

RÉSUMÉ / ABSTRACT

Éducation aux neurosciences de la douleur dans le syndrome de douleur sous acromiale : effets sur la douleur et la kinésiophobie

Introduction : L'éducation aux neurosciences de la douleur (END) vise à changer la compréhension d'une personne sur ce qu'est réellement la douleur, sa fonction et ses processus biologiques. Les pathologies musculo-squelettiques sont les principales causes de consultation en masso-kinésithérapie et parmi celles-ci, les affections de l'épaule se trouvent en troisième place.

Objectif : Démontrer l'efficacité de séances d'éducation sur l'intensité de la douleur et la kinésiophobie de patients atteints de syndrome de douleur sous acromiale (SDSA), à travers un protocole sous forme de SCED (Single Case Experimental Design) à lignes de base multiples.

Matériel et méthode : Le patient de l'étude a bénéficié de deux séances d'END en plus de séances de rééducation avec son thérapeute. Il lui a été demandé lors de chaque séance d'évaluer son intensité de douleur sur les dernières 24 h ainsi qu'à l'élévation des membres supérieurs (MS) et de remplir le questionnaire de kinésiophobie de Tampa.

Résultats : L'END a été efficace sur la diminution de l'intensité de douleur sur les dernières 24 h ($p=0,0019$) et à l'élévation des MS ($p=0,0240$). Son effet a été faible en ce qui concerne la kinésiophobie ($p=0,38$).

Discussion : Il aurait été intéressant d'inclure plus de patients et d'augmenter le nombre de mesures en phase A de l'étude. De plus, il serait judicieux d'ajouter un score spécifique à l'épaule ainsi qu'un questionnaire de qualité de vie afin de les mettre en corrélation avec les résultats obtenus sur l'intensité de douleur et la kinésiophobie.

Conclusion : Il semble y avoir une relation positive entre notre intervention et l'amélioration des symptômes étudiés. Il n'y a, à notre connaissance, aucune étude mettant en relation END et SDSA.

Mots clés : Douleur, Éducation, Épaule, Kinésiophobie, Neurosciences.

Pain neuroscience education in subacromial pain syndrome : effects on pain and kinesiophobia

Introduction : Pain neuroscience education (PNE) aims to change people's understanding of what is really pain, its function and its biological processes. Musculoskeletal diseases are the main causes of consultations in physiotherapy and among those, shoulder diseases are the third most frequent.

Goals : Demonstrate the effectiveness of education sessions on pain intensity and kinesiophobia of patients with subacromial pain syndrome (SPS), through a multiple baseline SCED protocol.

Material and method : The study's patient had two education sessions in addition to rehabilitation sessions with his physio. During each session, he had to evaluate his pain intensity over the last 24 h and during the elevation of the upper limbs as well as completing the Tampa questionnaire of kinesiophobia.

Results : PNE shows its efficiency on the decrease of pain intensity over the last 24 h ($p=0,0019$) and during the elevation of the upper limbs ($p=0,0240$). Its effect was weak on kinesiophobia ($p=0,38$).

Discussion : It would have been interesting to include more patients and to increase phase A's number of measurements. Furthermore, it would have been wise to add a shoulder's specific score and a quality of life questionnaire to put them in correlation with the results of intensity of pain and kinesiophobia.

Conclusion : It looks like there is a positive relationship between our intervention and the amelioration of studied symptoms. There is no study today putting in relation PNE and SPS.

Key words : Pain, Education, Shoulder, Kinesiophobia, Neurosciences.