

Zeitschrift: L'Émilie : magazine socio-culturelles
Herausgeber: Association Femmes en Suisse et le Mouvement féministe
Band: [90] (2002)
Heft: 1466

Artikel: L'OMS veut sensibiliser populations et responsables à la dépression
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-282425>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 30.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



JOËLLE FLUMET

J'avais beau tenter des efforts pour guérir, je restais amorphe, souffrant intolérablement de ne pas m'en sortir.

Evidemment, ma santé s'est également dégradée. Fin 1997, j'ai eu la force de me traîner chez un homéopathe pour des angines à répétition. Je n'ai jamais parlé de dépression, car je ne savais même pas ce qu'il m'arrivait. N'ayant pas la force de suivre des cours de relaxation ou de yoga, ni le courage de faire une thérapie, j'ai néanmoins été régulièrement me faire masser et finalement, quelques séances chez un excellent étiope ont donné le dernier coup de pouce à ma guérison.

En tout, les traitements s'étalèrent sur quatre ans, parsemés de hauts et de bas, mais surtout, accompagnés de doutes et d'une peur viscérale de rechute.

Par cette expérience longue et difficile, j'ai pris conscience que le fait d'être responsable de ma vie, m'oblige à être attentive à mes limites, mes besoins et à suivre mon intuition. J'ai encore à accepter que je dois exprimer mes émotions et mes frustrations.

Je suis certaine que la dépression n'est pas un état définitif, mais une étape qui oblige à prendre conscience de faits que nous ne pouvons ou ne voulons pas remarquer. Pris dans un tourbillon, nous ne prenons pas le temps de nous arrêter et de réfléchir, alors la dépression (ou tout autre déséquilibre) nous oblige à nous remettre en question et à nous responsabiliser. Je suis d'avis qu'aucune compétence ou autorité, quelle qu'elle soit, ne peut et ne doit décider à ma place. J'ai encore moins le droit de décider pour autrui, ni le juger. J'ose aller plus loin en affirmant que la maladie peut être un outil de survie dans notre société toujours plus exigeante et compétitive ! En d'autres termes, avant de se détruire, le corps lance des sonnettes d'alarme. C'est à nous seul-e-s de les écouter et de remédier au déséquilibre afin de retrouver forme et bien être. Alors, avant d'écouter les autres, écoutons-nous ! ◦

L'OMS veut sensibiliser populations et responsables à la dépression

En 2001, sous l'égide de sa directrice générale, Gro Harlem Brundtland, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) mettait la santé mentale à l'ordre du jour. La dépression a ainsi été reconnue non seulement comme un sérieux problème de santé publique, mais comme une priorité de l'OMS. Considérant l'ampleur du problème et la prévalence féminine de cette maladie méconnue, l'organisation internationale s'est fixée pour objectifs d'éduquer les patient-e-s, les membres de la famille, les responsables politiques et les fournisseurs de soins au sujet de la dépression ; de former du personnel soignant qualifié pour diagnostiquer et gérer la maladie et d'améliorer la capacité des pays à créer des politiques sanitaires qui prennent en compte la maladie. Enfin, l'OMS vise la réduction de la surreprésentation de femmes dépressives car la réalisation de cet objectif à elle seule, contribuerait significativement à alléger le poids global des dysfonctionnements engendrés par les troubles psychologiques. ◦