

# Traitement de la dépression : psychothérapie ou antidépresseurs ? Etudes

[Psychomédia](#)

Publié le 13 mai 2021



Une étude, publiée en mai 2021 dans la revue *Annals of Family Medicine*, a examiné les effets des deux principales approches du traitement de la [dépression](#) : la psychothérapie et la pharmacothérapie, ainsi que le traitement combiné et les soins habituels dans le cadre des soins médicaux primaires.

Pim Cuijpers du département de psychologie de l'Université Vrije (Amsterdam) et ses collègues ont réalisé une méta-analyse (combinaison des résultats) de 58 essais contrôlés randomisés menés avec un total de 9 301 patients.

La psychothérapie et la pharmacothérapie se sont révélées significativement plus efficaces que les soins habituels ou la liste d'attente.

Aucune différence significative n'a été constatée entre la psychothérapie et la pharmacothérapie en tant que traitements uniques.

Le traitement combiné, en particulier dans les études qui utilisaient sur une [thérapie cognitivo-comportementale](#), était plus efficace que la pharmacothérapie ou la psychothérapie seule.

Le traitement de la dépression dans le cadre des soins primaires devrait être organisé de manière à pouvoir accueillir n'importe lequel de ces traitements en fonction des préférences et des valeurs des patients, estiment les chercheurs.

- [6 psychothérapies pour le traitement de la dépression reconnues par l'American Psychological Association](#)
- [Psychothérapie pour le traitement de la dépression : actualités](#)
- [Arrêt et sevrage des antidépresseurs : la diminution doit souvent être beaucoup plus graduelle que les recommandations](#)
- [Huit antidépresseurs à éviter selon Prescrire \(2021\)](#)
- [TEST : Quelle est la sévérité de votre dépression ?](#)

Pour plus d'informations sur la dépression, la psychothérapie et les antidépresseurs, voyez les liens plus bas.

[Psychomédia](#) avec sources : [American Academy of Family Physicians](#), [Annals of Family Medicine](#).