

1. Titre du résumé : « Tous à l'eau ! » : la médiation surf pour prévenir la rechute en addictologie

2. Coordonnées des co-auteurs :

- C. Bourdon, service d'addictologie, EPSM du Finistère Sud, Quimper, France
- A. Guilloteau, service d'addictologie, EPSM du Finistère Sud, Quimper, France
- T. Joncour, moniteur de surf, 29Hood Surfschool, Penmarc'h, France

3. Coordonnées de l'auteur principal qui sera le contact pour le Congrès de l'ALBATROS :

Stéphane Billard, service d'addictologie, EPSM du Finistère Sud, Quimper, France

Mail : billardpro@gmail.com

4. Abstract

La prévention des rechutes en addictologie reste un axe déterminant de la prise en soins des patients en addictologie. Pour cela, améliorer l'estime de soi et la gestion des émotions, développer un sentiment d'efficacité personnelle, mettre en place des activités centrées sur le bien-être sont des objectifs de la prise en charge en addictologie. La pratique du surf dans un cadre thérapeutique, en groupe par des patients suivis en addictologie est développée depuis plusieurs années en Australie, en Californie et depuis 2 ans en Bretagne. L'objectif de notre étude est d'évaluer l'impact à 3 mois des ateliers de surfthérapie sur l'estime de soi, la motivation et les consommations de patients suivis en addictologie après un sevrage d'alcool, cannabis ou cocaïne. L'étude a porté sur 25 patients adultes, sachant nager, acceptant le protocole proposé et suivis en hôpital de jour d'addictologie à Quimper, inclus dans un atelier de 3 semaines de surfthérapie accompagnés par un moniteur de surf, un infirmier et un médecin. Les patients ont passé des évaluations psychométriques standardisées (échelle d'estime de soi de Rosenberg, échelle de motivation (EMAPS), échelle numérique de craving) 1 semaine avant l'atelier, à la fin de celui-ci et 3 mois après. Les résultats montrent une amélioration de 25% des scores d'estime de soi, une motivation intrinsèque et extrinsèque supérieure ainsi qu'une diminution du craving à la fin de l'atelier avec un maintien à 3 mois. Seuls, 3 patients ont reconsommé à 3 mois et 2 ont rechuté. Un patient n'a pas terminé le programme de surfthérapie. 64% des patients ont maintenus une activité physique à 3 mois dont la moitié, une activité aquatique. Ces résultats sont encourageants mais demandent à être confirmés sur un plus grand nombre de patients et comparés à des programmes de prévention plus classiques.

7. Liens d'intérêt : Pas de lien d'intérêt avec l'industrie pharmaceutique, du tabac, de l'alcool, de la cigarette électronique et avec les compagnies de jeux.

Le projet est financé par l'EPSM du Finistère Sud