physique.

- ... mais un grand nombre de maladies psychiatriques apparaissent à l'adolescence

Les médias parlent en vrac des troubles du comportement alimentaire, des addictions, des dépressions, de l'anorexie mentale, de la schizophrénie... Dans les faits, ces deux derniers sont très rares. Les addictions font figure d'exception même si certains enfants commencent à fumer du cannabis en primaire. La dépression change complètement entre l'enfance et l'adolescence : les garçons sont les plus touchés dans l'enfance alors que ce sont les filles qui sont ensuite deux fois plus déprimées à l'adolescence et à l'âge adulte.

La bonne santé des adolescents se voit dans les chiffres de mortalité du cancer : le minimum d'incidence de mortalité se situe entre 6 et 13 ans, la courbe remonte tout doucement ensuite et grimpe très fortement à partir de l'âge adulte.

Autre cause de mortalité : le suicide. Il n'existe quasiment pas à l'enfance. L'incidence monte très fort à partir de 14 ans pour arriver à un plateau vers 20 ans. Les pics d'incidence se voient ensuite à 55 ans et 65 ans chez l'homme. L'homme déprime et se suicide lors de la perte du conjoint, ce n'est pas vérifié chez la femme. Il n'y a pas plus de suicide chez les adolescents que chez les adultes. Plus de la moitié des suicides sont liés à la dépression. Les raisons chez les adolescents sont encore très floues : dépression ? Interrogation métaphysiques ? Beaucoup d'adolescents se demandent pourquoi ils vivent mais ils en parlent très peu entre eux.

- A l'échelle mondiale, de quoi meurent les adolescents ?
  - Blessures : 40% de la mortalité chez les ados
  - VIH (1 enfant sud-africain sur 6 naît séropositif)
  - Mort à l'accouchement chez les jeunes femmes
  - Suicide

Dans les pays occidentaux où il n'y a ni VIH, ni mortalité en couche, les blessures et les suicides arrivent en 2 premières positions. Derrière les blessures et le suicide, que voit-on ? Une prise de risque et de la violence. Ainsi, les problèmes psychiatriques ne sont jamais très loin. Un nouvel indicateur DALY (Disability Adjusted Life Year) permet de mesurer que 50% d'années de vie de bonne qualité perdues chez les adolescents sont dues à des problèmes psychiatriques.

-----

#### AGIR POUR LES ADOLESCENTS

- Des actions de prévention en amont

Schizophrénie, anorexie mentale, dépression, addictions : ces maladies se soignent mais ce qui marche chez l'adulte ne marche pas forcément chez l'adolescent. Ce qui est idéal chez l'adolescent, ce sont les prises en charge psychologiques, les psychothérapies intensives. Toutes ces maladies peuvent être évitées grâce à la prévention. Plusieurs facteurs rendent difficile cette action en amont.

L'adolescent a l'âge d'être autonome, mais la pression sociale l'empêche d'être indépendant. Donc il s'autonomise à sa façon, en s'opposant aux adultes et à l'autorité. L'efficacité des visites des gendarmes dans les écoles sont très controversées. Les discours ont parfois même tendance à banaliser un sujet qui ne le concernait pas. Par ailleurs, l'adolescent vit au jour le jour. Il est incapable de se projeter dans sa vie de futur adulte.

C'est à l'enfance, bien plus en amont, que le discours de prévention aura le meilleur impact. La figure d'autorité aura plus d'écoute à 8, 9, 10 ans. Une intervention efficace est également prouvée chez les mamans, très en amont, en troisième trimestre de grossesse. Des études ont même montré de bons résultats, avec une action très précoce chez la mère jeune, seule et sans ressource, et pour lequel le lien mère-enfant sera fragilisé, que le taux d'incarcération de l'adolescent 20 ans plus tard est en baisse.

Pour prévenir les problèmes des adolescents, il faut agir lors de la petite enfance.

- Des actions lors de l'adolescence

Trois actions limitent les dangers liés aux souffrances des adolescents : la construction de soi, l'intégration au groupe et l'action auprès des pairs et des parents.

- Une stratégie d'estime de soi est d'apprendre à dire NON. « Tu es quelqu'un de bien », donc tu n'as pas besoin de dire OUI au *dealer* du coin
- L'intégration au groupe car les adolescents sont profondément des êtres sociaux. L'appartenance au groupe et la protection qui en découle est très important. Ce phénomène explique le succès des campagnes de prévention de l'alcool au volant, avec le « capitaine de soirée ». C'est celui qui ne boit pas qui protège les autres, et il est respecté pour cela.
- Agir sur les parents et les enseignants. C'est compliqué car il y a un malaise vis à vis des adolescents, à cause de la reviviscence des conflits œdipiens. Les adolescents ont besoin des adultes et de leurs règles. Même si les cadres imposés seront transgressés, il faut qu'ils existent. Il faut apprendre aux adultes à dire NON, mais sans le dire de façon sur-autoritaire qui le rend intolérable, ni en faire un faux NON qui passe pour « c'est non mais en fait, fais ce que tu veux ».

-----

La question de l'adolescence est donc compliquée. Elle peut pourtant être abordée de façon scientifique, selon des méthodologies d'intervention très simple, qui ont un véritable impact sur la santé des jeunes.

-----