



Mens sana in corpore sano



JUVÉNAL, poète satirique, rappelait qu'il ne suffit pas d'avoir un corps en santé. Il faut aussi s'occuper de son esprit...

L'OMS définit la santé mentale comme « un état de bien-être dans lequel chaque personne réalise son potentiel, fait face aux difficultés normales de la vie, travaille avec succès de manière productive et peut apporter sa contribution à la communauté ».

Plus de 80 % des Canadiens sont touchés par un problème de santé mentale au cours de leur vie et 20 % en souffriront personnellement. Une telle maladie a une incidence grave sur la vie des personnes atteintes. Des préjugés tenaces représentent un obstacle à son diagnostic et à son traitement.

L'omnipraticien consacre en moyenne près du quart de ses consultations à des problèmes de santé mentale. Comment relever un tel défi ?

À l'aube du DSM-V, nous vous proposons des sujets qui vous permettront d'alléger votre tâche. Rédigés par une équipe de l'Institut universitaire en santé mentale Douglas, les articles vous aideront à conserver un esprit sain dans un corps sain, au cabinet comme à la maison !

Bonne lecture !

Huguette Bélanger

**Omnipraticienne
Direction de santé publique de la Montérégie**

Agrément. La Fédération des médecins omnipraticiens du Québec et ses activités de formation continue, dont *Le Médecin du Québec*, sont agréées par le Collège des médecins du Québec. Tous les articles de cette section sont révisés par le comité de rédaction scientifique.

Post-test. Chaque mois dans *Le Médecin du Québec*, à la fin de la section de formation médicale continue, vous trouverez un post-test composé d'au plus dix questions à réponse unique. Veuillez inscrire vos réponses sur le coupon au verso de la page de questions et le retourner à la FMOQ ou remplir le questionnaire en ligne. **Trois heures** de crédits de formation de catégorie 1 seront accordées aux médecins qui auront obtenu une note de passage d'au moins **60 %**. Aucun crédit ne sera accordé au-dessous de cette note. N'entourez qu'**une seule** réponse par question. Les réponses seront publiées trois mois plus tard à la fin de la section avec les références.