

Impact de l'activité physique adaptée sur le craving et les symptômes psychologiques du sevrage en hospitalisation d'addictologie

R. de La Hougue¹, EAPA ;

L. Davost¹ ;

D. Pro Quintana¹ ;

D. Rollet^{1, 2} ;

F. Questel¹ ;

R. Icick^{1, 2, 3}, PU-PH.

¹ Département de Psychiatrie et de Médecine Addictologique, Hôpital Fernand-Widal, AP-HP, Paris, France

² Université Paris-Cité, INSERM, Optimisation thérapeutique en neuropharmacologie (OTEN), U1144, Paris, France

³ Faculté de médecine, Université Paris-Cité

Mots clés :

Activité physique / Exercise intervention

Craving

Sevrage / Detoxification

Addictologie / Addiction medicine

Anxiété – Dépression / Anxiety – Depression

Coordonnées de l'auteur principal :

de La Hougue Raymond,

Département de Psychiatrie et de Médecine Addictologique, Hôpital Fernand-Widal, AP-HP, Paris, France

Mail : delahougueraymond@gmail.com

Introduction :

L'activité physique adaptée (APA) contribue à réduire les consommations chez des personnes souffrant de troubles de l'usage de substances, mais peu de données décrivent ses effets aigus sur le craving et les symptômes anxieux et dépressifs en contexte addictologique. L'objectif de cette étude était d'évaluer l'impact de séances d'APA sur le craving et les symptômes psychologiques lors du sevrage.

Matériel et méthodes :

Cette étude observationnelle a été menée dans un service d'hospitalisation complète incluant des ateliers thérapeutiques. Le craving était évalué avant et après chaque séance d'APA à l'aide d'une échelle visuelle analogique (0–10), ainsi que l'intensité perçue de l'effort physique (score de Borg). Les symptômes anxieux et dépressifs étaient évalués en début et en fin d'hospitalisation par le questionnaire *Hospital Anxiety and Depression scale* (HAD). Les caractéristiques des participants étaient extraites du dossier médical.

Résultats et conclusions :

L'âge moyen des 15 patients inclus était de 41,46 ans. Leur principale substance de sevrage était l'alcool (66,67 %), la cocaïne (20 %), le GBL (6,67 %) et la prégabaline (6,67 %). Les patients réalisaient en moyenne 5 séances d'APA au cours de leur hospitalisation. Le craving moyen avant les séances d'APA diminuait de $2,53 \pm 2,75$ (séance 1) à $0,3 \pm 0,64$ (séance 5). Le craving moyen après les séances diminuait de $2,13 \pm 2,58$ (séance 1) à $0,1 \pm 0,3$ (séance 5). Le score HAD moyen diminuait de $21,85 \pm 6,41$ à l'entrée ($n = 7$) à $15,7 \pm 7,98$ à la sortie d'hospitalisation ($n = 10$).

Au-delà de sa décroissance attendue pendant l'hospitalisation, le craving semblait réduire après chaque séance, suggérant la faisabilité et l'intérêt de l'APA dès le début du sevrage. L'évolution du craving chez un même individu sera ensuite testée statistiquement et en comparaison d'autres ateliers thérapeutiques.

Liens d'intérêts :

Aucun.