

La CPAM expérimente en Haute-Garonne, depuis 2018 le remboursement des psychologues libéraux. Une première. L'objectif est de faire chuter la consommation d'antidépresseurs.

C'est une petite révolution dans le monde de la psychothérapie. La Caisse primaire d'assurance maladie, alarmée par la consommation d'antidépresseurs en France, veut suivre l'exemple anglais et s'appuyer sur le réseau de psychologues et psychothérapeutes pour soigner les souffrances psychiques. La Haute-Garonne sera un département test, à partir du mois de mai : tous les psychologues qui le souhaitent pourront être remboursés. Explications.

Qu'est-ce qui est nouveau ?

Le recours à un psychologue ou un psychothérapeute agréé par l'Agence régionale de santé n'était jusqu'à présent pas remboursé. Seules les consultations auprès d'un médecin psychiatre ou dans un centre médico-psychologique (CMP) étaient prises en charge. Dans le cadre de cette expérimentation, toutes les personnes, sans condition de ressources, peuvent bénéficier d'un parcours de soins remboursé, sans avance de frais, chez un psychologue.

Comment ça marche ?

Il faut d'abord vous rendre chez votre médecin traitant. Il délivre une prescription comportant une séance d'évaluation de 45 minutes, à destination d'un psychologue conventionné, dont il vous fournit la liste. Un bilan est adressé par le psychologue en retour. S'il s'avère que les troubles mentaux constatés sont d'intensité «faible à modérée», une seconde prescription de 10 séances de psychothérapie de soutien de 30 minutes est adressée. Elle pourra être complétée, le cas échéant, par 10 séances de psychothérapie structurée de 45 minutes. En cas de pathologie plus lourde, le patient pourra être orienté vers un médecin psychiatre. La fréquence des séances est fixée entre le patient et le thérapeute (1 à 2 fois par semaine, par mois). Le dispositif représente 20 séances maximum. Aucune avance de frais n'est demandée. La CPAM règle directement le professionnel. Les dépassements d'honoraires pour les malades inclus dans l'expérimentation ne sont pas autorisés. À noter qu'aucune technique de psychothérapie n'est privilégiée.

Qui est concerné ?

Les personnes âgées de 18 à 60 ans, assurées de la CPAM de Haute-Garonne, du Morbihan, des Bouches-du-Rhône et des Landes sont éligibles à cette expérimentation, qui s'étend sur une durée de 3 ans.

Pourquoi cette expérimentation ?

En 2015, près de 8 millions d'adultes ont reçu des soins de santé mentale en France, selon la CPAM. La majorité de ces patients présentaient une dépression légère à modérée ou des troubles de l'adaptation. Un rapport de la Haute autorité de Santé d'octobre 2017 préconise les psychothérapies comme des solutions de première intention, avec une efficacité et une efficacité comparables aux traitements médicamenteux. La CPAM veut diminuer le recours aux médicaments, qui génèrent parfois effets indésirables et dépendance.