

Détecter et accompagner les ados dépressif·ve·s

Chez les jeunes, la maladie ne présente pas tout à fait les mêmes symptômes que chez les adultes, mais engendre des risques similaires pour la santé. Explications.



© Anemone123 / Pixabay

Les adolescent·es en dépression ne présentent pas forcément les mêmes symptômes ni adoptent les mêmes comportements que leurs aîné·es. Dans un article publié en juin sur le blog de l'Hôpital du Valais, la Dre Géraldine Petraglia, médecin adjointe au Service de psychiatrie-psychothérapie de l'enfant et de l'adolescent détaille ces différences afin de permettre aux parents et professionnel·les accompagnant des jeunes de les repérer.

Bien que la tristesse et la perte d'intérêt pour les activités habituelles se révèlent communes à toute personne touchée par cette maladie, les jeunes développent également d'autres troubles. « (...) on peut remarquer davantage d'irritabilité, voire d'agressivité, ainsi que des comportements à risque. Ils-elles peuvent continuer à entretenir une vie sociale active et parfois même afficher des moments d'euphorie. L'humeur peut être très labile, changeant fréquemment au cours de la journée », explique la spécialiste.

Les changements d'attitudes et d'habitudes ne doivent pas être pris à la légère, car selon une récente étude d'Unisanté^[1], près de 37% des jeunes de 14 à 19 ans présentent des signes modérés ou sévères de troubles anxieux ou de dépression. Sans prise en charge adéquate, ces troubles peuvent conduire à des idées suicidaires, voire un passage à l'acte.

« Tout changement significatif, notamment un retrait social, un désinvestissement scolaire, des perturbations du sommeil ou de l'appétit, devrait susciter des préoccupations et nécessiter une discussion ou une consultation avec un·e professionnel·le de santé », précise la Dre Petraglia.

Communiquer avec les adolescent·es, faire preuve de bienveillance, proposer des activités qui procurent du plaisir sont autant d'attitudes qui aident à améliorer la situation. Un suivi psychothérapeutique peut aussi être nécessaire, tout comme le recours à une médication adéquate. Les enjeux pour l'avenir sont en effet importants. Si la Dre Petraglia considère que « la dépression chez les adolescents est traitable, (...) il est important de reconnaître que certaines personnes peuvent présenter un risque accru de développer d'autres épisodes dépressifs à l'avenir. Un suivi régulier avec des professionnel·les de santé et l'apprentissage de stratégies pour prendre soin de soi peuvent aider à réduire ce risque et à favoriser le bien-être à long terme. »

(Hôpital du Valais/YT)

[Lire l'article](#) sur le blog de l'Hôpital du Valais

^[1] <https://www.unicef.ch/fr/lunicef/actuel/evenements/2021-11-23/lancement-etude-sante-mental>