



## LES INDICATEURS DE DÉPRESSION CHEZ LES HOMMES

### SAVIEZ-VOUS QUE?

Saviez-vous que le surinvestissement dans le travail ou dans les activités sportives peut représenter un indicateur de dépression chez les hommes?

En effet, la dépression est souvent associée à une perte d'intérêt pour les activités professionnelles ou de loisirs. Or, le contraire est également possible, ce qui est parfois méconnu des médecins et des professionnels de la santé. Cette manifestation est notamment une caractéristique observée chez la gent masculine, chez qui la dépression peut parfois se présenter de manière atypique.

« En général, les hommes ne présentent pas les signes et les symptômes caractéristiques de la dépression », affirme le Dr John Ogrodniczuk, professeur de psychiatrie de l'Université de la Colombie-Britannique. Les méthodes diagnostiques ont tendance à évaluer des symptômes de dépression qui sont plus courants chez les femmes (comme la tristesse et les pleurs) et à ignorer ceux qui se manifestent plus souvent chez les hommes (comme la colère et l'irritabilité). Fait étonnant, même lorsque des hommes et des femmes présentent des symptômes identiques, les médecins sont moins susceptibles de poser un diagnostic de dépression chez les hommes » (Institut de recherche en santé, 2014).

Il importe donc d'être à l'affût de toutes manifestations qui impliquent un changement de comportement important pour l'individu, y compris un investissement marqué au sein des différentes sphères de sa vie.

### EXEMPLES DE CRITÈRES ATYPIQUES AUXQUELS PORTER ATTENTION



- Irritabilité, colère ou agressivité;
- Surinvestissement dans le travail;
- Prise de risques;
- Consommation;
- Symptômes physiques;
- Surinvestissement dans les loisirs.

Deslauriers, J.-M., Tremblay, G., Dufault, S. G., Blanchette, D., & Desgagniers, J.-Y. (Eds.). (2022). Regards sur les hommes et les masculinités.: Comprendre et intervenir (2nd ed.). Les Presses de l'Université Laval. <https://doi.org/10.2307/j.ctv2j6xfkn>  
Ogrodniczuk JS, Oliffe JL. Les hommes et la dépression. Can Fam Physician. 2011 Feb;57(2):e39-41

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
du Bas-Saint-Laurent**

**Québec**