

TABLEAU SYNTHÈSE - Avis INSPQ (2008)
LES INTERVENTIONS EFFICACES EN PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE ET EN PRÉVENTION DES TROUBLES MENTAUX

PERTINENCE : (Facteurs génériques, cumul de facteurs)					
SANTÉ MENTALE =	Estime de soi (A)	+ Ressources personnelles (B)	+ Soutien social (C)	+ Environnements favorables (D)	+ Inclusion sociale (E)
	Stress (F)	+ Facteurs biologiques négatifs (G)	+ Inégalités socioéconomiques (H)	+ Environnements défavorables (I)	+ Exclusion sociale (J)

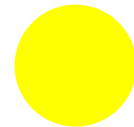
STRATÉGIES =	Politiques publiques (1)	Milieus favorables (2)	Actions Communautaires (3)	Aptitudes individuelles (4)	Services de santé (5)
--------------	--------------------------	------------------------	----------------------------	-----------------------------	-----------------------

EFFICACITÉ			
ÉCHELLE DE PREUVE		ÉCHELLE D'OPINION SUR LES PREUVES	
1	Revue systématique / Méta-analyse		Efficacité
2	Au moins une étude / Devis randomisé		Contradictoire dans l'efficacité
3	Au moins une étude / Sans devis randomisé		Manque de preuves
4	Au moins une étude d'observation de qualité		Inefficacité
5	Opinions d'experts		

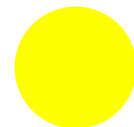
LÉGENDE DES PICTOGRAMMES	
	À implanter
	Besoin de recherche

POUR LES JEUNES ÂGÉS DE 6 À 17 ANS		
<ul style="list-style-type: none"> Interventions auprès des jeunes à risque de dépression et d'anxiété <p>Stratégies : 4 5</p>	<p>En identifiant les signes avant-coureurs de dépression chez les jeunes ➔ permettrait de leur offrir une intervention cognitive comportementale</p> <p>Pertinence : A-B-F-J</p> <ul style="list-style-type: none"> + facteurs de risque : distorsions cognitives, psychopathologie parentale, faible estime de soi Affecte performance académique, dysfonctionnement social, toxicomanie, suicide 	<p>Efficacité : 1 </p> <ul style="list-style-type: none"> Preuves limitées, mais prometteuses Approche cognitive comportementale permet de réduire les symptômes dépressifs et la prévalence de la dépression
<ul style="list-style-type: none"> Interventions pour les jeunes endeuillés <p>Stratégies : 4 5</p>	<p>En permettant aux jeunes endeuillés de s'exprimer sur leurs difficultés et à développer des stratégies de gestion des émotions ➔ viserait à réduire le risque de développer un trouble mental</p> <p>Pertinence : A-B-C-F</p> <ul style="list-style-type: none"> Qualité de la relation avec le parent survivant Cumul des stressors période de deuil Santé mentale du parent survivant Estime de soi de l'enfant 	<p>Efficacité : 3 </p> <ul style="list-style-type: none"> Preuves limitées / peu d'évaluation Effets + relation parent-enfant, gestion du stress et des émotions Approche de groupe et éducative / sociale
<ul style="list-style-type: none"> Interventions pour les jeunes de parents séparés <p>Stratégies : 4 5</p>	<p>En permettant aux jeunes d'exprimer leurs difficultés, de développer des stratégies de gestion des émotions et de résolution de problèmes ➔ viserait à réduire le risque de développer un trouble mental</p> <p>Pertinence : A-B-C-F</p> <ul style="list-style-type: none"> Enfants : demande un effort important d'adaptation Parents : affecte disponibilité affective 	<p>Efficacité : 2 </p> <ul style="list-style-type: none"> + Effet : court et long terme <ul style="list-style-type: none"> ↓ symptômes dépressifs / problèmes de comportement ↑ adaptation

RECOMMANDATION RECHERCHE : MESURE À ADAPTER ET À EXPÉRIMENTER



RECOMMANDATION RECHERCHE



RECOMMANDATION RECHERCHE : MESURE À ADAPTER ET À EXPÉRIMENTER

