

## Examen de la programmation neurolinguistique dans le traitement des adultes souffrant du syndrome de stress posttraumatique, du trouble d'anxiété généralisée ou de dépression

### Contexte

Le syndrome de stress posttraumatique (SSPT), le trouble d'anxiété généralisé (TAG) et le trouble dépressif majeur sont des maladies débilitantes fréquentes dont le taux de prévalence à vie au Canada est respectivement d'environ 12 %, 2,6 % et 8 %. En plus des pharmacothérapies, d'aucuns suggèrent des solutions de traitement non médicamenteux comme la psychothérapie, la thérapie électroconvulsive, la stimulation magnétique transcrânienne, la stimulation du nerf vague, la stimulation profonde du cerveau et la programmation neurolinguistique (PNL).

### Technologie

La PNL est une technique thérapeutique utilisée dans la détection et la reprogrammation des modèles inconscients de pensée et de comportement afin de modifier les réponses psychologiques chez les patients. Cette technique se fonde sur le principe qu'il y a un lien entre le processus neurologique (neuro), la langue (linguistique) et les modèles comportementaux acquis par l'expérience (programmation). La PNL demande normalement d'établir un rapport médecin-patient, de cueillir de l'information, de définir conjointement un résultat escompté en matière de santé et d'utiliser certaines techniques et certains outils afin de changer le mode de pensée du patient et son comportement.

### Sujet

L'examen des données cliniques sur l'efficacité de la PNL dans le traitement du SSPT, du TAG et de la dépression, combiné à l'étude des lignes directrices fondées sur des preuves, éclairera les choix de traitement des patients souffrant de ces maladies.

### Méthodes

On a procédé à une recherche documentaire limitée à partir des ressources clés et examiné les titres et résumés des publications repérées. On a ensuite évalué le texte intégral des publications en vue de procéder au choix final des articles selon des critères de sélection déterminés au préalable (population, intervention, comparateur, résultats et plan des études).

### Messages clés

- Aucune donnée clinique n'a été relevée concernant l'utilisation de la PNL dans le traitement des adultes souffrant du SSPT, du TAG ou de la dépression.
- Une ligne directrice donnant des indications de traitement de la dépression rapporte qu'il n'y a aucune preuve avançant que la PNL est un traitement efficace pour cette maladie.
- Aucune ligne directrice n'a été relevée concernant l'utilisation de la PNL dans le traitement des adultes souffrant du SSPT ou du TAG.

### Résultat

La recherche documentaire a permis de relever 399 références, auxquelles se sont ajoutés 2 articles provenant d'autres sources. Après examen des résumés, 1 ligne directrice fondée sur des données probantes répondait aux critères de sélection de l'examen.

*AVERTISSEMENT : L'information contenue dans ce Rapport en bref vise à aider les décideurs des soins de la santé, les patients, les professionnels de la santé, les dirigeants des systèmes de santé et les décideurs politiques à prendre des décisions éclairées et ainsi améliorer la qualité des services de santé. L'information contenue dans ce Rapport en bref ne doit pas être utilisée comme substitut à l'application d'un jugement clinique en ce qui concerne les soins d'un patient ou autre jugement professionnel dans tout processus décisionnel ni n'est elle destinée à remplacer un avis médical professionnel. Bien que l'ACMTS ait tout mis en œuvre pour veiller à l'exactitude, à l'exhaustivité et à l'actualité du présent rapport, elle décline toute responsabilité à cet égard, comme elle ne saurait être tenue responsable des erreurs, omissions, blessures, pertes ou dommages découlant de l'usage (ou du mauvais usage) de l'information contenue ou implicite dans le présent Rapport en bref.*

*L'ACMTS assume l'entière responsabilité de la forme finale et du contenu de ce Rapport en bref. Les déclarations, conclusions et opinions qui y sont exprimées ne reflètent pas nécessairement le point de vue de Santé Canada ou des gouvernements provinciaux et territoriaux. La production de ce Rapport en bref a été rendue possible grâce à une contribution financière de Santé Canada.*