

NOM PRENOM DE L'AUTEUR : BICEGO Aminata

SPECIALITE : Doctorante en psychologie

ADRESSE : CHU - B34, Quartier Hôpital, Avenue de l'Hôpital, 11 à 4000 Liège (Belgique) 4000 Liège Belgique

EMAIL : abicego@uliege.be - **TELEPHONE :** 043663499

TYPE DE PRESENTATION : Intervention courte en plénière (15 minutes)

THEME : Hypnose et nouvelles technologies

TITRE DE LA COMMUNICATION : Comparaison d'approches complémentaires en douleur chronique

CO-AUTEURS : AMINATA BICEGO^{1,2}, JUSTINE MONSEUR³, ALAIN COLLINET⁴, ANNE-FRANCOISE DONNEAU³, ROBERT FONTAINE⁵, DOMINIQUE LIBBRECHT⁵, NICOLE MALAISE⁵, ANNE-SOPHIE NYSSSEN^{1,2}, MELISSA RAAF⁵, FLORIANE ROUSSEAU^{1,2}, IRENE SALAMUN⁵, CECILE STAQUET⁵, SANDRINE TEUWIS⁵, MARCO TOMASELLA⁵, MARIE-ELISABETH FAYMONVILLE^{1,5}, AUDREY VANHAUDENHUYSE^{1,5}

AFFILIATIONS : 1 Sensation and Perception Research Group, GIGA Consciousness, Université de Liège, Liège, Belgique, 2 Département d'Ergonomie Cognitive et d'Intervention au Travail, Université de Liège, Liège, Belgique, 3 Département de santé publique, Biostatistiques, Université de Liège, Liège, Belgique, 4 Musicothérapie & Counselling, Bonnelles, Belgique, 5 Département Interdisciplinaire d'Alologie, Centre Hospitalier Universitaire de Liège, Liège, Belgique

OBJECTIFS : Dans la douleur chronique, il semble que l'effet de la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) soit renforcé

lorsqu'elle est associée à l'hypnose. L'objectif de cette étude était d'évaluer l'efficacité de l'autohypnose combinée à l'auto-bienveillance (c'est-à-dire un type de TCC) par rapport à la musique/auto-bienveillance, l'auto-bienveillance seule et la psychoéducation/TCC et d'évaluer leurs effets à long terme.

CONTENU : 203 patients ont été randomisés : 52 en autohypnose/auto-bienveillance, 59 en musique/auto-bienveillance, 47 en auto-bienveillance et 45 en psychoéducation/TCC (7 sessions mensuelles de 2 heures + 2 sessions de suivi à 6 et 12 mois). Les niveaux de douleur, fatigue, anxiété, dépression, sévérité de l'insomnie, handicap perçu, locus de contrôle, qualité de vie mentale et physique, plusieurs attitudes envers la douleur et la perception d'un changement global ont été évalués avant et après les apprentissages et aux deux moments de suivi. Aucun effet de groupe n'a été constaté. Un effet significatif du temps a été mis en évidence. Directement après le traitement, tous les groupes ont vu leur attitude face à la douleur et leur qualité de vie physique diminuer. Le contrôle perçu a augmenté. A 6 mois, tous les patients ont conservé leurs niveaux de qualité de vie physique et de contrôle perçu, et ont montré une diminution de l'intensité de la douleur et d'autres attitudes envers la douleur. A 12 mois, les scores qui avaient changé précédemment sont restés améliorés, une diminution de la sévérité de l'insomnie et une augmentation du locus de contrôle interne ont été observées. Ces résultats sont encourageants car ils montrent des effets bénéfiques à long terme d'approches complémentaires biopsychosociales dans le cadre de la douleur chronique.

DESCRIPTION DE L'ATELIER :

MOTS CLES : Douleur chronique, hypnose, TCC, approches complémentaires

CV DE L'AUTEUR : Depuis 2018, Aminata Bicego réalise une thèse de doctorat en psychologie, à l'université de Liège en Belgique. Dans sa thèse, elle s'intéresse aux bénéfices que peuvent retirer les patients souffrant de douleurs chroniques de traitements non-pharmacologiques/complémentaires tels que l'hypnose, l'auto-bienveillance, la thérapie cognitivo-comportementale ou la musicothérapie.