



Les leviers motivationnels à l'activité physique lors de prise en charge en addictologie

Aude Barraud – doctorante
Unité INSERM U1237, PhIND, équipe Neuropresage
CHU Caen Normandie

28^e rencontres du RESPADD – 27 mai 2024

L'activité physique, un outil thérapeutique prometteur ...

Les personnes présentant un TUAL sont **plus inactives et plus sédentaires** que la population saine (*Hallgren et al., 2021*)



L'activité physique, un outil thérapeutique prometteur ...

Les personnes présentant un TUAL sont **plus inactives et plus sédentaires** que la population saine (*Hallgren et al., 2021*)



L'impact de l'activité physique

↑ Condition physique

(*Vancampfort et al., 2019*)

? Symptômes addictologiques

(*Gür & Can Gür, 2020*)

± Symptômes psychoaffectifs

(*Gür & Can Gür, 2020*)

? Fonctionnement cognitif

(*Haberstroh et al., 2022*)

? Sommeil

L'activité physique, un outil thérapeutique prometteur ...

Les personnes présentant un TUAL sont **plus inactives et plus sédentaires** que la population saine (Hallgren et al., 2021)



L'impact de l'activité physique

↑ Condition physique
(Vancampfort et al., 2019)

? Symptômes addictologiques
(Gür & Can Gür, 2020)

± Symptômes psychoaffectifs
(Gür & Can Gür, 2020)

? Fonctionnement cognitif
(Haberstroh et al., 2022)

? Sommeil

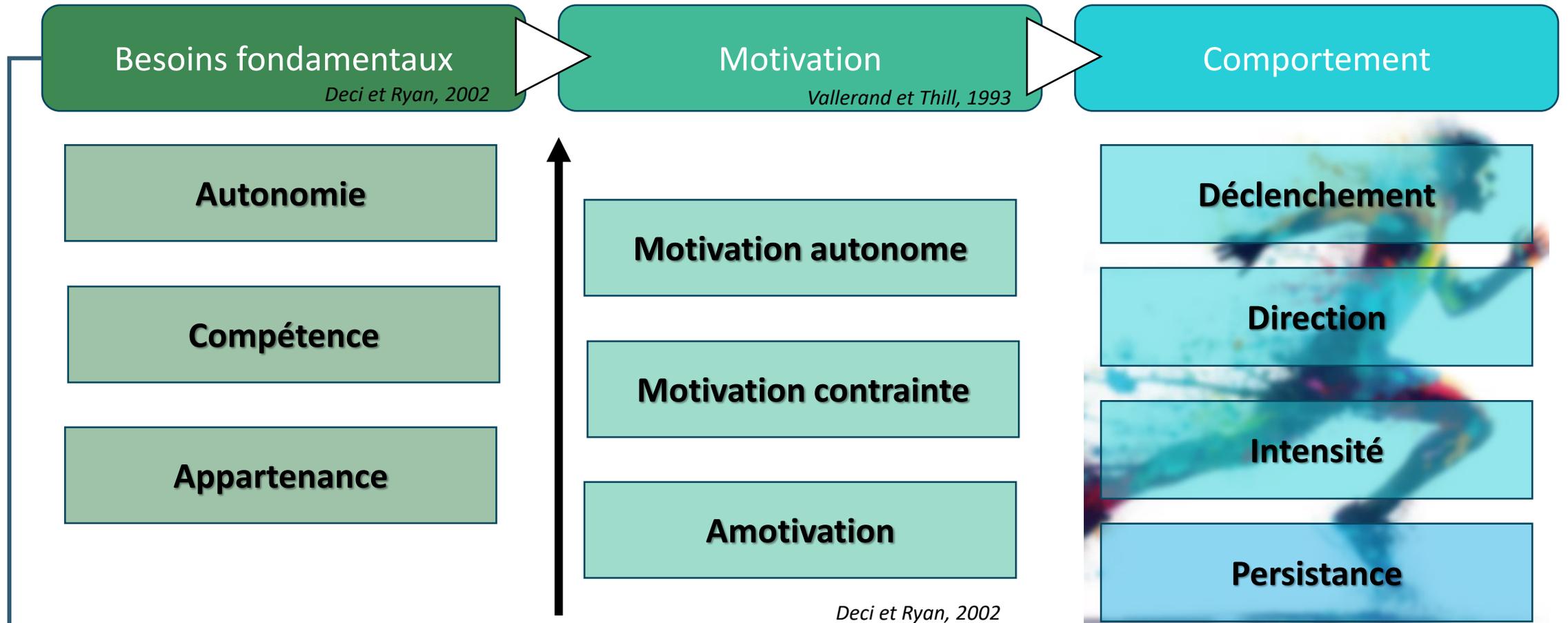
40,3 % des personnes présentant un TUAL réalisant une intervention en activité physique **abandonnent les programmes d'AP** (Hallgren et al. 2017)

Taux supérieurs à d'autres maladies mentales:

- Schizophrénie (26,7%)
- Dépression majeure (18,1%)

Qu'est ce qui incite (ou non) les personnes à s'engager dans des interventions en activité physique?

Qu'est ce qui incite (ou non) les personnes à s'engager dans des interventions en activité physique?



Quels facteurs influencent la satisfaction de ces 3 besoins fondamentaux lors d'intervention en activité physique?

Etude des leviers motivationnels à l'activité physique

Rassembler des études
N = 13

- Mots-clés
 - Activité physique
 - Trouble de l'usage d'alcool (TUAL)
 - Motivation, adhésion

Reporter les facteurs
influençant la
motivation à s'engager
ou adhérer à l'AP

Catégoriser ces facteurs
en 3 échelles



Individuelle



Contextuelle



Structurelle

Etude des leviers motivationnels à l'activité physique

Rassembler des études
N = 13

- Mots-clés
 - Activité physique
 - Trouble de l'usage d'alcool (TUAL)
 - Motivation, adhésion

Reporter les facteurs
influençant la
motivation à s'engager
ou adhérer

Catégoriser ces facteurs
en 3 échelles

- Individuelle
- Contextuelle
- Structurelle

Concevoir un programme
d'activité physique adaptée
(APA)

Au sein du service d'addictologie du
CHU de Caen



Avec la collaboration d'une
association sportive nationale





Facteurs individuels

Intention de pratiquer une AP

Croyances d'efficacité et de faisabilité
Expériences antérieures négatives

Sentiment d'efficacité personnelle

Aspects socio-démographiques

Symptômes addictologiques et
associés au TUAL

Evaluation des variables individuelles

Activité physique

Motivation – EMAPS
Niveau d'AP – IPAQ
Antécédents d'APS

Addictologie

Sévérité du TUAL et
du sevrage
Consommation
d'alcool
Craving

Condition physique

Batterie de test
EUROFIT
Ataxia Batterie Test

Psycho-affective

Anxiété et dépression – HAD
Estime de soi – ISP25
Impulsivité – UPPS

Psychosociale

Qualité de vie – WHOQoL
Sentiment d'auto-efficacité –
SGSES

Facteurs contextuels



Conception des programmes

Offrir du choix aux participants

Tester en contexte réel / écologique

Durée du programme

Intensité, fréquence des séances,
présentiel ou distanciel

Qualité du groupe

Présence d'un professionnel



Enseignant
APA

Programme d'APA de 12 semaines

6 semaines d'APA (progressif)

2 séances d'APA + 1 optionnelle
le week-end en autonomie

De l'hospitalisation à 3
semaines après la sortie

Petits groupes de 2 à 5 patients

Activités variées (*étirements,
automassage, renforcement musculaire,
aérobie, activités physiques et sportives*)

6 semaines hybrides (Club sportif et APA)

1 séance hebdomadaire dans
un club au choix

1 séance hebdomadaire
supervisée par l'EAPA

1 séance en autonomie

L'intervention

Soutien experts / preuves
scientifiques
Apprentissage actif

Prise en compte des besoins
Feedback et évaluations

Facteurs structurels



Soutien financier

Soutien temporel

Soutien social

Soutien financier

Financement de l'adhésion à l'association ASPTT par le comité régional et le CHU (≈ 35 euros)

Aide au financement de la licence en club avec un tarif par mois vs annuel

Soutien de l'établissement

Culture de l'AP

Soutien des pairs

Petits groupes
Soutien des proches?

Accessibilité

Activités en fin de journée
Activités en distanciel

Projet APSTT



Un programme adapté aux réalités des patients hospitalisés pour un sevrage d'alcool dans le service d'addictologie du CHU de Caen

Besoin d'autonomie

Offrir du choix

Besoin de
compétence

**Objectifs réalistes, atteignables
et mesurables**

Besoin d'affiliation

Groupe

Etude des leviers motivationnels à l'activité physique

Revue de littérature

N = 13

- Mots-clés
 - Activité physique
 - Trouble de l'usage d'alcool (TUAL)
 - Motivation, adhésion

Nombre d'études limitées

Définition de la motivation

Identification de facteurs isolés



Perspectives

- Etudier les relations entre ces facteurs identifiés et la motivation à l'AP
- Etudier l'impact d'un programme d'AP sur les leviers motivationnels et la motivation



Les leviers motivationnels à l'activité physique lors de prise en charge en addictologie

Je vous remercie de votre attention !