

Communiqué de presse, 8 octobre 2019

10 octobre 2019 Journée mondiale de la santé mentale

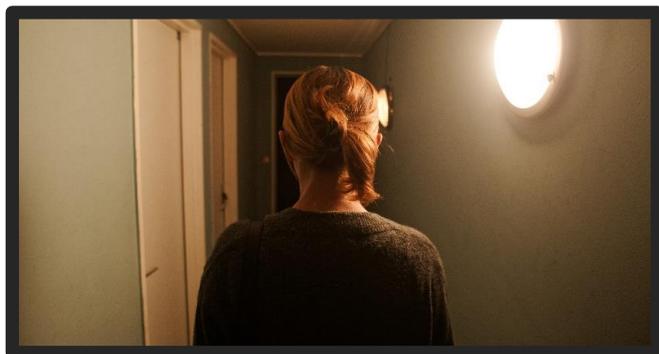
DÉPRESSION

Et si on en finissait avec les idées reçues ?

A l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale, la Fondation FondaMental lance, en partenariat avec la Fnapsy¹, sa nouvelle campagne pour faire évoluer le regard du grand public sur la dépression, une maladie qui reste incomprise et dont la gravité est largement sous-estimée. Pourtant, avec 2,5 millions de personnes affectées chaque année en France, la dépression est la maladie psychiatrique la plus courante. Imaginée par Serviceplan Health & Life, soutenue par le groupe de protection sociale Klesia et la Fondation ROGER DE SPOELBERCH, cette campagne entend rappeler que la dépression est une maladie « sérieuse » qui peut avoir des conséquences fatales.

La dépression, une maladie qui tue chaque année plus de 6 000 personnes en France

La dépression est une maladie, et non le reflet d'une faiblesse de caractère. Elle reste, aujourd'hui encore, insuffisamment comprise, diagnostiquée et traitée.



C'est ce qu'ont voulu dénoncer la Fondation FondaMental et la Fnapsy avec la campagne « *Le petit passage à vide.* »² Afin de provoquer une prise de conscience, ce film, à cheval entre la comédie et le drame, montre comment seraient traités les patients atteints de pathologies manifestes, si leurs signes cliniques étaient considérés avec la même légèreté que le sont parfois les signes de la dépression.

A découvrir sur www.fondation-fondamental.org



Pour Claude Finkelstein, présidente de la Fnapsy, « *tout le monde pense comprendre la dépression, en avoir fait l'expérience et savoir comment on en sort. En vérité, très peu ont conscience de l'enfer vécu par le malade, de l'annihilation totale de la volonté, de la disparition de tout espoir, de la terrible culpabilité qui nous tenaille.* »

Un réseau de soins et de recherche consacré à la dépression résistante : les Centres Experts FondaMental

20 à 30% des épisodes dépressifs majeurs ne répondent pas aux traitements standards : on parle alors de dépression résistante. Son pronostic est sombre, associé à un risque majoré de suicide et au développement de pathologies somatiques chroniques (diabète, obésité, problèmes cardiovasculaires...), et les stratégies thérapeutiques restent empiriques et mal évaluées.

Pour répondre aux enjeux de diagnostic et de prise en charge, la Fondation FondaMental a créé en 2012, un réseau de 13 consultations dédiées à la dépression résistante. Les Centres Experts FondaMental³ ont pour

¹ Fédération Nationale des Associations d'usagers en Psychiatrie

² Campagne réalisée par Serviceplan Health & Life - Directeur Serviceplan Health & Life : Benjamin Chevrier / Directeur de la création : Daniel Perez / TV prod : Franck Willocq / Production : Blaise Izard, Badass

³ CHU de Besançon, CHS Charles Perrons à Bordeaux, CHU de Brest, CH Le Vinatier à Bron, CHU de Clermont-Ferrand, Hôpitaux universitaires Henri Mondor à Créteil, CHU de Grenoble, CHU de Lille, Hôpital La Conception à Marseille, CHU de Montpellier, Hôpital Fernand Widal à Paris, CHU de Toulouse-Purpan et CHU de Tours)

ambition de proposer aux patients un **parcours de soin unique qui intègre une expertise médicale de pointe et des travaux de recherche.**

Plus de 300 patients ont d'ores et déjà bénéficié de ce dispositif et deux premiers travaux de recherche ont été conduits sur les enjeux de la prise en charge :

- l'un dédié à la **production de recommandations françaises formalisées sur la prise en charge des troubles dépressifs résistants**, en collaboration avec l'AFPBN (Association française de psychiatrie biologique et de Neuropsychopharmacologie) ;
- l'autre portant sur les **liens étroits entre syndrome métabolique (SM)⁴ et dépression résistante.**



Pour le Pr Marion Leboyer, directrice de la Fondation FondaMental, « *cette dernière étude, la première du genre s'intéressant plus spécifiquement aux formes résistantes de dépression et conduite à partir des données recueillies en Centres Experts, établit que la dépression résistante accroît le risque de SM, tandis que le SM diminue l'efficacité des antidépresseurs. Cela vient rappeler la nécessité absolue d'une prise en charge globale de la dépression, incluant les dimensions psychiatriques, somatiques et cognitives.* »

La dépression, ça se soigne : innovations thérapeutiques et e-santé entrent en scène

La Fondation FondaMental a également fortement investi le champ de la e-santé pour améliorer la prise en charge de la dépression à travers deux outils majeurs : 1°) la **e-TCC** et 2°) une **application pour smartphone d'évaluation, d'intervention et de prédiction en temps réel du risque suicidaire** ([®]emma).

1) La e-TCC : les Centres Experts FondaMental impliqués dans deux projets européens

Complémentaire de la pharmacothérapie et de mesures d'hygiène de vie, la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) propose d'agir sur les émotions, la cognition (pensées, croyances, interprétations) et les comportements afin d'enrayer la spirale de la dépression. Afin d'améliorer l'accès des patients à cette stratégie thérapeutique efficace mais peu disponible, des outils d'e-santé se sont développés proposant de la TCC par internet ou sur smartphone. **Les Centres Experts FondaMental dépression résistante participent à deux projets européens pour étudier l'efficacité de la e-TCC et promouvoir son déploiement : E-COMPARED (2014-2017) et ImpleMentAll (2017-2021).**

Conduit dans **9 pays européens (dont la France)**, **E-COMPARED** a cherché à évaluer si un traitement mixte de la dépression, combinant à la fois la TCC par le biais des technologies Internet et mobile et des interventions en face à face, était au moins aussi efficace que la TCC proposée habituellement en face-à-face. Des **résultats préliminaires** attestent de l'efficacité de la stratégie combinée e-TCC associée à des interventions en face-à-face : **à 3, 6 et 12 mois, on observe une réduction des symptômes dépressifs.**



Pour le Pr Pierre-Michel Llorca, CHU Clermont-Ferrand et directeur des soins au sein de FondaMental, « *Ces résultats sont encourageants et montrent que la place des outils digitaux dans le traitement de la dépression devrait être plus importante et plus intégrée. Des analyses complémentaires sont maintenant nécessaires pour caractériser le profil des patients auprès desquels cette option est la plus adaptée.* »

C'est également l'objet du **projet ImpleMentAll**, qui vient de démarrer dans 8 pays européens, mais aussi au Kosovo, en Albanie et en Australie. Son ambition est de favoriser l'implémentation de la e-TCC en soins courants.

⁴ Ensemble d'anomalies (hypertension, obésité, cholestérol...) qui accroissent le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète et d'accident vasculaire cérébral

2) Une Chaire de prévention du suicide pour prévenir le passage à l'acte

Chaque année, environ **70% des suicides sont attribuables à la dépression**. Comprendre et prévenir le passage à l'acte suicidaire sont des enjeux majeurs de la prise en charge. Pour y répondre, la Fondation FondaMental a créé une **Chaire de prévention du suicide**, avec le soutien de la SNCF et de mécènes privés.



Le Pr Philippe Courtet, Université de Montpellier et titulaire de cette chaire de recherche, « *de nombreux facteurs de risque de suicide ont été identifiés, mais les méthodes cliniques traditionnelles ne permettent pas de prédire avec précision les comportements suicidaires.* »

Pour relever ce défi, **une application d'évaluation, d'intervention et de prévision du risque de suicide** (*emma*) chez les patients à haut risque a été développée. Celle-ci est actuellement testée pour une **durée de 6 mois chez 100 patients à risque élevé de suicide** (souffrant principalement de dépression majeure). Les participants bénéficient d'une évaluation clinique à 1, 3 et 6 mois après l'inclusion. Par ailleurs, l'application *emma* leur propose de remplir des évaluations de façon quotidienne, hebdomadaire, mensuelle mais aussi spontanée. Selon les réponses, *emma* peut proposer des modules personnalisés d'intervention (gestion des émotions, contact d'un proche ou d'un numéro d'urgence...).

Parmi les 71 patients déjà recrutés dans cette première étude, les données des 14 premiers patients ayant terminé l'étude ont été analysées de façon préliminaire. Ces 1ers résultats rendent compte de **taux de complétude des évaluations très hétérogènes** mais indiquent **une bonne acceptabilité de l'application par les participants ainsi qu'un impact sur la gestion du risque de suicide** (tous les participants ont utilisé au moins une fois les modules d'intervention).

Pour le Pr Philippe Courtet, « *ces premiers résultats suggèrent que les patients ont besoin d'une application hautement évolutive, interactive et personnalisable. Une fois terminée cette première étude, nous analyserons les profils d'utilisation de emma en fonction des caractéristiques cliniques des patients (diagnostic, survenue de tentative de suicide notamment) et tenterons de créer un algorithme prédictif de la survenue d'évènements suicidaires. Nous testerons l'efficacité de ce dernier sur une cohorte plus importante de 500 patients à haut risque de suicide.* »

Dépression, les signaux d'alerte

On parle de dépression lorsque la personne réunit **au moins cinq symptômes pendant une période d'au minimum deux semaines** : douleur morale (tristesse inhabituelle) et/ou perte de plaisir et incapacité d'accomplir les actions de la vie quotidienne (se lever, aller travailler, se faire à manger), fatigue, perte d'énergie, baisse d'appétit, troubles du sommeil, difficultés d'attention et de concentration, irritabilité, pensées suicidaires, diminution importante de l'estime de soi, ralentissement psychomoteur ou encore présence de douleurs physiques qui semblent inexplicables.

La Fondation FondaMental est habilitée à recevoir des dons et des legs.

www.fondation-fondamental.org

Nous suivre sur :



@Fondation FondaMental @FondaMental_Psy