La dépression prive trop de Belges de leur travail

SANTÉ MENTALE Les Mutualités libres radiographient « leurs » dépressifs

- Trop ou trop peu d'antidépresseurs sont utilisés.
- Les ressources des psychothérapies sont sous-utilisées.
- De Block semble geler la loi sur leur reconnaissance.

La santé mentale devrait devenir une des priorités des autorités de santé, notamment pour contrer les ravages de la dépression, qui touche au moins 7% des Belges, causant des souffrances profondes mais aussi des dépenses importantes, et parfois inutiles car mal encadrées. C'est la conclusion majeure de l'étude que les Mutualités libres publient aujourd'hui sur base des données de 26.000 adultes de 18-65 ans qui souffrent de dépression. Les résultats les plus marquants, repris ci-contre, montrent qu'un patient sur cinq au moins entre dans un long tunnel de soins qui l'épuise et coûte beaucoup d'argent à la collectivité sans nécessairement le soulager. A la veille de la Journée mondiale de la santé mentale, ce samedi, les Mutualités Libres réclament notamment de libérer les budgets pour une prise en charge optimale de cette pathologie et notamment *« que la reconnaissance des psychothérapeutes habilités soit actée par le gouvernement pour que le remboursement de séances de psychothérapie puisse être envisagé »*. Actuellement, la psychothérapie n'est pas aisément accessible, puisque seules les séances chez le psychiatre sont remboursées. Selon les mutualités, une étude montre pourtant que les personnes suivies par un psychothérapeute consomment moins de médicaments, s'absentent moins du travail et séjournent moins souvent à l'hôpital. *« Investir dans la psychothérapie rapporterait donc rapidement plus que son coût ! »*, assure l'organisme assureur.

1 Médicaments. Même si l'enquête de santé publique montre une diminution de l'usage des médicaments entre 2008 et 2013, passant de 82 à 72%, le service d'études n'y voit pas un bienfait, parce que, dans le même temps, l'usage d'une psychothérapie a chuté de 41 à 28%. *« Cela signifie donc probablement un manque de prise en charge de ces patients »*, souligne Vanessa Vanrillaer, auteur de l'étude. *« La dépression est, avec les affections ostéo-articulaires, l'une des deux principales causes de l'incapacité de travail. »* Les experts soulignent que si les antidépresseurs peuvent être appropriés pour traiter une dépression modérée ou sévère, ils ne s'imposent pas pour les cas de dépression légère. Or, ils *« sont relativement faciles d'accès et remboursés, tandis que le travail des psychothérapeutes non-médecins n'est pas remboursé et peu encadré »*. Selon les experts, le choix de la thérapie n'est donc pas entièrement libre. Par contre, 16% des patients ont consommé des antidépresseurs de manière continue durant les cinq années de l'observation. Et 10% prennent plus de trois molécules différentes.

2 Profil. En analysant les patients touchés par la dépression, les experts trouvent davantage de femmes que d'hommes, puisqu'elles représentent les deux tiers des patientes. Les Wallons (44%) et les Bruxellois (23%) sont plus touchés que les Flamands. Certaines professions semblent particulièrement exposées à la maladie, puisqu'on trouve 43% d'employés, soit plus du double que le pourcentage membre aux Mutualités libres. C'est le cas aussi pour les ouvriers. Pour les fonctionnaires, le chiffre est même triplé : 12% pour 4% de membres ! Le *spleen* de la fonction publique ? *« Il y a surtout un déterminisme socio-économique net*, souligne Vanessa Vanrillaer. *Les bénéficiaires de l'intervention majorée, qui sont ceux dont les revenus sont les plus faibles ou dont la situation est la plus précaire, sont représentés à 24%, alors qu'ils ne sont que 12% parmi nos membres. »*

3 Hospitalisation. Si la durée d'hospitalisation est en moyenne de 65 jours, cette durée est très variable. Ainsi, 25% des patients n'y restent que dix jours, tandis que 10% y restent près de 150 jours ! Le même pourcentage cumule plus de sept hospitalisations sur les cinq années considérées.

4 Incapacité. Après la période d'un mois de salaire garanti, c'est la mutualité qui alloue un revenu de remplacement, si l'affection empêche d'exercer toute activité professionnelle. 57% des patients atteints de dépression ont au moins une période d'incapacité de travail sur la période de cinq ans. La durée moyenne est particulièrement élevée, puisqu'il s'agit de 992 jours. Pour les 10% les plus frappés, le délai dépasse les cinq ans. En fait, 30% des individus en incapacité le sont durant les cinq années. Seuls 10% des personnes ont été remises au travail par le médecin-conseil. Et 45% des patients recommencent leur activité professionnelle par un temps partiel.

5 Recommandations. Les Mutualités libres recommandent une meilleure prise en charge par des praticiens ayant expertise et expérience, notamment le médecin de famille pour les dépressions légères et les spécialistes pour les cas plus lourds. Elles préconisent un traitement de neuf à douze mois suivi de manière régulière. *« Une prise en charge complète, biologique, psychologique et sociale doit être mise en place dès le premier épisode de dépression »*, expliquent les experts. On en est malheureusement très loin, si l'on en croit la photographie des patients telle que livrée par cette étude. ■

FRÉDÉRIC SOUMOIS

la professionnelle « De Block détricote la psychothérapie »

ENTRETIEN

Françoise Daune, psychothérapeute, préside la Plateforme des professions de la santé mentale.

Les mutualités libres réclament une reconnaissance des psychothérapeutes non-médecins et le remboursement de certains soins. Mais cela coince au niveau de la ministre de la Santé ?

Nous avons l'impression que la ministre Maggie De Block est en train de détricoter la loi actuelle qui reconnaissait enfin, après de longs débats, les thérapies non dispensées par des médecins en les balisant. Voté en 2014, ce cadre légal protégeait à la fois le public et les professionnels dûment formés, et ce grâce aux exigences de formation. Il fallait minimum un bac +3 dans le domaine médico-psycho-social, agrémenté d'une mise à niveau auprès d'une institution universitaire ou d'une haute école. Plus 4 ans de formation à la psychothérapie, soit un total minimum de 8 ans. Des critères d'agrément des lieux de formation devaient être mis en place, de même qu'une déontologie. Cette loi est le résultat de 15 ans de négociations.

Mais depuis avril 2014…

Rien n'a bougé ! Le Conseil fédéral de la psychothérapie devait se mettre en place afin de conseiller la ministre dans la mise en œuvre de la loi, prévue pour le 1er septembre 2016. Mais nous regrettons profondément le manque de communication du cabinet de Maggie De Block. Nous ne voyons aucun texte, tout reste secret. Mais il semble que la ministre envisage une remise en cause fondamentale de la loi. Nous craignons que ces changements se basent sur une approche très médicalisée de la psychothérapie, ce qui est totalement inadapté à la prise en compte globale de la personne dans toute sa dimension singulière, en particulier au niveau émotionnel. Le cabinet de la ministre Maggie De Block envisagerait un passage obligé du patient par un médecin ou psychologue pour accéder à une psychothérapie, ce qui compliquerait cette démarche souvent difficile du patient, et limiterait sa liberté de choix.

Les résultats des psychothérapies sont parfois très variables et difficiles à interpréter.

C'est consubstantiel à sa nature, parce que nous œuvrons avec l'humain. Une psychothérapie est nécessairement individualisée, ce n'est pas une molécule dont on attend un résultat moyen après des essais cliniques. On sent chez la ministre qu'en tant que médecin, elle préfère les formations universitaires et qui peuvent affirmer des résultats objectivés. ■

Propos recueillis par Fr.So

LES CHIFFRES

3 ans

27% des adultes souffrant de dépression sont en incapacité de travail pendant trois ans. 17% décrochent même pendant cinq années consécutives, ce qui atteste d'une souffrance considérable, mais aussi d'un coût considérable pour la société. Il s'agit ici de patients entre 18 et 65 ans, la période officielle de travail, ce qui n'inclut pas les plus âgés, dont certains sont touchés par des formes spécifiques de dépression, mais dont l'impact sur la « force de travail » est moindre.

25%

Un adulte sur quatre a fait un séjour à l'hôpital durant les cinq années de l'étude, soit en section psy d'un hôpital général soit dans un hôpital psychiatrique. Le séjour est en moyenne de 65 jours, soit deux mois. Pour un coût de...

50%

Alors que les scientifiques reconnaissent que la psychothérapie est la thérapie de premier choix pour la dépression, seulement la moitié a suivi une psychothérapie remboursée. La mutualité ne dispose pas de données pour les thérapies non remboursées. Or, seules les thérapies délivrées par des médecins psychiatres sont partiellement remboursées par l'Inami. De plus, la durée moyenne est de quatre séances, une durée de traitement « notoirement insuffisante pour améliorer l'état de santé », selon les auteurs de l'étude.

4 mois

Les antidépresseurs sont très utilisés contre la dépression. Mais il semble qu'ils le soient mal puisque, s'ils sont utilisés par un patient sur deux, ils ne le sont que durant quatre mois... chaque année. Or, selon les recommandations officielles, un traitement antidépresseur doit être pris pendant neuf à douze mois pour être efficace.

5.900

C'est le coût moyen en euros des dépenses en soins de santé d'un malade dépressif, soit le triple de la dépense des citoyens belges (soit 1.800 euros). Pour 25% des personnes concernées, les plus aigus, qui doivent se faire hospitaliser et qui sont donc absents au travail, il faut cumuler 14.500 euros de dépenses en soins de santé et 13.400 euros d'indemnité d'incapacité du travail.

FR.SO