

Inaugurale rede van Hare Majesteit de Koningin
Allocution inaugurale de Sa Majesté la Reine

Koninklijke Academie voor Geneeskunde van België/Académie royale de Médecine de
Belgique.

Palais des Académies/Paleis der Academiën
12 /02/2019

“La santé mentale des jeunes : défis dans la société d’aujourd’hui»

« Mentale gezondheid van jongeren: uitdagingen in de hedendaagse maatschappij »

Messieurs les Secrétaires Perpétuels,
Messieurs les Présidents,
Mesdames et Messieurs,

C’est pour moi un grand plaisir d’être reçue aujourd’hui en qualité de membre d’honneur de l’Académie royale de Médecine de Belgique et beschermend erelid van de Koninklijke Academie voor Geneeskunde van België, institutions où rayonnent et sont mises en œuvre des valeurs primordiales que je partage profondément.

Ce nouveau rôle prend pour moi un sens aigu et très personnel, et tout à la fois, il s’inscrit dans une longue tradition de la Famille royale. En outre, la médecine occupe une place essentielle dans nos sociétés. Ses progrès sont fascinants. Sa pratique figure parmi les activités les plus précieuses de l’humanité.

Je me réjouis de votre proposition d’organiser conjointement et sur une base récurrente des séances consacrées à un thème qui me tient particulièrement à coeur, comme celui de la santé mentale.

Depuis des années, je suis de près des questions qui ont trait à la santé publique. J’ai fait de la santé mentale une priorité de ma fonction de Défenseur des Objectifs du Développement durable des Nations Unies. La sensibilisation à la santé mentale au niveau de la société, des familles, de l’école, du personnel soignant est primordiale.

Pourquoi est-il si difficile de parler ouvertement des problèmes psychologiques ou encore, pour ceux qui les éprouvent, de chercher assistance ? Pourquoi les difficultés psychologiques sont-elles encore souvent considérées comme un tabou ? Comment pouvons-nous aider à en parler sans honte ? Comment, en tant que société, pouvons-nous ouvrir la discussion sur la problématique des psychopathologies et sur leur prévention, afin que l’aide aux familles soit plus rapide et de meilleure qualité ?

L’OMS a démontré que de nombreux malentendus persistent chez les jeunes de dernière année du secondaire à propos de la dépression. Plus de 60% d’entre eux estiment que les personnes souffrant de dépression peuvent en guérir par le simple effet de leur volonté ; ou encore, que la dépression n’est pas une maladie au sens médical, voire même qu’elle est le reflet d’une personnalité faible.

Stigmatiser la dépression et les autres troubles mentaux pourrait dissuader ceux qui en souffrent de demander de l'aide.

Les acteurs de terrain que j'ai rencontrés, à l'école, dans les familles, dans les associations, et même à l'hôpital, m'ont confirmé qu'il est impératif de changer d'attitude vis-à-vis des problèmes de santé mentale. La dépression et le suicide d'enfants et d'adolescents sont des phénomènes alarmants, qu'il faut aborder de front.

Modifier les attitudes et les comportements n'est pourtant pas chose aisée. Notre société devra faire davantage d'efforts pour transmettre les connaissances, y compris en encourageant davantage de jeunes médecins et membres du personnel soignant à se former dans ces spécialités.

Dans nos sociétés qui accordent une si grande place à la réussite et aux performances, il est important d'apprendre aussi à accepter ses propres limites, à intégrer les échecs et à les surmonter.

Educateurs et parents ont un rôle crucial à jouer en faisant part de leurs propres vulnérabilités et en relatant leurs propres déceptions. Comme le disait le Roi dans son discours de Noël : « notre force intérieure se construit en surmontant les difficultés et non en nous y enfermant ou en les évitant. C'est grâce à cette force intérieure que nous pouvons réellement nous ouvrir aux autres et assumer nos responsabilités. »

Leden van de Academies,

De mentale gezondheid van kinderen en adolescenten is een onderwerp dat pas recent als belangrijk erkend werd.

Het is zorgwekkend om vast te stellen dat het aantal diagnoses van psychische problemen bij kinderen en adolescenten sterk is toegenomen. Hoewel de stijging grotendeels kan worden toegeschreven aan betere en preciezere diagnoses, zoals we uit voorgaande presentaties leerden, moeten we toch bijzonder waakzaam blijven voor het wegvallen van een kwaliteitsvolle sociale band; en dit met inbegrip van de risico's die paradoxaal genoeg verbonden zijn met de sociale netwerken.

De moderne communicatietechnologieën bieden uiteraard oneindig veel nieuwe mogelijkheden. Maar recent las ik nog een werk van een neuro-wetenschapper over de risico's van "digitale dementie". De schadelijke effecten op kleine kinderen die te lang worden blootgesteld aan beeldschermen, worden vandaag beter gedocumenteerd. Dit verschijnsel verdient de grootste aandacht, zodat er ook preventief kan worden opgetreden.

Moeten wij als ouders niet veel alerter toezien op het gebruik van beeldschermen door onze kinderen? Hoe vaak zitten de kinderen niet aan tafel met hun laptopspelletjes te spelen in plaats van rustig te eten of gezellig te babbelen en aandacht voor elkaar te hebben... Gezinsmaaltijden zijn momenten om te koesteren. Ze bieden volop de mogelijkheid om elkaar in familieverband echt te ontmoeten.

Maar ook op school en in de vrije tijd moet ervoor gezorgd worden dat kinderen voldoende persoonlijk contact met elkaar hebben. Kinderen moeten op gepaste wijze

leren dat communicatie belangrijk is om relaties op te bouwen en te onderhouden, en zo te blijven groeien.

Intenser onderzoek is nodig op het vlak van autisme en kinderen en jongeren met ernstige vormen van ontwikkelingsstoornis met hyperactief gedrag. U, leden van de academies, kunt hiertoe een belangrijke bijdrage leveren.

Vandaag hebben we een beter inzicht in de pathologie van de ontwikkeling van de hersenen én hun maturiteit. Ze zijn zeer complex en het is duidelijk geworden dat ook omgevingsfactoren een beslissende rol spelen. We beschikken reeds over krachtige argumenten voor een meer systematische preventie en de tijdige invoering van welzijnsvoorwaarden. De hoop op een vroegtijdige diagnose is reëel, teneinde het kind grotere kansen te geven op een goede ontwikkeling. Maar dit houdt eveneens in dat de vooruitgang in het onderzoek zonder uitstel wordt doorgegeven aan diegenen die voor de kinderen instaan. Ik denk hierbij aan de professionelen, aan de ouders of aan de begeleiders.

Preventie, heling en herstel liggen dicht bij mekaar. Een holistische benadering dringt zich op, die zowel aandacht heeft voor de psychische aspecten als voor de sociaaleconomische en milieufactoren.

Tot slot, wens ik nog te benadrukken dat we veel kunnen doen om ieder kind de nodige kansen te geven om zich te ontwikkelen tot een unieke persoonlijkheid in een samenleving die niemand uitsluit; een samenleving waarin respect wordt opgebracht voor de waardigheid van elk individu.

Het stelt me gerust dat u het thema van vandaag verder wetenschappelijk zal blijven uitdiepen, zodat alle jongeren - en ook ouderen - hun weg kunnen vinden in een inclusieve maatschappij en zodat de vaak intergenerationele vicieuze cirkel kan worden doorbroken.

Ik dank u voor uw inzet én uw vertrouwen.