

Complementary Therapies in Clinical Practice

Amélioration neuronales après traitement en EFT pour personnes souffrant de douleurs chroniques

Auteurs :

School of Psychology, Bond University, Gold Coast, Queensland, 4229, Australia
Griffith University, School of Medicine & Menzies Health Institute, Dept.of Medical Imaging, Gold Coast University Hospital, Gold Coast, Queensland, Australia, 4215

Résumé :

Cet essai clinique a examiné l'effet d'une intervention en EFT (Emotional Freedom Techniques) sur l'activation cérébrale chez des personnes souffrant de douleur chronique à l'aide de l'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf). L'EFT est une technique brève de réduction du stress qui combine l'énoncé d'une déclaration cognitive avec un tapotement somatique sur des points d'acupression. Vingt-quatre adultes ont été répartis dans un traitement EFT de groupe en ligne de six semaines et ont subi une IRMf au repos avant et après l'intervention. Une MANOVA à mesures répétées a révélé des différences significatives dans les niveaux de sévérité de la douleur (-21 %), d'interférence avec la douleur (-26 %), de qualité de vie (+7 %), de symptômes somatiques (-28 %), de dépression (-13,5 %), d'anxiété (-37,1 %), de bonheur (+17 %) et de satisfaction à l'égard de la vie (+8,8 %) entre le pré-test et le post-test. L'ampleur de l'effet de Cohen variait de petites (0,2) à grandes valeurs (0,75), ce qui suggère une signification pour l'intervention. L'analyse IRMf a montré une diminution significative de la connectivité entre le cortex préfrontal médial (une zone modulant la douleur) et les zones bilatérales de matière grise dans le cortex cingulaire postérieur et le thalamus, les deux zones étant liées à la modulation et à la catastrophisation de la douleur. Il n'y avait aucune zone cérébrale montrant une connectivité significativement accrue après le traitement EFT. Couplés aux mesures psychologiques, les résultats soutiennent les effets de l'intervention EFT dans la réduction de la douleur chronique et de ses impacts.