



SPÉCIAL PRÉVENTION SANTÉ

SANTÉ MENTALE

Faire face au malaise croissant des assurés

La santé mentale des Français, et tout particulièrement des jeunes, se dégrade depuis le début de la pandémie de Covid-19 en 2020. Les organismes complémentaires santé proposent de plus en plus d'actions de prévention.

Hausse des troubles de l'humeur, anxiété, angoisse, épisodes dépressifs, idées et gestes suicidaires... La période ouverte par la pandémie de Covid-19 a vu la santé mentale des Français se dégrader. Ce risque croissant est aussi davantage étudié : Santé Publique France a lancé, en mars 2020, avec BVA, une enquête qui montre que le sujet reste préoccupant. « *La santé mentale des Français est très dégradée en 2023, une tendance constante depuis septembre 2020*, indique l'édition d'octobre 2023. *Cette dégradation concerne plus particulièrement les adolescents (11-17 ans) et les jeunes adultes (18-24 ans).* » La part des jeunes concernés par la dépression ou les symptômes anxiodépressifs sévères a doublé depuis le Covid.

Les causes des troubles mentaux sont évidemment plurielles et complexes. Ces derniers ont pu être provoqués ou favorisés par la crise sanitaire, les confinements et les bouleversements des conditions de travail. Le cabinet YCE Partners liste le télétravail brusquement imposé, puis le

retour sur site, le difficile équilibre entre temps personnel et professionnel, ou la dégradation des relations sociales. Le mal-être a fait croître l'absentéisme dû aux risques psychosociaux (lire encadré).

Prévenir le malaise

Face au constat du malaise des Français, un an après le premier confinement, le Centre technique des institutions de prévoyance (CTip), France Assureurs et la Mutualité française ont annoncé, en mars 2021, proposer aux organismes complémentaires de prendre en charge au premier euro un forfait de quatre séances chez un psychologue à hauteur de 60 € maximum chacune.

Quasiment tous les organismes complémentaires santé ont pris cet engagement. Quelque 430 000 personnes couvertes par une mutuelle ont bénéficié en 2021 d'un remboursement, avec 1,2 million de séances. « *Après 2021, beaucoup de mutuelles ont continué. En 2022, elles en ont remboursé au premier euro pour plus de 110 M€, donc l'engagement se poursuit* », assure Delphine Hernu, directrice adjointe à la direction santé de la Mutualité française.

Un an après, le 5 avril 2022, le gouvernement a lancé Mon psy, rebaptisé Mon soutien psy. Ce dispositif propose, dans le cadre du parcours de soin, la prise en charge de huit séances chez un psychologue (40 € la première, puis 30 € les suivantes), remboursées par l'Assurance maladie à hauteur de 60 %. Entre avril 2022 et septembre 2023, 199 260 patients y ont eu recours (dont 11 % bénéficiant de la complémentaire santé solidaire) pour 4,9 séances en moyenne, auprès de 2 556 psychologues conventionnés. « *Pour ces*

séances, les mutuelles remboursent un ticket modérateur de 40% dans le cadre des contrats de complémentaire santé responsables. Ce remboursement s'élevait à 1,6 M€ en 2022, indique Delphine Hernu. *L'engagement financier des mutuelles est beaucoup plus important dans le cadre des séances qu'elles remboursent au premier euro que dans celui de Mon soutien psy. Cela s'explique notamment par le faible nombre de psychologues qui ont demandé à être conventionnés pour participer à ce dispositif.* »





Le remboursement des quatre séances au premier euro se poursuit chez nombre d'acteurs, comme la MGEN, où 160 000 personnes y ont eu recours en 2022 pour un total de 22 M€. «*La MGEN a toujours vu la santé comme la résultante de facteurs propres à la personne et d'interactions avec son environnement familial, amical et professionnel. L'ouverture en 1959 (et la rénovation en 2019) de l'Institut de La Verrière [Le Mesnil-Saint-Denis (78), ndlr] répondait à cette philosophie où le soin psychique comprenait une large part de prise en compte des facteurs extérieurs influençant la santé mentale. Depuis, onze*

autres établissements ont été ouverts», rappelle Samuel Galtié, directeur des pôles santé mentale et médico-social de la MGEN. Ces dernières années, la mutuelle a créé des offres complémentaires à destination des adolescents et des jeunes adultes.

Apprendre à gérer son stress

La MGEN déploie également des actions de prévention auprès de ses adhérents. «*Cela passe par des conférences, des webinaires et des ateliers concrets pour connaître ses besoins psychologiques, ses émotions, apprendre à les réguler, à gérer*

110 M€

Le montant des séances de psychologues remboursées au premier euro par les mutuelles en 2022

SOURCE : FNMF



son stress et à respirer, explique Samuel Galtié. *Concernant la santé des agents en lien avec leur travail, en partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale, 17 000 personnes ont été suivies en 2022 par le réseau Prévention aide et suivi (PAS).* Ce dispositif propose notamment des services d'écoute et d'orientation psychologique.

D'autres organismes complémentaires développent aussi des services de prévention : des lignes d'écoute, des campagnes d'information et de sensibilisation, des boîtes à outils comme celle dédiée au télétravail proposée par Aésio Mutuelle. Les services digitaux (*self-care*, téléconsultation...) sont parfois proposés en partenariat avec des start-up. Enfin, des organismes forment leurs professionnels aux premiers secours en santé mentale dans le cadre de la feuille de route du gouvernement sur le sujet.

Un enjeu important

L'attention à la santé mentale passe par du mécénat à la Fondation Aésio, lancée par Aésio Mutuelle dès sa création en 2021. «*Nous étions en pleine crise post-Covid, qui a révélé au grand public les problématiques de santé mentale qui préexistaient, mais qui ont été accentuées par la*

crise sanitaire, et l'idée était de répondre à des enjeux de santé urgents touchant l'ensemble de la population. La Fondation Aésio s'est donc donné pour mission d'agir pour le bien-être mental des individus tout au long de la vie en apportant son soutien financier et opérationnel à des porteurs de projets», explique Elisa Jungers, directrice de la fondation. Et la responsable de préciser : «*Nous avons deux champs d'intervention, la prévention et la sensibilisation aux enjeux de santé mentale, qui reste un sujet tabou, et l'accompagnement des personnes en souffrance psychique. Le champ de la psychiatrie manque énormément de moyens de France, notamment la pédopsychiatrie, qui est en très grande difficulté, et le rôle des associations est donc très important.*»

La Fondation Aésio soutient par exemple Nightline, qui sensibilise les étudiants à prendre soin de leur santé mentale avec une ligne d'écoute active nocturne dont les écoutants sont également étudiants, ou L'Burn, qui accompagne des femmes victimes de burn-out à Bordeaux et essaime sur le territoire. Depuis 2021, la Fondation a soutenu vingt-sept projets pour un montant moyen de 100 000 € chacun.

● LAURE BERGALA

Les troubles psy, premier motif des arrêts longs

En 2023, l'absentéisme atteint son plus haut niveau depuis 2016, avec 50 % de salariés arrêtés au moins une fois cette année et 58 % des 18-34 ans, d'après la 8^e édition du baromètre annuel Malakoff Humanis / Ifop de juin 2023. Les troubles psychologiques sont désormais la troisième cause des arrêts de travail et constituent le premier motif des arrêts longs (plus de trente jours). Ces arrêts longs pour troubles psychologiques ont été multipliés par deux en trois ans, passant de 14 % en 2020 à 32 % en 2022. Selon le baromètre, ces troubles touchent tout le personnel des entreprises, qu'ils soient hommes ou femmes, quel que soit leur âge. Et d'après les réponses des salariés, les arrêts pour motif psychologique sont principalement liés au travail.





► 30 novembre 2023

PEOPLEIMAGES.COM / STOCK.ADOBE.COM

Image non disponible.
Restriction de l'éditeur

Mise en lumière par la pandémie de Covid-19, la fragilité mentale est désormais mieux prise en compte par les organismes complémentaires santé.

