



## **FACTEURS DE RISQUE ET SYMPTÔMES DU TROUBLE DÉPRESSIF CHEZ LES ADULTES**

### **OUTIL D'AIDE AU REPÉRAGE : AIDE-MÉMOIRE**

#### **PROGRAMME QUÉBÉCOIS POUR LES TROUBLES MENTAUX : DES AUTOSOINS A LA PSYCHOTHÉRAPIE**

**5 novembre 2024**

---

Dans le cadre du PQPTM, le repérage réfère au processus de reconnaissance des personnes présentant des indices de trouble mental fréquent. Il consiste à relever des indices de trouble non encore identifié ou de facteurs de risque. Au terme du repérage, il est prévu que l'intervenante ou l'intervenant prenne la décision d'amorcer ou non la démarche évaluative par l'appréciation du fonctionnement et des symptômes dépressifs.

### **Facteurs de risque**

---

- Antécédents de trouble dépressif chez la personne
- Antécédents de troubles mentaux dans la famille (trouble anxieux, trouble dépressif, etc.)
- Consommation abusive d'alcool ou de drogues ou une dépendance à ces substances.
- Antécédents relatifs à un problème de santé physique chronique
- Facteurs de stress liés à l'environnement familial, social ou professionnel (décès d'un être cher, perte d'emploi, séparation, etc.)
- Expériences de vie négatives et imprévisibles vécues dans le passé (maltraitance, pertes, abus, traumatisme, etc.)

### **Symptômes possibles**

---

- Humeur dépressive (se sent triste ou vide, pleure)
- Diminution de l'intérêt ou du plaisir pour les activités usuelles/perte de motivation
- Perte ou gain de poids significatif ou augmentation ou diminution de l'appétit
- Insomnie ou hypersomnie
- Agitation ou ralentissement psychomoteur
- Fatigue ou perte d'énergie
- Sentiment de dévalorisation ou culpabilité excessive ou inappropriée
- Baisse de la concentration ou indécision
- Pensées de mort (dans l'affirmative, intervenez conformément aux bonnes pratiques en prévention du suicide)



## Soutien au repérage

Pour aider au repérage des symptômes ou du trouble dépressif, les deux questions suivantes peuvent être posées à l'usager. Si le score  $\geq 3$ , envisagez d'amorcer la démarche évaluative en appréciant les symptômes à l'aide du questionnaire PHQ-9.

« *Au cours des deux dernières semaines, combien de jours avez-vous été dérangé(e) par les problèmes suivants? »*

|   | <i>Presque tous les jours</i> | <i>Plus de la moitié des jours</i> | <i>Plusieurs jours (moins de 7 jours sur 14)</i> | <i>Jamais</i> | Réponses |
|---|-------------------------------|------------------------------------|--|---------------|----------|
| <i>« Peu d'intérêt ou de plaisir à faire les choses. »</i>                            | 3                             | 2                                  | 1  | 0             |          |
| <i>« Vous sentir triste, déprimé ou désespéré. »</i>                                  | 3                             | 2                                  | 1  | 0             |          |
| <b>SCORE :</b> Faire la somme des chiffres correspondant aux réponses de la personne. |                               |                                    |  |               |          |

### Références

1. Ministère de la Santé et des Services sociaux. 2024. Trouble dépressif chez les adultes : guide de pratique clinique. (Document non publié).
2. Ministère de la Santé et des Services sociaux. 2021. Troubles mentaux fréquents ; repérage et trajectoires de services. Guide de pratique clinique.
3. Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec. Guide de pratique : éducation psychologique et auto-soins. Fiche C2 – Trouble dépressif caractérisé. Cause du trouble dépressif caractérisé (facteurs de risque).
4. American Psychiatric Association (2013 – version française en 2015). DSM-5 – Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux et des troubles psychiatriques, 5<sup>e</sup> édition.
5. Gouvernement du Québec. Mieux comprendre les troubles mentaux. Troubles de l'humeur [en ligne]. Disponible sur : Troubles de l'humeur Gouvernement du Québec (quebec.ca).