



HAL
open science

Intérêt du yoga dans la rééducation des séquelles chroniques post-AVC : un essai randomisé contrôlé

Rita Lenoir Dit Caron, Aude Triquenot-Bagan, Stéphane Verdun, Claire Tourny,
Maxime Gilliaux, Jérémy Coquart

► **To cite this version:**

Rita Lenoir Dit Caron, Aude Triquenot-Bagan, Stéphane Verdun, Claire Tourny, Maxime Gilliaux, et al.. Intérêt du yoga dans la rééducation des séquelles chroniques post-AVC : un essai randomisé contrôlé. *Kinésithérapie, la Revue*, 2023, 23, <10.1016/j.kine.2022.12.111>. <hal-05578857>

HAL Id: hal-05578857

<https://hal.science/hal-05578857v1>

Submitted on 3 Apr 2026

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire HAL, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0 - Attribution - Non-commercial use - No Derivative Works - International License

A109 - ABSTRACT N° JFK23-397

Intérêt du yoga dans la rééducation des séquelles chroniques post-AVC : un essai randomisé contrôlé

Rita Lenoir Dit Caron^{*1,2}, Aude Triquenot-Bagan³, Stéphane Verdun⁴, Claire Tourny¹, Maxime Gilliaux^{1,2}, Jérémy Coquart⁵

¹Laboratoire Centre d'étude des transformations des activités physiques et sportives (CETAPS), UR 3832, Université de Rouen, Mont-Saint-Aignan, France

²Centre de recherche clinique des établissements La Musse, Saint-Sébastien-de-Morsent, France

³Unité neurovasculaire, CHU de Rouen, Rouen, France

⁴Lille Catholic hospitals, Biostatistics Department – Delegations for Clinical Research and Innovation, Lille Catholic University, Lille, France

⁵University Lille, University Artois, University Littoral Côte d'Opale, ULR 7369 – Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport Santé Société (URePSSS), Lille, France

*Auteur correspondant.

Adresse e-mail : rita.lenoir@hotmail.fr

Introduction Les séquelles d'un accident vasculaire cérébral (AVC) peuvent être d'ordre physique, cognitive mais aussi psychologique. Il est recommandé de varier les approches rééducatives, et parmi les méthodes émergentes : le yoga. L'aspect postural du yoga permet d'améliorer la motricité, la force musculaire, ainsi que la proprioception [1,2]. Combiné à un travail respiratoire et méditatif, il permettrait de diminuer certains troubles psychologiques [3,4]. Cependant, les études sur l'intérêt du yoga dans la rééducation de l'AVC sont actuellement trop peu nombreuses [5]. L'objectif principal de ce travail était de tester la non-infériorité du yoga en comparaison d'une rééducation classique pour améliorer l'équilibre fonctionnel. L'objectif secondaire était de tester sa supériorité pour améliorer l'état psychologique des patients.

Matériel et méthodes Un essai randomisé contrôlé en simple aveugle (évaluateur aveugle) a été réalisé. Les participants devaient être en phase chronique post-AVC (> 6 mois), et présenter des troubles de l'équilibre fonctionnel. Ils étaient répartis aléatoirement dans le programme YOG'AVC ou le programme FAME (*Fitness And Mobility Exercise*). Les programmes duraient tous les deux 12 semaines, avec 3 séances hebdomadaires d'une heure : deux en collectifs et une en autonomie. Les participants étaient évalués en pré- et post-traitement. Le critère de jugement principal portait sur l'équilibre fonctionnel (échelle d'équilibre de Berg), et les critères secondaires sur l'anxiété et la dépression.

Résultats Trente-six participants ont été inclus et randomisés. Il n'y avait aucune différence significative entre le groupe YOG'AVC ($n = 18$) et le groupe FAME ($n = 18$) en prétraitement ($p > 0,05$). La différence d'évolution moyenne du score de Berg entre les groupes en post-traitement était de 1,5 point (intervalle de confiance à 95 % : [-0,4 ; 3,4]), respectant ainsi la marge de non-infériorité de 4,66 (établi d'après le changement minimum détectable). En post-traitement, les deux groupes avaient significativement ($p < 0,05$) amélioré leurs scores d'anxiété et de dépression. Cependant, aucune différence significative n'a été retrouvée entre les groupes ($p > 0,05$).

Discussion/conclusion Le programme YOG'AVC n'est pas inférieur au programme FAME pour la prise en soins des troubles de l'équilibre fonctionnel. Par ailleurs, il ne semble pas plus efficace pour améliorer l'anxiété et la dépression des participants. Ainsi, ces deux méthodes sont recommandables dans la prise en soins des séquelles chroniques post-AVC.



Déclaration de liens d'intérêts Les auteurs n'ont pas précisé leurs éventuels liens d'intérêts.

Références

- [1] Paranjape AA. To Study Effects of yoga therapy on balance in post stroke hemiplegic patients. *Int J Health Sci Res* 2019;9:135–43.
- [2] Schmid AA, Mille KK, Van Puymbroeck M, DeBaun-Sprague E. Yoga leads to multiple physical improvements after stroke, a pilot study. *Complement Ther Med* 201; 22:994– 1000.
- [3] Cramer H, Lauche R, Anheyer D, Pilkington K, de Manincor M, Dobos G, et al. Yoga for anxiety: a systematic review and meta -analysis of randomized controlled trials. *Depress Anxiety* 2018;35:830 –43.
- [4] Cramer H, Anheyer D, Lauche R, Dobos G. A systematic review of yoga for major depressive disorder. *J Affect Disord* 2017;213: 70 –7.
- [5] Lawrence M, Celestino F. T, Matozinho H. H, Govan L, Booth J, Beecher J. Yoga for stroke rehabilitation. *Cochrane Database Syst Rev* 2017 ; 12 : CD011483.

<https://doi.org/10.1016/j.kine.2022.12.111>

A110 - ABSTRACT N° JFK23-410

Interprétation clinique de données accélérométriques collectées après un AVC en vie quotidienne : entretiens exploratoires auprès de cliniciens sur des représentations graphiques

Noémie Duclos^{*1,2}, Ophélie Mayaudon^{2,3}, Andréanne Blanchette^{4,5}, François Routhier^{4,5}, Marc-Michel Corsini⁶, Eric Sorita^{1,2}

¹INSERM, BPH, U1219, équipe ACTIVE, Université de Bordeaux, Bordeaux, France

²Collège Sciences de la Santé, Institut Universitaire des Sciences de la Réadaptation (IUSR), Université de Bordeaux, Bordeaux, France

³Institut des Métiers de la Santé, CHU de Bordeaux, Bordeaux, France

⁴Département de réadaptation, Université Laval, Québec, Canada

⁵Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, Québec, Canada

⁶UF Mathématiques et Interactions, Université de Bordeaux, Bordeaux, France

*Auteur correspondant.
Adresse e-mail : noemie.duclos@u-bordeaux.fr

Introduction Les technologies appliquées en santé ouvrent de nouvelles perspectives cliniques en considérant le comportement « réel » des personnes en dehors du cadre des soins. Par exemple, après un accident vasculaire cérébral (AVC), il est possible de quantifier l'utilisation en vie quotidienne des membres supérieurs (MS) à l'aide d'accéléromètres. Cependant, un enjeu de l'utilisation des accéléromètres pour l'évaluation clinique concerne l'accessibilité et l'interprétation des données par les cliniciens. L'objectif de notre étude était d'explorer les caractéristiques des représentations graphiques qui facilitent l'interprétation clinique de données collectées à l'aide d'accéléromètres, à propos de l'utilisation des MS en vie quotidienne.

Matériel et méthodes Un entretien (45 minutes) a été proposé à des professionnels de santé engagés auprès de la population post-AVC. Il était demandé aux participants (1) de visionner une vidéo de vulgarisation sur les accéléromètres, (2) à partir de 3 représentations graphiques de données accélérométriques, d'interpréter le côté de l'hémi-parésie, la récupération fonctionnelle du MS parétique et son utilisation dans la vie quotidienne, (3) de hiérarchiser et critiquer les

