

DÉPRESSION

Ce qu'on en sait

- ▶ Traiter une dépression prend du temps
- ▶ Pour sortir d'une dépression un soutien est nécessaire dans la plupart des cas
- ▶ Le burn-out peut entraîner une dépression
- ▶ La dépression présente des aspects biologiques et psychologiques qui sont indissociables
- ▶ Seule 1 personne sur 2 en dépression bénéficie d'un traitement
- ▶ Une grande partie des personnes qui se suicident souffre de dépression
- ▶ La fatigue et l'insomnie sont des symptômes habituels de la dépression
- ▶ Après une dépression, on peut retrouver une bonne qualité de vie

Vrai

Vrai

Vrai

Vrai

Vrai

Vrai

Vrai

Vrai

Préjugés, fausses idées

- ▶ Sortir de la dépression, c'est une question de volonté
- ▶ La dépression, ce n'est pas grave
- ▶ La dépression est un signe de faiblesse de caractère
- ▶ La dépression est une maladie typiquement féminine
- ▶ Les antidépresseurs provoquent une dépendance
- ▶ On entend dire: «Dépressif un jour, dépressif toujours!»
- ▶ La dépression se manifeste toujours par des pleurs
- ▶ Souvent, on pense que seuls les adultes peuvent devenir dépressifs

Faux

Faux

Faux

Faux

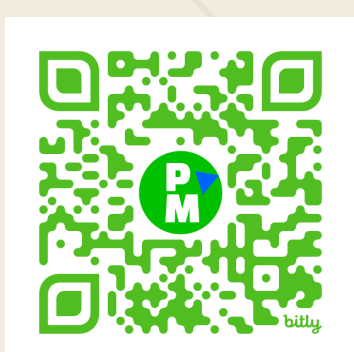
Faux

Faux

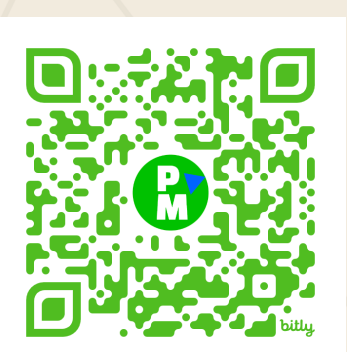
Faux

Faux

Plus de **20%** de la population générale connaissent au moins un épisode dépressif au cours de leur vie. La dépression a **fortement augmenté** dans le monde durant ces **10 dernières années**. Elle peut toucher n'importe qui et survenir à tout âge.



iOS



Android

Téléchargez l'application
PsyQuiz

**POSITIVE
MINDERS®**

Regardons les troubles psy
autrement