

Vieillir prédispose à la dépression

■ On prend trois fois plus d'antidépresseurs à 80 ans qu'à 30 ans.

Vivre vieux, c'est vivre heureux? Faux!, à en croire une étude publiée jeudi par la Mutualité chrétienne (MC). Les chiffres de consommation d'antidépresseurs des affiliés de la MC pour l'année 2014 ont servi de baromètre. Extrapolés à l'ensemble de la population, ils livrent un tableau plutôt... déprimant de la vieillesse.

Ainsi, 17% des octogénaires du pays consomment des antidépresseurs, contre 6% de trentenaires. C'est quasi le triple. Si les tendances sont identiques chez les femmes et les hommes, la prise d'antidépresseurs est deux fois plus importante chez les femmes que chez les hommes: 21% des mamies âgées de 80 à 90 ans ont recours aux antidépresseurs contre 11% des papys.

Une tendance qui se confirme

"L'idée de couler de vieux jours heureux n'est pas une réalité pour nombre de seniors", constate Jean Hermesse, secrétaire général de la Mutualité chrétienne.

Certaines études ont pointé une stabilisation, voire une amélioration du bien-être à un âge plus avancé, malgré une santé qui décline et une mémoire qui peut jouer des tours. Mais ces affirmations sont de plus en plus souvent remises en question, indique la Mutualité chrétienne.

Il y a quelques années, une étude britannique démontrait plutôt une tendance inverse: les symptômes dépressifs ne cessent d'augmenter à mesure que l'âge avance. Le service d'études de la MC vient d'arriver à la même conclusion: la vieillesse prédispose à la dépression.

Du temps plutôt que des pilules

"Les chiffres sont particulièrement inquiétants, commente

Jean Hermesse. De plus en plus de gens ont peur de vieillir. Notre société opte trop souvent pour la solution de facilité: la prescription d'antibiotiques pour les seniors qui ne se sentent pas bien dans leur peau."

La Mutualité chrétienne plaide pour un autre modèle, basé sur la cohésion sociale qui inclut les aînés. Chez la personne âgée, la santé est aussi liée au sentiment de solitude, dit M. Hermesse. "Notre société tend à isoler les aînés et à aggraver le repli sur soi. Mais la solitude ne se soigne pas à coups de pilules. La meilleure chose à faire, plutôt que de leur prescrire des antidépresseurs, est de leur consacrer du temps, être présent, leur donner de l'attention et de la chaleur humaine."

An. H.

Pourcentage d'utilisateurs d'antidépresseurs



Source : Mutualités Chrétiennes

IPM Graphics

La Mutualité chrétienne plaide pour un modèle basé sur la cohésion sociale.