



GETTY IMAGES

## La dépression n'est pas un déséquilibre chimique

Quelle est la véritable cause de la dépression ?

- Abraham Blondeau
- [24/11/2022](#)

Le 29 décembre 1987 a marqué un tournant pour la santé mentale. À cette date, la *Food and Drug Administration* (FDA ; Agence fédérale américaine des produits alimentaires et médicamenteux) a approuvé le *Prozac*, le premier inhibiteur sélectif de la recapture de la sérotonine ( ISRS) pour traiter la dépression. Depuis lors, des milliards de pilules ont été prescrites à des personnes dans le monde entier. La dépression était considérée comme un déséquilibre chimique qui pouvait être résolu simplement en prenant des pilules.

La dépression représente 99 pour cent de toutes les maladies mentales. Trois cents millions de personnes dans le monde souffrent de dépression chaque année. Un adulte américain sur 10 et 2,5 millions de jeunes sont déprimés. C'est la principale cause de suicide, qui fait 41 000 morts par an—soit un suicide toutes les 12 minutes. Chaque année, les taux de dépression augmentent, surtout depuis la pandémie de la COVID.

Les inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine sont le troisième médicament le plus prescrit aux États-Unis. Les *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC ; Centres pour le contrôle et la prévention des maladies) ont indiqué qu'entre 2005 et 2008, 11 pour cent des Américains de plus de 12 ans prenaient des antidépresseurs. De 1988 à 2008, la consommation d'antidépresseurs a augmenté de 400 pour cent. Les sociétés pharmaceutiques ont gagné des milliards grâce à ces médicaments, et prévoient de gagner près de 16 milliards de dollars en 2023.

PT\_FR

Mais une nouvelle étude publiée dans *Molecular Psychiatry* [Psychiatrie moléculaire] a analysé 17 études antérieures et découvert que la dépression n'est pas causée par un déséquilibre chimique dans le cerveau. Cela démolit complètement la pratique médicale acceptée des 30 dernières années et le principe fondamental des ISRS.

Alors, quelle est la véritable cause de la dépression, et comment la traiter ? Les réponses à ces questions requièrent la dimension spirituelle manquante révélée dans la Bible.

## Qu'est-ce que la dépression ?

L'hypothèse acceptée de la dépression est qu'elle est directement liée aux niveaux de sérotonine dans le cerveau. Si le cerveau d'une personne ne retient pas la sérotonine, elle présentera des symptômes de dépression : des sentiments persistants de tristesse et de perte d'intérêt, avec la possibilité de problèmes émotionnels plus graves.

La nouvelle méta-analyse met à mal cette hypothèse établie. *Heathline* a écrit : « Joanna Moncrieff, M.D., professeur de psychiatrie à l'Université Collège de Londres, et ses collègues, ont constaté qu'il n'y a pas de 'preuve cohérente' que la sérotonine est impliquée dans la dépression [...] Anthony King, docteur en neurosciences, psychologue et psychothérapeute agréé à la faculté de médecine de l'université d'État de l'Ohio, qui n'a pas participé à la nouvelle étude, convient que le rôle de la sérotonine dans la dépression a été exagéré. 'L'idée que la dépression est un déséquilibre

chimique caractérisé par un déficit ou un niveau plus faible de sérotonine dans les synapses n'est tout simplement pas correcte', a-t-il déclaré. 'Elle ne l'a jamais été, et elle ne l'est pas maintenant' ».

Ce rapport suggère que les scientifiques ne comprennent pas comment la dépression affecte le cerveau, ni même comment les médicaments antidépresseurs affectent le cerveau. « De nombreuses personnes prennent des antidépresseurs parce qu'elles ont été amenées à croire que leur dépression a une cause biochimique », dit Moncrieff, « mais cette nouvelle recherche suggère que cette croyance n'est pas fondée sur des preuves ». Si la dépression n'est pas liée aux niveaux de sérotonine, alors comment les ISRS sont-ils devenus le traitement prédominant de la dépression ?

## Traiter la dépression

Dans notre ère moderne, l'influence de Sigmund Freud a dominé la convention sur la dépression. « L'attention portée au cerveau s'est estompée au 19<sup>e</sup> siècle, lorsque la phrénologie a été supplantée par les psychanalystes freudiens, qui soutenaient que l'inconscient (plutôt que le cerveau) était la cause prédominante des maladies mentales », a écrit Olivia Goldhill au *Quartz*. La psychanalyse repose sur l'idée que l'inconscient guide constamment la construction émotionnelle d'un individu. Allan Horwitz a écrit dans une étude que « la dépression, considérée comme une maladie rare dans la période qui a suivi la Seconde Guerre mondiale—est devenue le centre des préoccupations en matière de santé mentale. L'un des phénomènes les plus déroutants de l'histoire récente du diagnostic psychiatrique est de savoir pourquoi la dépression a remplacé l'anxiété en tant que problème de santé mentale associé à la tradition du stress qui est le plus couramment traité et étudié. »

La dépression est devenue la principale maladie mentale dans les années 1960, à peu près au même moment où les médicaments sont venus à être considérés comme un traitement de la dépression. C'est à cette époque que des services nationaux de soins de santé ont été mis en place dans le monde occidental et que les premiers plans de *Medicaid* [assurance maladie] ont été introduits aux États-Unis. Cette combinaison a donné un coup de fouet à l'industrie pharmaceutique américaine.

Les antidépresseurs ont été introduits dans les années 1950. Le corps médical a utilisé toute une gamme d'antidépresseurs, au fur et à mesure que les effets secondaires se développaient. Les *Quaaludes* [méthaqualone], par exemple, ont été introduits dans les années 1970 et étaient également utilisés à des fins récréatives. Cependant, leur utilisation répandue a provoqué des surdoses et des accidents de route. Finalement, la FDA les a rendus illégaux. Le *Valium*, une benzodiazépine, a commencé à être prescrit pour traiter l'anxiété. En 1978, plus de 2,3 milliards de pilules ont été vendues aux États-Unis. Il a été mis de côté en raison de sa nature hautement addictive. Puis les ISRS sont apparus.

L'introduction des ISRS a coïncidé avec un changement dans les lois sur la publicité. À partir de 1985, les compagnies pharmaceutiques pouvaient commencer à faire du marketing direct auprès des consommateurs. Les publicités pour tous les types de médicaments, y compris les antidépresseurs, inondent les écrans de télévision. Désormais, les gens pouvaient rechercher un médicament en fonction de sa publicité, et non de ses performances. Cela a contribué à stimuler les ventes des ISRS.

<https://www.youtube.com/watch?v=twhtzd6gXAD> Des millions de personnes ont pris des ISRS, certaines avec un succès modéré. D'autres ont connu les effets secondaires néfastes des ISRS. La FDA a été contrainte d'apposer sur ces médicaments des avertissements de type « boîte noire » concernant le risque de pensées suicidaires chez les jeunes. L'utilisation à long terme d'antidépresseurs peut en fait réduire de façon permanente la quantité de sérotonine dans le cerveau. Les ISRS ont-ils résolu le problème de la dépression ? *Quartz* a écrit que « 30 ans après la sortie du *Prozac*, les taux de dépression sont plus élevés que jamais ».

## La dimension manquante de la dépression

En 1978, M. Armstrong a écrit [Ce que la science ignore à propos de l'esprit humain](#) qui aurait dû révolutionner la façon dont le monde considère la santé mentale, mais au lieu de cela, il a été ignoré ou rejeté. M. Armstrong a expliqué que Dieu donne à tous les humains un esprit humain qui confère au cerveau le pouvoir de l'intellect (Job 32 : 8). Cet élément spirituel est ce qui nous permet de raisonner, de penser, de créer, d'éprouver des émotions et de prendre des décisions. Les scientifiques ne comprendront jamais la santé mentale s'ils ne partent pas de cette prémisse révélée dans la Bible.

Cependant, l'esprit humain possède également une nature charnelle qui est intrinsèquement hostile à Dieu (Romains 8 : 7). Nous ne naissons pas avec cette nature, mais nous l'acquérons parce qu'elle est injectée dans notre esprit par Satan le diable, qui s'est rebellé contre Dieu (veuillez lire notre livre [Le mystère des siècles](#) pour en savoir plus). Satan diffuse dans notre esprit des attitudes et des émotions de négativité, de rébellion, de colère et de haine, tout comme une radio reçoit des sons dans l'air (Jean 8 : 44 ; Éphésiens 2 : 2). Cette nature charnelle et cette diffusion satanique nous poussent constamment vers la désobéissance, le ressentiment et la rébellion contre Dieu.

La Bible enseigne que la violation de la loi de Dieu est la source de tout malheur, de toute haine, de tout ressentiment, de toute jalousie et de toute colère (Galates 5 : 19-21 ; 6 : 7-8). Satan diffuse constamment une attitude de rébellion, et lorsque nous péchons, nous en récoltons les conséquences. La dépression est le résultat direct de ces deux facteurs spirituels : 1) les émissions négatives de Satan et 2) les conséquences de la violation des lois de Dieu.

C'est pourquoi la dépression a augmenté avec la nouvelle moralité, qui est une rébellion directe contre les lois de Dieu. En s'adonnant au péché, les gens sont devenus malheureux et déprimés. Le péché peut affecter d'autres personnes que le contrevenant, comme de nombreux jeunes qui souffrent de négligence, d'abus et de traumatismes. La profession médicale a cherché à contrer cette conséquence spirituelle, mais sans s'attaquer à la cause spirituelle. La dépression est un problème spirituel. Au fur et à mesure que la société devient plus rebelle et ancrée dans le péché, la dépression ne fera qu'augmenter. Des millions de personnes se sont tournées vers les médicaments comme solution pour leur santé mentale, alors que la véritable solution est révélée dans la vérité de Dieu.

Les conditions physiques et les médicaments peuvent certainement affecter notre état mental. Mais toute tentative de traiter la dépression sans tenir compte de cette dimension spirituelle ne peut durer.

La Bible dévoile la clé pour vaincre la dépression et vivre une vie heureuse et abondante. L'obéissance à la loi de Dieu garantit le bonheur. « [B]ienheureux celui qui garde la loi ! » (Proverbes 29 : 18, version Darby). Il s'agit d'une solution spirituelle qui est liée au plan magistral de Dieu pour vous. Si vous êtes aux prises avec des problèmes de santé mentale, ou si vous voulez connaître cette solution inspirante, veuillez lire [Ce que la science ignore à propos de l'esprit humain](#) et [Le mystère des siècles](#).

---

## LE MYSTERE DES SIECLES

Vous êtes-vous jamais demandé: «Qui suis-je? Que suis-je? Pourquoi suis-je?» Vous êtes un mystère. Le monde autour de vous est un mystère. Il vous est, maintenant, possible de comprendre!