

Stress dans la ville

*Des chercheurs observent l'activité du cerveau et identifient
les processus biologiques associés aux troubles de l'humeur des citoyens*

Montréal, le 22 juin 2011 – Le fait de naître et de grandir dans une grande zone urbaine multiplie les risques de souffrir d'anxiété et de troubles de l'humeur au cours sa vie. Jusqu'à maintenant, le processus biologique en cause dans ces associations n'avait pas été décrit. Mais une nouvelle étude internationale, à laquelle a pris part le chercheur Jens Pruessner, de l'Institut universitaire en santé mentale Douglas, est la première à démontrer que la vie urbaine a une incidence sur deux régions distinctes du cerveau, qui régulent les émotions et le stress. Ces conclusions, publiées dans le numéro de *Nature*, pourraient mener à la création de stratégies visant à améliorer la qualité de vie des citoyens.

« D'après des études antérieures, le risque de troubles anxieux est de 21 % supérieur chez les citoyens, chez qui l'on observe également une augmentation de 39 % des troubles de l'humeur, explique le co-auteur de l'étude, Jens Pruessner, chercheur au Douglas. De plus, l'incidence de schizophrénie est presque doublée chez les personnes qui sont nées et ont grandi à la ville. Ces faits constituent une source de préoccupation; déterminer le processus biologique qui en est à l'origine est la première étape du processus qui permettra d'y remédier. »

Des structures cérébrales distinctes

M. Pruessner, et ses collègues du Central Institute of Mental Health à Mannheim, ont observé l'activité cérébrale de volontaires sains, provenant de zones urbaines et rurales. Dans une série d'expériences de résonance magnétique fonctionnelle, ils ont démontré que la vie urbaine est associée à une plus forte réaction de stress dans les amygdales du cervelet, zone cérébrale jouant un rôle dans la régulation des émotions et des humeurs. Par contraste, on a découvert que le fait de grandir en ville était associé à l'activité du cortex cingulaire, région régulant les affects négatifs et le stress.

« D'après ces observations, on voit que différentes régions cérébrales sont sensibles à l'expérience urbaine à diverses périodes de la vie, explique M. Pruessner. Les futures études devront clarifier le lien entre la psychopathologie et ces effets chez les personnes qui souffrent de troubles mentaux. Ces découvertes nous aident à comprendre les risques que l'environnement urbain fait courir quant aux troubles mentaux et à la santé en général. Elles nous font également entrevoir une nouvelle approche de l'interface entre les sciences sociales, la neuroscience et les politiques publiques en vue de relever le grand défi pour la santé que représente l'urbanisation. »

Partenaires dans la recherche :

Cette étude a été financée par le Septième programme-cadre de la Communauté européenne, la German Research Foundation, et le ministère fédéral de l'Éducation et de la recherche de l'Allemagne.

Renseignements:

Marie France Coutu, Communications et Affaires publiques

Institut universitaire en santé mentale Douglas

Tél.: 514 761-6131, poste 2769, Cell: 514 835-3236, marie-france.coutu@douglas.mcgill.ca

À propos du Douglas – www.douglas.qc.ca

Le Douglas est un institut de classe mondiale, affilié à l'Université McGill et à l'Organisation Mondiale de la Santé, qui soigne les personnes souffrant de maladies mentales et leur offre espoir et guérison. Ses équipes de spécialistes et chercheurs font constamment évoluer les connaissances scientifiques, les intègrent aux soins offerts à leurs

patients et les partagent avec la communauté pour la sensibiliser et éliminer les préjugés entourant la maladie mentale.