

Deuxième Symposium de Sa Majesté la Reine
LA SANTÉ MENTALE DES PERSONNES ÂGÉES

2 octobre 2024

Discours d'ouverture de Sa Majesté la Reine

Académie royale de médecine de Belgique

Palais des Académies Bruxelles

Excellences,

Mesdames et messieurs,

Il y a deux ans, notre symposium portait sur la santé mentale des enfants et des adolescents. Cela répondait à une situation créée par le Covid, qui avait amené une certaine rupture du lien scolaire et social entre jeunes, avec tous les troubles psychiques qui en découlent.

Cette année, sur base de discussions avec l'Académie, il a semblé important que nous consacrons nos réflexions à la santé mentale des personnes âgées. Et cela pour plusieurs raisons:

D'abord, l'évolution démographique: on constate un vieillissement de la population en Belgique et dans de très nombreux pays à travers le monde. Les projections nous indiquent que dans 25 ans, un quart de la population en Belgique aura plus de 65 ans.

Deuxièmement, il faut admettre que cette problématique n'est pas suffisamment comprise et que les outils pour la traiter sont insuffisamment développés.

Les problèmes de santé mentale de la personne âgée ne sont pas seulement une version plus avancée des problèmes des jeunes ou des adultes. Les causes en sont spécifiques et les pathologies sont plus difficiles à cerner car la personne âgée va souvent combiner les problèmes de santé mentale avec des maladies chroniques ou un déclin des capacités cognitives. Trop souvent, on attribue des problèmes psychiques au processus naturel du vieillissement alors qu'il s'agit des conséquences, de la dépression par exemple.

Parmi les causes spécifiques , on peut citer la solitude, la déresponsabilisation, l'abus de médicaments et d'alcool, qui sont des facteurs très présents dans le profil du sénior qui connaît des troubles psychologiques ou psychiatriques.

Les conséquences des ces maladies mentales sont lourdes pour l'individu, car sa qualité de vie en est diminuée de même que son espérance de vie. Les taux de suicide sont élevés parmi les personnes âgées, avec la prévalence maximale parmi les hommes de plus de 85 ans. Mais c'est également coûteux pour le système de santé, qui sera amené à traiter des pathologies multiples par absence d'identification et de prévention.

Mesdames et messieurs,

Au cours des derniers mois, je me suis rendue dans des résidences pour seniors et j'ai pu m'entretenir avec les résidents et le personnel qui les entoure.

Ces rencontres m'ont beaucoup appris sur les aspirations de ceux qui ont dû renoncer à une vie autonome à la maison pour intégrer un espace de vie et de soins communs. D'abord, j'ai été frappée par l'importance du sentiment d'être un acteur de sa propre vie et d'être utile à une communauté.

Etre acteur de sa propre vie, cela veut dire être consulté sur le maintien à domicile ou l'accueil en maison de repos, c'est être associé à l'organisation du quotidien, depuis le choix des repas jusqu'à la sélection des activités récréatives. Aussi longtemps que c'est possible, c'est la personne âgée qui doit décider.

Continuer à appartenir à la société à laquelle on a contribué une vie durant prend souvent la forme de la transmission intergénérationnelle. Que ce soit la mamie conteuse qui lit chaque après-midi des histoires à des enfants de primaire ou l'ancien cadre qui fait du mentoring pour un jeune à la recherche d'un emploi, ces interactions entre générations sont enrichissantes non seulement pour la personne âgée mais aussi pour le jeune qui reçoit autant qu'il ne donne.

La poursuite de l'engagement dans la société permet de lutter contre la solitude que est une des causes importantes des problèmes de santé mentale chez les seniors. La privation d'interaction va conduire au repli sur soi, à la perte d'intérêt pour le monde extérieur et souvent à des états de dépression.

Il serait très bénéfique de soumettre toute personne âgée de plus de 65 ans à un questionnaire permettant d'identifier les troubles mentaux. Il est important que tous les seniors puissent avoir accès aux soins de santé mentale. C'est essentiel si nous voulons une société inclusive. Un diagnostic précoce et une approche préventive permettraient d'être bien plus efficace. Il faut briser les tabous qui empêchent la société de mettre la santé mentale sur le même pied que la santé physique. Trop souvent, la personne âgée ne parle pas de ses angoisses, de ses moments de dépression alors que ceux-ci peuvent et doivent être traités au même titre qu'une hanche douloureuse ou une perte de vision.

Du colloque auquel j'ai assisté cette année à Liège, je retiens l'importance d'avoir une approche intégrée et personnalisée par rapport aux problèmes de santé mentale. Trop longtemps, on a proposé une thérapie insuffisamment adaptée au cas individuel. Or chaque personne est unique et doit être accompagnée en fonction de son histoire et de ses besoins. Nous ne sommes pas tous égaux en matière de santé et cela justifie une thérapie propre à chaque individu.

Il faut que tous les acteurs qui s'occupent de la santé mentale des personnes âgées puissent travailler ensemble car souvent la situation du sénior requiert des aides de diverses natures.

Ce symposium doit être l'opportunité de sensibiliser les différents acteurs de la santé à la problématique spécifique de la santé mentale des personnes âgées et à la nécessité de coordonner les soins. Il faut reconnaître que cette dimension est , à ce jour , insuffisamment prise en compte au niveau de la formation des médecins, aides-soignants ou même au sein des maisons de retraite.

Il faudrait aussi insister sur la nécessité d'avoir plus de données statistiques afin de mieux pouvoir définir les approches pertinentes.

Ce symposium se veut aussi international. Il importe en effet d'échanger et d'apprendre les uns des autres. L'approche à l'égard du sénior dans une famille varie fortement en fonction des traditions culturelles. Ces différences doivent être une source d'inspiration.

Enfin, nous devons identifier les technologies nouvelles qui peuvent nous aider à prendre soin de la personne âgée en général et, de manière spécifique, pour garantir la meilleure santé mentale possible.

Mesdames et messieurs,

L'objectif ultime de nos discussions est que toute personne âgée puisse continuer à profiter d'une vie en bonne santé physique et mentale, à contribuer à la communauté, à partager amour et affection avec son entourage.

Faisons en sorte que ce symposium contribue à la réalisation de ces objectifs.

Je vous remercie.