

Les psychothérapies efficaces pour soigner la dépression

Par *mogirard*

Créé le 25/01/2016 - 00:10

Les psychothérapies efficaces pour soigner la dépression

Dimanche, 24/01/2016 - 23:10 [0 commentaire](#)

- [Diminuer la police](#)
- [Augmenter la police](#)
- [Imprimer](#)
- [Version PDF](#)

•

- [Tweeter](#)

•

•

0 avis :



[zoom](#)

Selon une méta-analyse américaine, les antidépresseurs de deuxième génération et les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) ont une efficacité thérapeutique équivalente pour soigner les dépressions. Les chercheurs de l'Université de Caroline du Nord ont analysé les résultats de 11 essais contrôlés randomisés comparant, chez un total de plus de 1500 patients, les antidépresseurs de deuxième génération et les TCC pour le traitement initial d'un trouble dépressif majeur. Ils n'ont trouvé aucune différence statistiquement significative d'efficacité entre les antidépresseurs et les TCC, que ce soit en termes de réponse, de rémission ou encore de changement de score de dépression.

Dans les pathologies les plus sévères, les TCC sont néanmoins rarement prescrites seules et viennent souvent en complément d'une prise d'antidépresseurs. « Lors d'une psychothérapie, le patient doit être partie prenante. Or, une personne en dépression a tendance à renoncer. Dans les cas les plus graves, il est absolument découragé, se pense incurable », explique le Professeur Rouillon. En revanche, une fois que le patient va mieux, il peut garder des résidus cognitifs de sa dépression. La thérapie cognitivo-comportementale peut alors l'aider à corriger ces schémas de pensée.

Pour les symptômes d'intensité légère et modérée en revanche, des études précédentes ont montré

l'efficacité des TCC et la Haute Autorité de santé recommande d'y avoir recours en première intention dans les dépressions les plus faibles.

Article rédigé par Georges Simmonds pour RT Flash

[BMJ](#)

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- [Tweeter](#)
-

- **Nombre de consultations :** 154
- **Publié dans :** [Médecine](#)
- **Partager :**
 - [Facebook](#)
 - [Viadeo](#)
 - [Twitter](#)
 - [Wikio](#)

[Médecine](#) [antidépresseurs](#) [cognitive](#) [comportementale](#) [dépression](#) [pensée](#) [thérapies](#)

URL source: <https://www.rtflash.fr/psychotherapies-efficaces-pour-soigner-depression/article>