

SANTÉ

Plus on vieillit, plus on est déprimé

La consommation d'antidépresseurs augmente à mesure qu'on vieillit. À partir de 80 ans, une femme sur cinq en prend !

● Jean-Christophe HERMINAIRE

Vieillir fait mal, on le sait. Au physique, mais aussi au moral. Et la consommation de médicaments antidépresseurs – dont on sait qu'elle est excessive en Belgique –, est le reflet de ce mal-être lié à la vieillesse. 6 % des trentenaires du pays ont recours aux antidépresseurs, ce qui fait quand même près de 50 000 personnes. Mais quand on atteint la tranche des plus de 80 ans, la proportion passe à 17 %. Et même à 21 % pour les femmes âgées. Une sur cinq ! Pour 11 % chez les hommes.

Des chiffres inquiétants

Une étude britannique avait déjà démontré, il y a quelques années, que les symptômes dépressifs ne cessent d'augmenter avec l'âge. Mettant à mal une idée reçue : non, les seniors ne sont pas

plus heureux que les jeunes. La Mutualité chrétienne arrive à la même conclusion après avoir étudié l'usage d'antidépresseurs chez ses 4,5 millions de membres, et extrapolé les chiffres pour la population belge. Les antidépresseurs utilisés comme antidouleurs ou somnifères ne sont pas pris en compte : il s'agit uniquement de ceux prescrits pour dépression nerveuse. C'est dire...

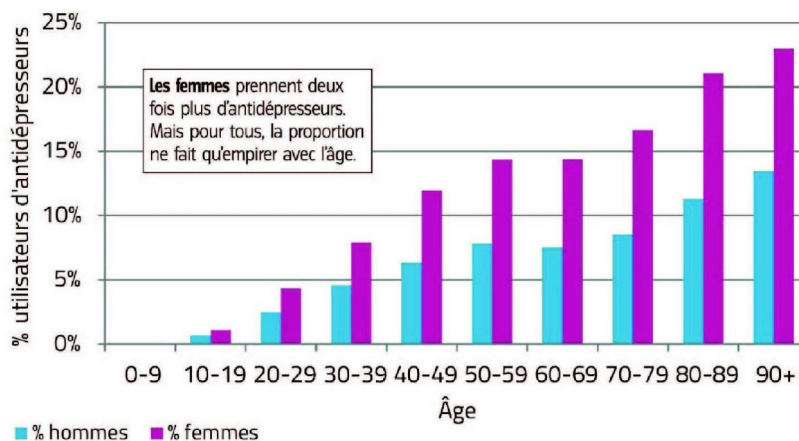
À défaut d'être vraiment surprenants, « les chiffres sont particulièrement inquiétants », estime Jean Hermesse, le secrétaire général de la Mutualité chrétienne. Déclin physique, maladies, solitude, approche de la mort,...

« De plus en plus de gens ont peur de vieillir. Notre société opte trop souvent pour la solution de facilité. Les seniors qui ne se sentent pas bien dans leur peau se voient bien trop rapidement prescrire des antidépresseurs », dit-il.

Solitude et féminité

Dans les âges les plus avancés, il y a naturellement davantage de femmes. Pour des raisons qui n'ont pas été l'objet de cette étude mais qui sont multiples, celles-ci sont aussi nettement plus sujettes aux prescriptions d'antidépresseurs que les hommes. Elles sont près du double, que ce soit à

Utilisateurs d'antidépresseurs



20, 30, 40, 50 ou 60 ans. Il n'y a qu'avant 9 ans que davantage de garçons (289) que de filles (163) se voient prescrire des antidépresseurs par des médecins prompts à dégainer l'arme de ce médicament « quand ils n'ont pas d'autre réponse », dénonce aussi la Mutualité chrétienne.

Et la situation est plus criante encore dans les homes. Une autre étude de la Mutualité chré-

tienne, en 2011, avait évalué à... 41,7 % les membres résidant dans une maison de repos qui avaient consommé des antidépresseurs pendant au moins 30 jours. Ces personnes, isolées, sont encore plus fragiles. Et sont médicalisées à outrance.

« Nous ne pouvons pas uniquement considérer la santé comme une donnée physique. Chez la personne âgée, elle est également liée au senti-

ment de solitude », ajoute encore Jean Hermesse.

« Notre société crée trop peu de cohésion sociale incluant nos aînés. Elle tend à les isoler et aggrave le repli sur soi. Or, 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. » ■