

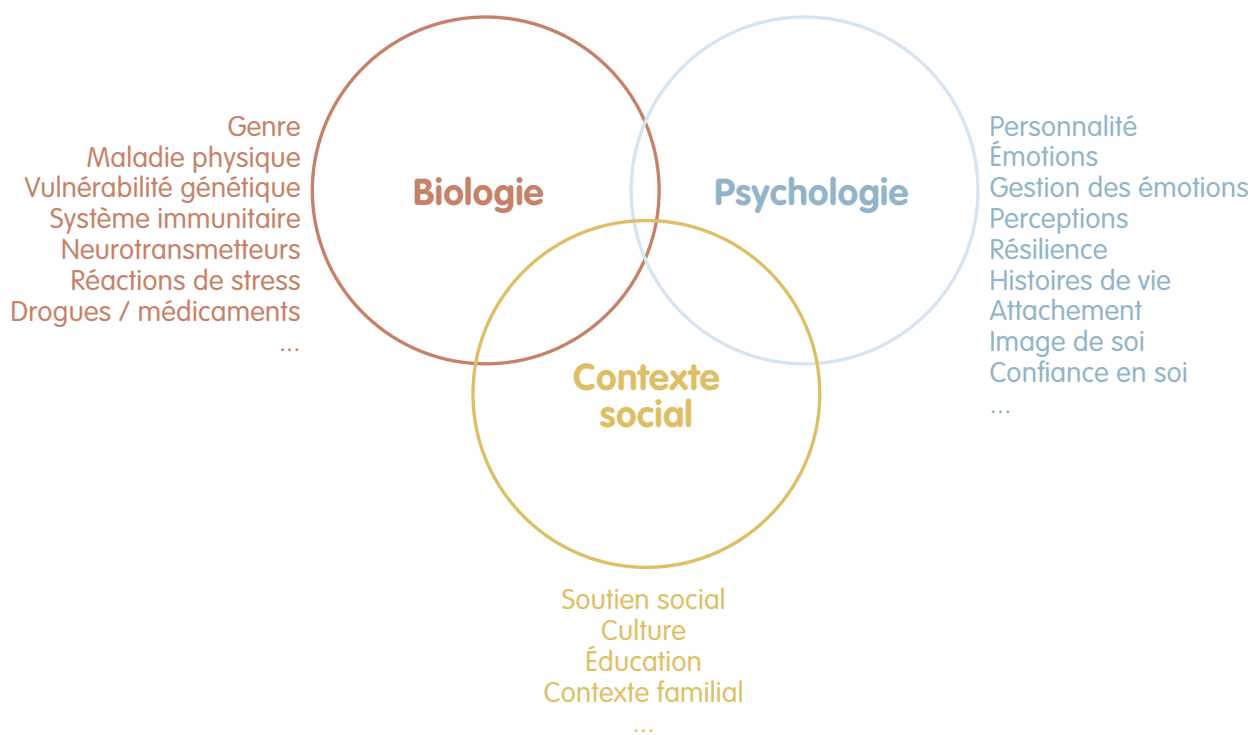
Faire face à la dépression

# Le modèle biopsychosocial

Outil d'aide à la pratique



Chaque dépression est différente, mais se manifeste toujours par une interaction entre des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux. Les traitements de la dépression doivent tenir compte de ces 3 facteurs.



**Le modèle bio-psycho-social (G. Engel 1977)**

# Le modèle biopsychosocial

## Outil d'aide à la pratique

### Facteurs biologiques

- Un état physique affaibli ou limité par une maladie comme la dysthyroïdie, la maladie de Parkinson, l'AVC, l'anémie (incluant l'anémie post-partum), ...
- Les facteurs héréditaires tels la présence d'une dépression dans la famille au premier degré...
- Un abus d'alcool et/ou de drogues et/ou de somnifères.
- Des effets indésirables de certains médicaments contre-indiqués en cas de dépression :
  - Les bêtabloquants non sélectifs à action centrale (par exemple le propranolol).
  - Les benzodiazépines et autres médicaments qui dépriment le système nerveux central et les antihypertenseurs à action centrale (par exemple, la méthylodopa).
  - La flunarizine (antimigraineux).
  - Les corticoïdes systémiques (par exemple, la méthylprednisolone), l'interféronalpha (antiviral), la méfloquine (antipaludéen) et le modafinil (stimulant central).
  - Le finastéride.

### Facteurs psychologiques

- L'affectivité négative comme trait de personnalité. Certaines personnes présentent en général une plus grande instabilité ou réactivité émotionnelle, une plus forte sensibilité au stress, un ressenti des situations ordinaires comme menaçantes, des difficultés à faire face à des revers, à contrôler ou à reporter ses besoins, une tendance à la rumination de pensées négatives ou à l'introversion.
- Un perfectionnisme et un auto-critique exagéré.
- Des difficultés à faire face à une perte ou à une séparation.
- Une position psychologique vulnérable.
- Des événements traumatisants vécus dans l'enfance.
- Peu d'objectifs positifs ou sens de la vie mal défini.
- Des antécédents de problèmes psychologiques et/ou psychiatriques.

### Contexte social

- Des facteurs sociaux et économiques défavorables tels des ruptures dans le parcours de vie, des difficultés à long terme (pauvreté, problèmes financiers...).
- Des conflits ou violences au travail ou dans la famille/les relations/le couple.
- Un soutien limité de la famille et/ou des amis.