

COMMUNIQUÉ

La psychothérapie est une intervention efficace et rentable

Une revue de la littérature scientifique conduite par Unisanté démontre que la psychothérapie constitue une intervention à la fois efficace et économiquement rentable. L'analyse de 138 études internationales montre que chaque franc investi dans la psychothérapie génère entre 1,5 et 4,05 francs en retour.

En Suisse, une part importante de la population est touchée par des problèmes de santé mentale susceptibles d'affecter le bien-être, lorsqu'ils ne sont pas pris en charge. Comme de nombreuses personnes ne recourent pas aux soins disponibles, un meilleur accès à la psychothérapie apparaît nécessaire. Afin d'évaluer le rapport entre les coûts et les bénéfices, Unisanté a passé en revue la littérature scientifique internationale.

L'analyse médico-économique de 138 études, sur plus de 6 000 parcourues, montre qu'une large majorité (78 %) conclut à un rapport coût-efficacité favorable de la psychothérapie par rapport au traitement usuel auprès d'un médecin de premier recours, avec des médicaments, ou à l'absence de traitement. Les résultats sont encore plus marqués (89 %) pour les troubles anxieux et dépressifs. À l'inverse, les études portant sur les troubles du comportement et de la personnalité montrent un rapport plus faible (47 %). Ces observations sont corroborées par une méta-analyse incluant les études sur les coûts directs et indirects liés à la maladie.

Retour sur investissement

De manière globale, l'analyse révèle que chaque franc investi dans la psychothérapie rapporte entre 1,5 et 4,05 francs sur une année, et potentiellement bien plus sur une période plus longue. Ce retour sur investissement correspond aux économies réalisées grâce aux coûts de traitements et d'hospitalisations évités, à la diminution des arrêts maladie et aux gains de productivité, en comparaison à une consultation annuelle de contrôle chez un médecin généraliste, à l'absence de soins ou à un traitement pharmacologique. Le rapport coût-efficacité est jugé favorable pour toutes les tranches d'âge.

À noter que l'organisation du système de santé d'un pays influence fortement la gestion des prestataires, les prestations de soins et les coûts. La grande majorité des études ayant été réalisées à l'étranger, principalement au Royaume-Uni, avec une seule en Suisse, cela souligne le besoin d'études supplémentaires menées dans un contexte suisse.

Publication avec illustrations :

[Raisons de santé - les essentiels](#) « Le rapport coût-efficacité de la psychothérapie »

Contacts pour les médias :

- Prof. Mauricio Avendano, co-responsable du Secteur économie et politiques de santé, Unisanté, mauricio.avendano-pabon@unisante.ch, 021 314 09 91
- Jacques Spycher, chargé de recherche, Secteur économie et politiques de santé, Unisanté, jacques.spycher@unisante.ch, secrétariat : 021 314 72 80
- Jérôme Genet, responsable des relations médias, Unisanté, jerome.genet@unisante.ch, 079 556 90 03

À propos d'Unisanté, Centre universitaire de médecine générale et santé publique

Unisanté est un centre universitaire de médecine générale et santé publique qui couvre l'ensemble de la chaîne de soins : les soins de première ligne, les soins aux populations vulnérables, la médecine du travail, la promotion de la santé et la prévention, l'organisation du système de santé, ainsi que la recherche et l'enseignement universitaire. Son but est de maintenir et d'améliorer la santé de la population vaudoise.

Unisanté est le seul centre interdisciplinaire en Suisse réunissant sous un même toit un tel panel de compétences en santé publique et en soins ambulatoires. L'institution emploie un millier de personnes parmi lesquels une cinquantaine de membres facultaires. Unisanté publie plus de 400 articles dans des revues scientifiques et réalise environ 400'000 contacts avec des patientes et patients chaque année.

En savoir + : www.unisante.ch/apropos