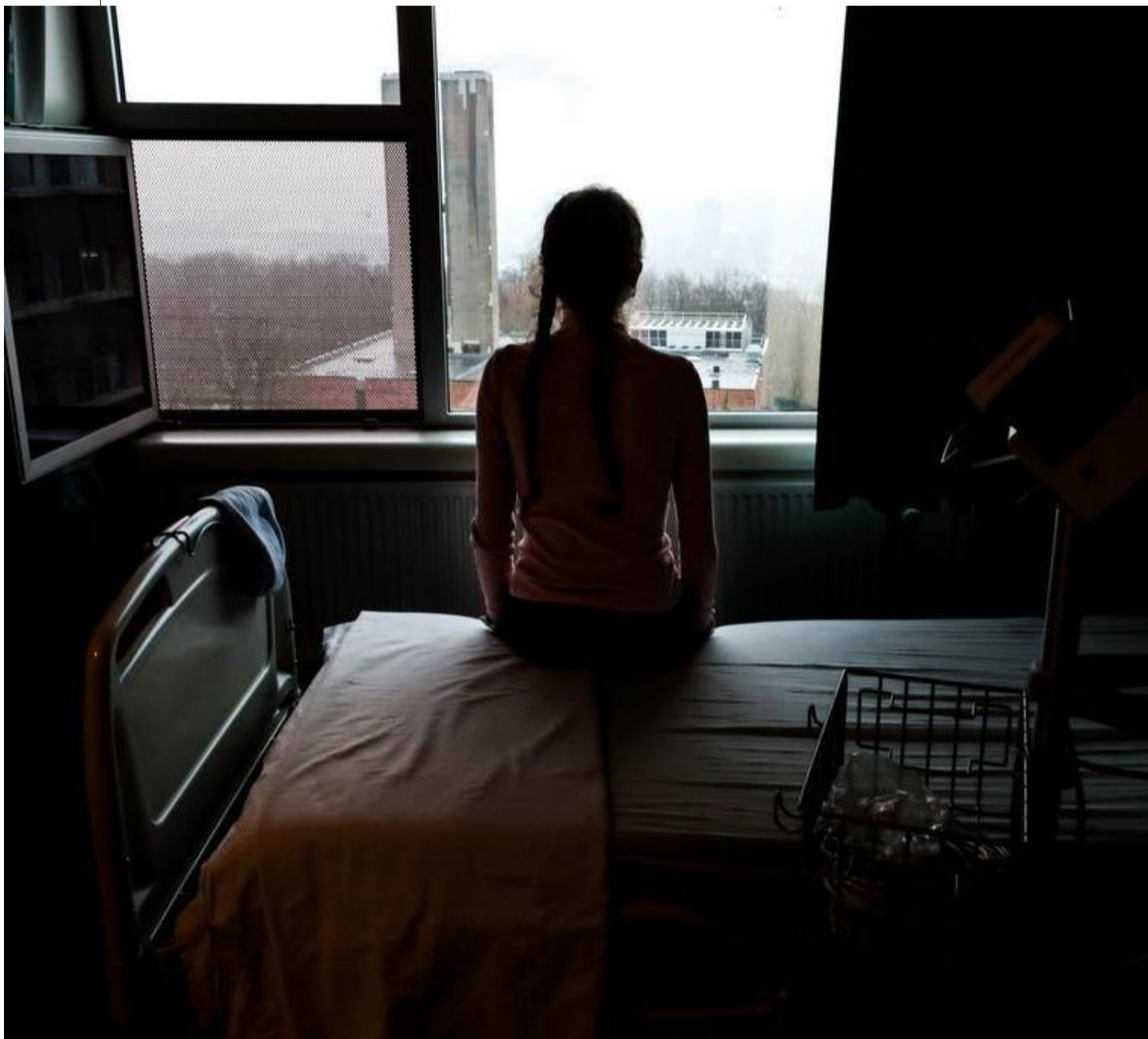


Santé mentale : un jeune sur trois éprouve des difficultés à demander de l'aide

La crise sanitaire a eu impact sur la santé mentale des 16-25 ans. Selon une enquête menée par les Mutualités libres, 15 % des jeunes ont dû faire appel à un professionnel. Parmi eux, 35 % estiment qu'il est difficile de franchir le pas pour demander de l'aide.



CHARLOTTE HUTIN

Près d'un jeune sur deux (45 %) déclare avoir souffert de problèmes mentaux tels qu'un sentiment de panique, des crises d'angoisse ou encore une perte d'appétit, durant la crise sanitaire. C'est en tout cas ce qui ressort d'une enquête réalisée par les Mutualités libres. Début septembre, un échantillon de mille Belges, francophones et néerlandophones, âgés de 16 à 25 ans, a été sondé en ligne. Pour ces jeunes, il est difficile de faire le pas vers une demande d'aide. En effet, seuls 34 % des jeunes confrontés à des difficultés d'ordre psychologique se sont dirigés vers un professionnel de la santé mentale. Parmi eux, 35 % mettent en évidence des difficultés à franchir le pas.

Barrière financière

Ce ne serait pas tant la question de savoir où trouver de l'aide, mais plutôt la démarche en elle-même qui constituerait un frein dans l'accès aux soins. La toute grande majorité des jeunes (88 %) savent à qui s'adresser en cas de problèmes psychologiques. « L'une de nos hypothèses serait plutôt la crainte de la stigmatisation », analyse Xavier Brenez, directeur général des Mutualités libres. « Il y a une peur culturelle chez nous d'avouer que l'on a des problèmes de santé mentale et que l'on a besoin d'aide. Ce que nous observons également, c'est que certains sont conscients du problème, mais ils pensent qu'ils pourront le régler tout seul. » Or, 79 % des jeunes s'estiment satisfaits de l'aide qui leur est proposée.

A la crainte de la stigmatisation vient s'ajouter le coût financier. « Les possibilités de remboursement pour les soins de santé mentale sont assez réduites aujourd'hui », confirme Xavier Brenez. « La convention passée sous Maggie de Block est très limitée. La rémunération n'étant pas très attractive, peu de psychologues cliniciens sont rentrés dans le système. » Une nouvelle convention Inami devait rentrer en vigueur au 1^{er} septembre dernier. Celle-ci prévoyait le remboursement du ticket modérateur pour un maximum de 20 séances individuelles par an, aussi bien pour les enfants que pour les adultes, et davantage de séances de groupe (12 pour les adultes, 15 pour les enfants) chez les psychologues cliniciens conventionnés. Une consultation psychologique individuelle devait revenir au tarif de 11 euros, et seulement 4 euros pour les bénéficiaires de l'intervention majorée.

Offre peu lisible

Mais la mise en place de cette convention a pris du retard et ce sera finalement à partir du 1^{er} janvier 2022. « La convention s'établit avec 32 réseaux de santé mentale. Chaque réseau reçoit un budget et doit organiser une offre en fonction, ce qui prend bien plus de temps que prévu », explique Xavier Brenez. « La bonne nouvelle est que le feedback global du terrain est plutôt positif. La rémunération sera bien plus attractive pour les professionnels puisque l'on parle de 75 euros de remboursement par séance. Par ailleurs, l'accord ne requerra plus de prescriptions préalables du médecin généraliste pour le remboursement d'une consultation psychologique. »

Un autre frein à l'accessibilité des soins demeure le manque de lisibilité de l'offre. Entre les psychologues cliniciens, les thérapeutes et les psychiatres, pas toujours facile de s'y retrouver. Plus de 40 % des jeunes sondés plaident en effet pour que les autorités compétentes fournissent de meilleures informations sur les endroits où ils peuvent obtenir de l'aide s'ils ne se sentent pas bien dans leur peau. « L'offre est assez peu lisible et fragmentée au niveau institutionnel. Depuis la 6^e réforme de l'Etat, la santé mentale dépend en partie des Régions et en partie du fédéral. Il y a une collaboration à mettre en place entre les différents niveaux de pouvoir de manière à avoir une offre lisible et structurée. »

Si la crise sanitaire a permis de mettre en lumière la problématique de la santé mentale, la question est de savoir si les enseignements perdureront dans le temps. « Le tableau de la santé mentale en Belgique n'est vraiment pas bon, surtout lorsqu'on le compare avec l'étranger. Pour rappel, 9 % de la population générale est en dépression, 30 % souffrent d'un mal-être psychologique. Plus d'un million de Belges consomment des antidépresseurs. Nous sommes le troisième pays d'Europe avec le taux de suicide le plus important », déplore le directeur des Mutualités libres. « Il faut continuer de marteler que la santé mentale est tout aussi importante que la santé physique. »

listes pour le remboursement d'une consultation psychologique. »

Les femmes de 16 à 25 ans ont davantage souffert de la crise que leurs pairs masculins.

© PIERRE-YVES THIENPONT.

Les femmes souffrent davantage de la crise sanitaire

La crise sanitaire est révélatrice des disparités de genre. Selon l'enquête menée par les Mutualités libres, les femmes de 16 à 25 ans ont davantage souffert de la crise que leurs pairs masculins. Elles sont 75 % à avoir enduré un sentiment de solitude en raison des règles de distanciation, contre 63 % des hommes. L'incertitude quant à la fin de la crise a été vécue difficilement par 83 % des femmes. Ce chiffre était de 71 % chez les hommes. L'inquiétude quant à l'avenir, le mal-être inhérent aux informations en continu sur la crise, la peur d'être contaminé était davantage présents chez elles. Pour contrer leur sentiment de solitude, les filles s'accrochent davantage aux réseaux sociaux que les garçons, ce qui n'est pas toujours bénéfique sur le plan de la santé mentale. En termes de santé mentale d'ailleurs, plus d'une femme sur deux dit avoir rencontré des problèmes psychologiques, comme des crises de panique ou un manque d'appétit et de sommeil. Ces tendances sont confirmées par d'autres études en santé mentale, en Belgique et à l'étranger. Le dernier Bulletin épidémiologique hebdomadaire (BEH), publié il y a quelques jours par l'agence Santé publique France (SPF) en atteste. D'après les résultats de l'étude menée auprès de 2.000 personnes, la prévalence de l'anxiété et de la dépression est significativement plus élevée chez les femmes (26,1 contre 17 %). Pour Xavier Brenez, directeur général des Mutualités libres, ces constats doivent être intégrés dans les politiques de santé publique. « La consommation d'antidépresseurs est largement supérieure chez les femmes de 15-24 ans. La même tendance s'observe pour le recours aux psychologues et psychiatres. Des réponses différenciées sont certainement à apporter en fonction du genre. » C.H.N

La Foire du livre 2022 est annulée



© BELGA.

C'est triste, c'est navrant, on a tout retourné dans tous les sens, mais on s'est dit que ce n'était pas possible, qu'on ne pouvait pas faire courir des risques sanitaires et économiques à nos partenaires et au public. » Marie Noble, la commissaire générale de la Foire du livre de Bruxelles, est désolée. Mais le conseil d'administration et l'équipe organisatrice ont pris leurs responsabilités, vu l'apparition d'un nouveau variant du covid, les restrictions actuelles et l'absence de visibilité sur la situation sanitaire dans trois mois. « On a préféré décider maintenant », reprend Marie Noble, « parce que chaque jour qui passe entraîne des budgets pour tout le monde et le milieu du livre ne peut pas se le permettre. » Après la Brafa, Batibouw, le Salon de l'auto, il était en effet compliqué pour la Foire de maintenir le cap de son événement annuel. Il est donc annulé. Rendez-vous en mars 2023, « avec une foire encore plus belle et festive », comme dit le communiqué.

Mais la foire n'est pas que l'événement phare de la Foire dont la mission, qui est la promotion du livre et de la lecture, perdure toute l'année. Lors de sa dernière édition, d'ailleurs, la Foire avait insisté sur l'aspect permanent de son travail, même si son plat principal est la rencontre entre les auteurs, les éditeurs et le public. C'est ainsi que les équipes travaillent sur un média de la Foire et qu'une maison d'édition a été lancée. D'autres choses vont se développer. « Mais nous n'avons pas encore d'agenda », précise Marie Noble. « On veut s'offrir le temps d'une large réflexion avec nos partenaires pour bâtir cela de manière claire. C'est un travail de fond qu'il faut accomplir. »

JEAN-CLAUDE VANTROYEN

Un premier cas du variant omicron confirmé aux Etats-Unis

Un premier cas du variant omicron a été confirmé aux Etats-Unis chez un individu revenant d'Afrique du Sud, ont annoncé mercredi les autorités sanitaires américaines. Cette personne a été testée positive en Californie, ont déclaré les Centres de prévention et de lutte contre les maladies (CDC) dans un communiqué. Il était « entièrement vacciné et présentait des symptômes légers en cours d'amélioration », ont-ils ajouté. AFP