

Programme d'activités physiques adaptées (APA) en numérique versus présentiel pour l'endométriose : acceptation des programmes et effets pérennes contrastés ?

Tivizio. Pavic^{a,*}, Geneviève. Cabagno^b & Florence. Terrade^c

^a Université Rennes 2, LP3C, Rennes France

^b Université Rennes 2, VIPS², Rennes France

^c Université Toulouse Jean Jaurès, CERPPS, Toulouse France

* auteur correspondant : tivizio.pavic@univ-rennes2.fr
Nature de la communication souhaitée : communication orale

Mots clés : Endométriose, Numérique, Activité physique adaptée, Pérennisation, Qualité de vie

Argumentaire

Ces dernières années la littérature dédiée à l'endométriose s'est étoffée. En effet, de nombreuses études portant sur le modèle animal, sur l'humain ou encore des revues systématiques ont vu le jour. Celles-ci soulignent notamment les bénéfices et les bienfaits d'une pratique d'activités physiques sur les dimensions physiques, psychologiques et sociales de patientes atteintes d'endométriose. Toutefois la majorité de ces études indiquent que des travaux plus rigoureux sont encore nécessaires (Hansen et al., 2021; Tennfjord et al., 2021; Tourny et al., 2023), notamment en ce qui concerne la pérennisation de cette activité physique au-delà des périodes de prise en charge plus spécifiques.

Parallèlement à cela le numérique investit de plus en plus les champs de la santé (Stowell et al., 2018), de l'activité physique, mais aussi de l'endométriose, en rapportant de nombreux bénéfices à son utilisation. Toutefois, très peu d'études sur cette pathologie s'intéressent à l'acceptation des programmes proposés par le biais de ressources numériques, ce qui est pourtant essentiel pour pérenniser une activité physique et optimiser les bienfaits escomptés.

Cette étude poursuit donc un double objectif : (1) comparer les effets d'un accompagnement basé sur de l'activité physique de personnes atteintes d'endométriose, selon deux modalités (a) accessible via des ressources numériques ou (b) en présentiel, sur diverses variables psychologiques identifiées comme particulièrement pertinentes: la qualité de vie, la motivation à la pratique d'activité physique dans un cadre de santé, le sentiment d'efficacité personnelle, les attitudes envers l'activité physique... ; (2) évaluer l'acceptation de ces dispositifs à long terme, ainsi que l'intention des patientes de poursuivre l'activité physique de manière régulière et pérenne.

Méthodologie employée

Deux groupes de femmes atteintes d'endométriose vont suivre un programme constitué de douze séances d'APA, soit en présentiel soit via des ressources numériques. Quatre temps de recueil de données sont organisés tout au long des six mois de l'étude (début du programme, 15 jours après le début, à la fin du programme, et 3 mois post programme) pour mesurer les différentes variables psychologiques précédemment évoquées.

Résultats

La méthodologie proposée et les résultats préliminaires issus des deux premiers recueils de données seront présentés lors du colloque.

Références bibliographiques

Hansen, S., Sverrisdóttir, U. Á., & Rudnicki, M. (2021). Impact of exercise on pain perception in women with endometriosis : A systematic review. *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica*, 100(9), 1595- 1601. <https://doi.org/10.1111/aogs.14169>

Stowell, E., Lyson, M. C., Saksono, H., Wurth, R. C., Jimison, H., Pavel, M., & Parker, A. G. (2018). Designing and Evaluating mHealth Interventions for Vulnerable Populations : A Systematic Review. *Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1- 17. <https://doi.org/10.1145/3173574.3173589>

Tennfjord, M. K., Gabrielsen, R., & Tellum, T. (2021). Effect of physical activity and exercise on endometriosis-associated symptoms : A systematic review. *BMC Women's Health*, 21(1), 355. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01500-4>

Tourny, C., Zouita, A., El Kababi, S., Feuillet, L., Saeidi, A., Laher, I., Weiss, K., Knechtle, B., & Zouhal, H. (2023). Endometriosis and physical activity : A narrative review. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, ijgo.14898. <https://doi.org/10.1002/ijgo.14898>

Conflits d'intérêts :

Les auteurs déclarent ne pas avoir de conflits d'intérêts