

Évaluation de l'impact de la plongée sur la réinsertion professionnelle des blessés militaires atteints de trouble de stress post-traumatique

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Évaluation de l'impact de la plongée sur la réinsertion professionnelle des blessés militaires atteints de trouble de stress post-traumatique / Ysaline Jay ; sous la direction de Marion Trousselard

Est une reproduction de : Évaluation de l'impact de la plongée sur la réinsertion professionnelle des blessés militaires atteints de trouble de stress post-traumatique Ysaline Jay 2024

Auteur(s) : Jay, Ysaline (1998 -....)

Autre(s) auteur(s) : Trousselard, Marion (1970-....) auteure en médecine

Aix-Marseille Université 2012-....

Aix-Marseille Université Faculté des sciences médicales et paramédicales 2018-....

Production : 2025

Description matérielle : 1 vol. ([15]-65 p.) : ill. ; 30 cm

Note sur les bibliographies et les index : Bibliogr. p. 57-63 (120 réf.)

Note de thèses et écrits académiques : Reproduction de Thèse d'exercice Médecine. Médecine générale FST Médecine en situation de guerre ou SSE Aix-Marseille 2025

Reproduction de Mémoire de DES Médecine. Médecine générale FST Médecine en situation de guerre ou SSE Aix-Marseille 2025

Résumé ou extrait : Introduction : Le nombre de blessés militaires atteints de trouble de stress post-traumatique représente une portion non négligeable de nos blessés (blessés psychiques). Ceux-ci ont du mal à en guérir, à retrouver une vie sociale et un travail par la suite. La CABAT, qui est une cellule d'aide aux blessés de l'armée de terre, permet de recenser ces blessés et de leur proposer différentes solutions et aides. Elle organise notamment des stages visant à soutenir la réinsertion dans la vie professionnelle qui intègre la pratique sportive (stage CReBAT). La plongée est un sport facilement praticable, dans le sens où, pour des débutants, il n'y a pas besoin de capacités physiques particulières. Elle permettrait de plus de pratiquer des exercices de méditation pleine conscience ou mindfulness. Or la méditation dite de pleine conscience ou mindfulness a montré des effets bénéfiques sur le stress perçu ; elle est une piste de prise en charge dans le trouble de stress post-traumatique (TSPT) afin d'en diminuer les symptômes. Notre étude vise à comparer le bénéfice sur la réinsertion à 1 an des militaires atteints de TSPT chronique après un stage CReBAT avec de la plongée pleine conscience (PPC) ou avec du multisport (MS). Nous faisons

également l'hypothèse, qu'après un stage CReBAT PPC, le stress biologique et la sévérité des symptômes sont réduits, comparativement à un stage CReBAT MS. Matériel et méthodes : les militaires inclus sont des blessés psychiques en arrêt depuis plus de 6 mois. Ils ne doivent pas avoir pratiqué de méditation dans le passé et doivent être apte à faire des activités physiques, dont la plongée sous-marine. Le stage CReBAT PPC se déroule à Toulon et le stage CReBAT MS en montagne, à Beuil. Les sujets inclus doivent remplir des questionnaires et réaliser des prélèvements salivaires avant, puis après le stage. La réinsertion des militaires blessés est évaluée à 1 an du stage par la CABAT. Résultats : L'étude a permis d'inclure 47 sujets (30 dans le groupe MS et 17 dans le groupe PPC) ; les deux groupes sont comparables même si une différence concernant le reflet du stress biologique est observée en faveur du groupe MS avant stage. Il existe une différence sur l'amélioration clinique en faveur du groupe MS après stage. L'évolution du fonctionnement en pleine conscience et de la régulation du système nerveux autonome parasympathique montrent une amélioration en faveur du groupe PPC après stage. Même si une majorité des sujets sont dans un processus de réinsertion à 1 an, il n'y a pas de différence significative entre les groupes. Discussion : Les différents résultats observés suggèrent un bénéfice de la PPC sur le reflet du système nerveux autonome parasympathique, sans qu'il n'y ait de répercussions cliniques. Outre un faible niveau de preuve de notre étude, l'absence de différence sur la réinsertion peut être expliquée par une durée de stage trop courte, un tropisme préférentiel des sujets ainsi qu'une réponse aux bénéfices de la plongée différents selon chacun. Par ailleurs, le stage CReBAT MS permet de nombreuses relations entre les blessés au cours du stage, ainsi qu'une pratique sportive collective plus développée que dans le stage CReBAT PPC. Le renforcement du soutien social apparaît différent entre les deux stages, ce qui pourrait constituer un biais important de cette étude. Conclusion : Notre étude présente des résultats prometteurs concernant les effets physiobiologiques observés mais ne permet pas de considérer un bénéfice supérieur de la PPC. La PPC est donc un moyen de soin complémentaire intéressant pour aider à la gestion du stress. Une évaluation de sa pratique régulière sur une durée plus longue, voire qui accompagne le temps de réinsertion, en la couplant à un renforcement des ressources sociales, apparaît d'intérêt pour enrichir l'existant des actions de réinsertion que le Ministère des Armées déploie.

Sujet - Nom commun : État de stress post-traumatique

Plongée sous-marine

Armées -- Services médicaux et sanitaires

Insertion professionnelle

Pleine conscience

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Thèses et écrits académiques