


Le dépistage systématique de la dépression au moyen de questionnaires en soins primaires est-il bénéfique?

La dépression a un effet négatif sur les émotions, les pensées et le bien-être des gens.




Dépistage de la dépression chez les adultes

Le Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs s'oppose au dépistage systématique de la dépression à l'aide d'outils normalisés, comme des questionnaires comportant un seuil, chez tous les adultes âgés de 18 ans et plus.






Ce guide de pratique clinique s'applique aux adultes qui présentent un risque normal et plus élevé de dépression (p. ex., traumatisme chez l'enfant, antécédents familiaux)



Pourquoi?

- Les données probantes montrent que le dépistage de la dépression chez tous les adultes au moyen d'un questionnaire a peu ou pas d'effet sur la santé.



Ce guide de pratique clinique ne s'adresse pas aux adultes qui ont :

- Des antécédents de dépression;
- Une dépression;
- Des symptômes de dépression ou d'autres troubles de santé mentale.

Qu'est-ce que cela signifie pour les cliniciens?


Interrogez les patients sur leur santé mentale et leur bien-être dans le cadre des soins habituels.

Faites preuve d'un bon jugement clinique pour détecter une dépression potentielle.


N'utilisez pas un outil normalisé pour dépister chaque patient.

Soyez à l'affût de la dépression.

Exercez un jugement clinique pour décider des prochaines étapes.




Soins habituels ou dépistage de la dépression




Soins habituels


- Ils consistent à évaluer régulièrement la santé mentale et le bien-être.
- Ils reposent sur des conversations.
- Les questions posées dans le cadre des soins habituels ne constituent pas un dépistage.



Dépistage


- Un instrument ou un test médical est utilisé (p. ex., un questionnaire avec score-seuil) pour trouver des personnes à risque de maladie ou de problème de santé.
- Est effectué auprès de chaque adulte.
- S'adresse aux personnes qui ne présentent pas de symptômes.





Faits sur la dépression


- Prévalence au cours de la vie : 10 % chez les personnes qui n'ont pas de troubles bipolaires.
- La dépression a augmenté chez les Canadiens de 15 ans et plus depuis 2012.
- Les personnes ayant un traumatisme de l'enfance, une maladie chronique, qui sont autochtones, LGBTQ2+ ou qui ont des troubles liés à la consommation de substances présentent un risque plus élevé.
- La dépression est souvent diagnostiquée, prise en charge et traitée en soins primaires.



À retenir

- Soyez vigilant et posez régulièrement des questions sur la santé mentale des patients.
- N'utilisez pas un questionnaire avec score-seuil pour détecter la dépression.
- Utilisez tous les renseignements cliniques pour effectuer une évaluation de la santé mentale.

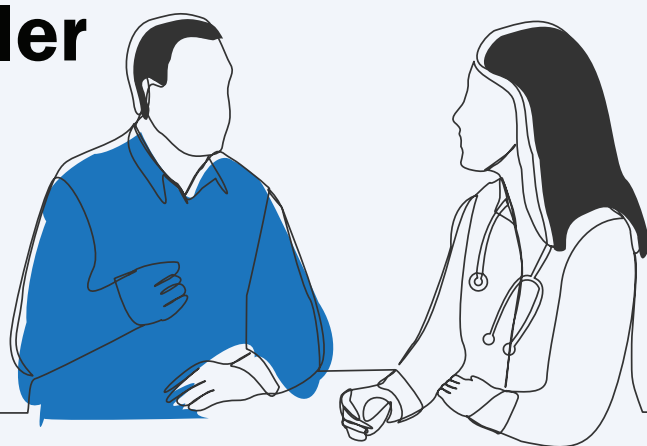
Ressources en santé mentale

- [9-8-8 : Ligne d'aide en cas de crise de suicide](#)
 - Soutien en santé mentale : [Demander de l'aide](#)
 - [Santé mentale au Québec](#)
- 



Il est important de parler de santé mentale.

La dépression a un effet négatif sur les
émotions, les pensées et le bien-être.



**La dépression est une maladie.
Il existe de l'aide.**



Parlez à un professionnel de la santé si :

- Vous êtes triste;
- Plus rien ne vous fait plaisir;
- Vous vous sentez inutile;
- Avez de la difficulté à dormir ou manquez d'énergie;
- Pensez à vous faire du mal.

Il peut être utile de discuter avec un professionnel de la santé des sujets suivants :



- Votre humeur, votre santé mentale et votre bien-être



Dépistage de la dépression chez les adultes



Qu'est-ce que le dépistage?

- Un instrument ou un test médical est utilisé (comme un questionnaire) pour trouver des personnes à risque de maladie ou de problème de santé.
- S'adresse à toutes les personnes qui ne présentent pas de symptômes.



Le Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs recommande aux patients âgés de 18 ans et plus de parler à leurs professionnels de la santé au sujet de la dépression plutôt que de subir un dépistage de routine au moyen d'outils normalisés, comme des questionnaires.



Pourquoi?

- Des études montrent qu'une approche globale du dépistage de la dépression chez tous les adultes présente peu ou pas d'avantages.
- Les conversations individuelles avec votre professionnel de la santé sont préférables.

**Ce guide de pratique clinique s'adresse aux adultes qui
présentent un risque normal et plus élevé de dépression
(p. ex., traumatisme de l'enfance, antécédents familiaux)**



Ce guide de pratique clinique ne s'adresse pas aux adultes qui ont :

- Des antécédents de dépression;
- Une dépression;
- Des symptômes de dépression ou d'autres troubles de santé mentale.



À retenir :

- Parlez de vos sentiments ou demandez de l'aide.
- Si vous présentez des symptômes ou avez reçu un diagnostic de dépression, un professionnel de la santé peut vous parler d'aide et de traitement.

Trouver de l'aide

- [9-8-8 : Ligne d'aide en cas de crise de suicide](#)
- Soutien en santé mentale : [Demander de l'aide](#)
- [Santé mentale au Québec](#)

