
Effet de la pratique d'une activité physique sur le symptôme de fatigue chez des personnes souffrant de maladies mentales sévères

Alix Augustin^{*1,2}, Emmanuel Mulin^{1,2}, and Mathieu Gruet¹

¹Laboratoire J-AP2S – Université de Toulon (France) – France

²Clinique le Val du Fenouillet – Inicea, Clariane – France

Résumé

Introduction

La fatigue est un symptôme invalidant dans les maladies mentales sévères (MMS), où 60% des patients présentent des scores de fatigue cliniquement significatifs (Waters et al., 2013). Elle impacte négativement les comportements de santé (Waters et al., 2013), et la qualité de vie (Zou et al., 2020). Malgré son caractère incapacitant, peu de recherches ont exploré sa prise en charge, et les stratégies envisagées ne sont pas concluantes. Les personnes souffrant de MMS présentent des niveaux élevés de sédentarité et d'inactivité physique, pouvant entraîner un déconditionnement physique, majorant la fatigue. Dans d'autres pathologies (ex. sclérose en plaques, cancer), la pratique d'AP adaptée (APA) a démontré des bénéfices sur la fatigue, notamment par l'amélioration des capacités physiques. Toutefois, aucune étude n'a encore analysé l'effet de l'APA sur la fatigue dans les MMS. Cette étude vise à évaluer l'effet d'une prise en charge en APA en soins courants sur la fatigue dans les MMS.

Méthode

Trente-six adultes (âge = 31 (9.8) ans, n = 9 femmes) souffrant de MMS accompagnés dans une clinique de réhabilitation psychosociale ont été évalués pendant 6 mois, à 0, 2, 4 et 6 mois pour évaluer l'effet de leur pratique d'APA sur la fatigue en fonction de la quantité d'AP réalisée. La prise en charge consistait en séances d'APA supervisées, ainsi que la pratique d'AP libres. Lors des visites, la fatigue était mesurée avec le questionnaire MFI-20, les capacités physiques étaient évaluées (ex. test de lever de chaise d'une minute) et le nombre de séances d'AP était relevé. L'effet de la pratique d'APA sur la fatigue a été vérifié avec des ANOVAs à mesures répétées sur groupe entier, puis en divisant les participants selon la médiane du nombre de séances réalisées. L'association entre évolution de la fatigue et évolution des capacités physiques a été vérifiée avec des analyses de corrélations (Pearson ou Spearman selon les conditions d'application).

Résultats préliminaires

Le nombre médian de séances d'APA réalisées était de 19 (écart interquartile = 20). Le score de fatigue n'a pas évolué significativement au cours du temps dans le groupe entier (F (1,3) = 2.244 ; p = 0.088), ni selon la quantité d'APA réalisée au cours du temps (F (1,3)

*Intervenant

= 0.738 ; p = 0.396). Les scores de force de préhension, gainage et test de lever de chaise étaient significativement meilleurs en fin de prise en charge (p = 0 ;003 ; p= 0.037 ; p= 0.005 ; respectivement). L'amélioration de l'équilibre était positivement corrélée à celle du score de réduction de motivation du MFI-20 (r = 0.393 ; p= 0.024). L'amélioration de la force et la puissance musculaire des membres inférieurs étaient significativement corrélées à la diminution de la fatigue générale (r = 0.373 ; p= 0.036 et r = 0.401 ; p= 0.023, respectivement), de la fatigue mentale (r = 0.418 ; p = 0.017 et r = 0.420 ; p = 0.017) et du score de fatigue total du MFI-20 (r = 0.386 ; p = 0.029 et r = 0.430 ; p = 0.014).

Discussion

Les résultats préliminaires suggèrent une tendance à la diminution de la fatigue au cours de la prise en charge en APA qui reste à confirmer. Les corrélations indiquent que l'amélioration des capacités physiques, notamment de l'équilibre, de la puissance et la force musculaire des membres inférieurs pourrait être liée à la réduction de la fatigue dans les MMS.

Conclusions / Perspectives

Ces résultats préliminaires ne permettent pas de conclure quant à l'efficacité de l'APA sur la fatigue dans les MMS, notamment en raison de la grande variabilité de la quantité d'AP réalisée. Si les analyses sur l'échantillon complet confirment les tendances observées, l'APA pourrait devenir une stratégie pertinente pour diminuer la fatigue dans cette population.

Références

Waters, F., Naik, N., & Rock, D. (2013). Sleep, Fatigue, and Functional Health in Psychotic Patients. *Schizophrenia Research and Treatment*, 2013, e425826. <https://doi.org/10.1155/2013/425826>

Zou, S., Liu, Z.-H., Yan, X., Wang, H., Li, Y., Xu, X., Du, X., Zhang, L., Zhang, Q., Jackson, T., Ungvari, G. S., & Xiang, Y.-T. (2020). Prevalence and correlates of fatigue and its association with quality of life among clinically stable older psychiatric patients during the COVID-19 outbreak: A cross-sectional study. *Globalization and Health*, 16(1), 119. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00644-6>