

**La réalité virtuelle relaxante au service des patientes en
oncologie du sein**
Quelles preuves empiriques et perspectives cliniques ?

Aurélie Wagener, PhD

Première Assistante – Professeure associée
Psychologue clinicienne - Psychothérapeute



Mise en contexte

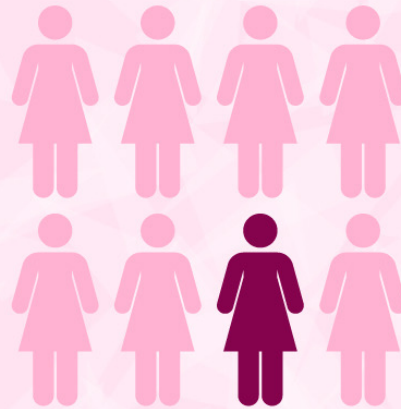


INSTITUT
JULES BORDET
INSTITUUT



+10 000
nouveaux cas
par an en Belgique

1 SUR 8



2,3 MILLIONS
de femmes dans le monde

**Mise en
contexte**



Mise en contexte

- Malgré les progrès médicaux, les traitements du cancer restent **éprouvants physiquement et psychologiquement**.
- D'un point de vue psychologique :
 - ↗ anxiété,
 - ↘ qualité de vie
 - Gestion de la douleur et de la fatigue
 - ...



Mise en contexte



Mise en contexte

Notre objectif



Évaluer les effets de la RV associée à des vidéos relaxantes sur le niveau de relaxation des patientes pendant la chimiothérapie.

Notre objectif



Apprendre à pratiquer une respiration relaxante

- Deux vidéos de psychoéducation sur la respiration relaxante
 - Vidéo 1 : Psychoéducation avec quelques mises en pratique
 - Vidéo 2 : Exercice complet

Apprendre à se relaxer



La relaxation, c'est une démarche active et volontaire qui fait intervenir à la fois le physique et le mental pour diminuer nos tensions.



(Vidéos : Wagener & Fuselli, 2024; Validation des outils : Wagener, in prep)



- Choix entre trois environnements virtuels relaxants, créés pour pouvoir être utilisés en population tout-venant et auprès de patient·e·s hospitalisé·e·s
- 8 minutes d'immersion

Immersion en réalité virtuelle

(Environnements : Wagener & Schyns, 2023; Validation des environnements : Wagener, Etienne & Schyns, in prep)

Design expérimental

- **Échantillon :**
 - 28 femmes atteintes de cancer du sein (M Âge = 55,3 ans, E-T = 9,58; 37-70 ans), en traitement de chimiothérapie
- **Répartition aléatoire** dans un des deux groupes

	Rencontre 1			Rencontre 2			Rencontre 3		
Groupe 1	T0	RV 1	T1	T2	Vidéos psychoéducatives	T3	T4	RV 2	T5
Groupe 2		Vidéos psychoéducatives			RV 1			RV 2	

Design expérimental

✓ Équivalence des groupes

- **Échantillon :**
 - 28 femmes atteintes de cancer du sein (M Âge = 55,3 ans, E-T = 9,58; 37-70 ans), en traitement de chimiothérapie
- **Répartition aléatoire** dans un des deux groupes

	Rencontre 1			Rencontre 2			Rencontre 3		
Groupe 1	T0	RV 1	T1	T2	Vidéos psychoéducatives	T3	T4	RV 2	T5
Groupe 2		Vidéos psychoéducatives			RV 1			RV 2	

Design expérimental

✓ Équivalence des groupes

- **Échantillon :**
 - 28 femmes atteintes de cancer du sein (M Âge = 55,3 ans, E-T = 9,58; 37-70 ans), en traitement de chimiothérapie
- **Répartition aléatoire** dans un des deux groupes

	Rencontre 1			Rencontre 2			Rencontre 3		
Groupe 1	T0	RV 1	T1	T2	Vidéos psychoéducatives	T3	T4	RV 2	T5
Groupe 2		Vidéos psychoéducatives			RV 1			RV 2	

Design expérimental

✓ Équivalence des groupes

- **Échantillon :**
 - 28 femmes atteintes de cancer du sein (M Âge = 55,3 ans, E-T = 9,58; 37-70 ans), en traitement de chimiothérapie
- **Répartition aléatoire** dans un des deux groupes

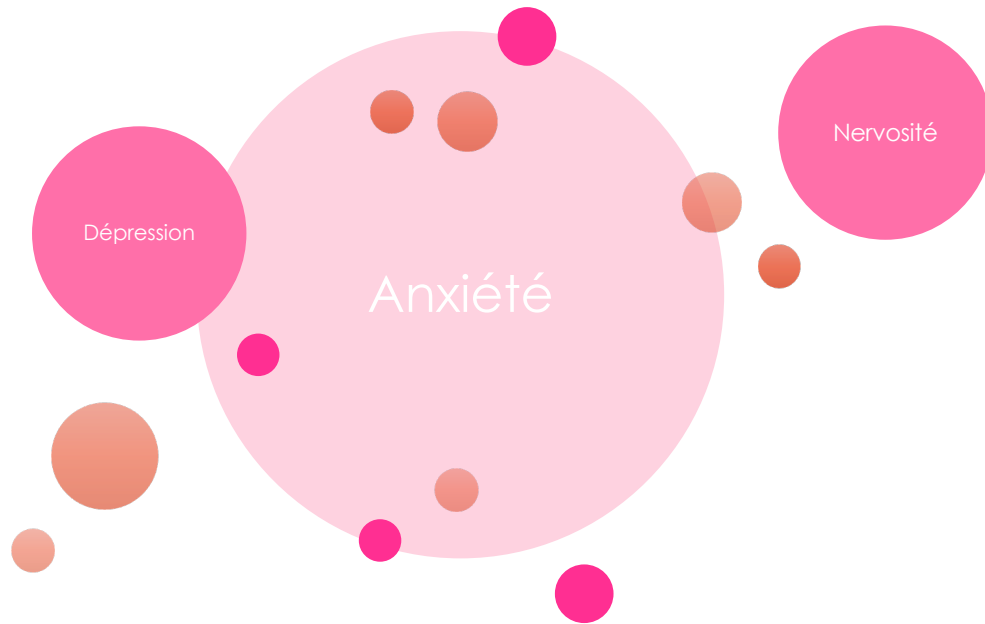
	Rencontre 1			Rencontre 2			Rencontre 3		
Groupe 1	T0	RV 1	T1	T2	Vidéos psychoéducatives	T3	T4	RV 2	T5
Groupe 2		Vidéos psychoéducatives			RV 1			RV 2	

- **Variables dépendantes :**
 - États émotionnels (*Basic Emotions Scale*)
 - Stratégies de régulation émotionnelle (*Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*)
 - États de relaxation (*Inventaire des états de relaxation de Smith 3*)
 - Lors des immersions en RV, cybermalaises (*Questionnaire des cybermalaises*) et sentiment de présence (*Four Dimensions of Presence Questionnaire*)

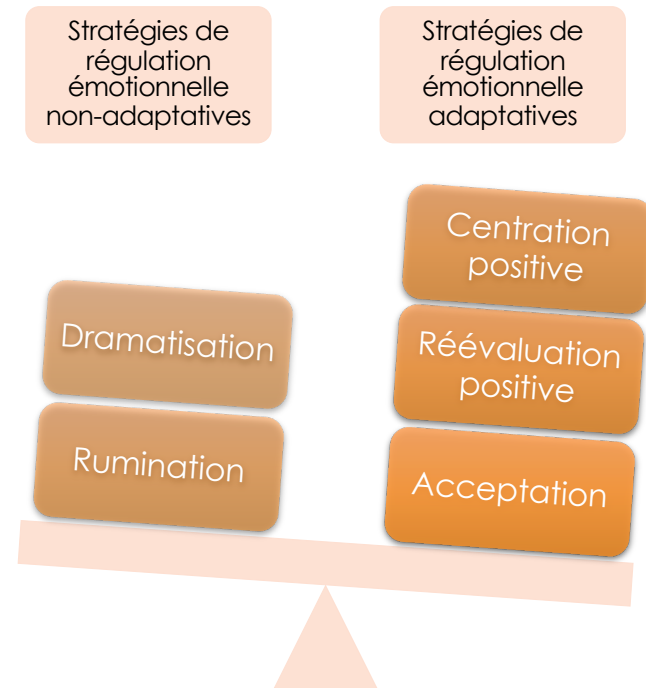
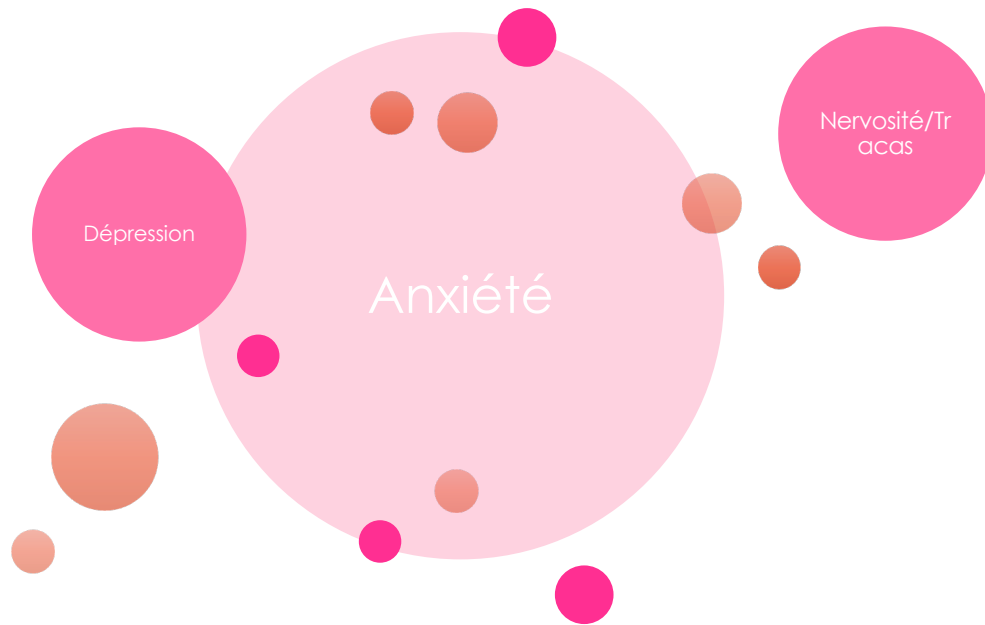


Résultats préliminaires

Profil psychologique des patientes



Profil psychologique des patientes



Efficacité des outils & Comparaison entre les groupes



- **Effets généraux :**

- Amélioration significative de la **relaxation physique et de la disposition positive** après chaque intervention
- Réduction significative du **stress** après chaque intervention
- Augmentation de la **somnolence** après la *dernière séance*

- **Présence et cybermalaise :**

- Bon niveau de présence
- Faible niveau de cybermalaise, environnements bien tolérés par les patientes





Discussion

Discussion

La RV combinée à la respiration relaxante semble **efficace pour améliorer le bien-être psychologique** des patientes en chimiothérapie.

! Résultats à renforcer < dans un échantillon visiblement déjà *résilient* !

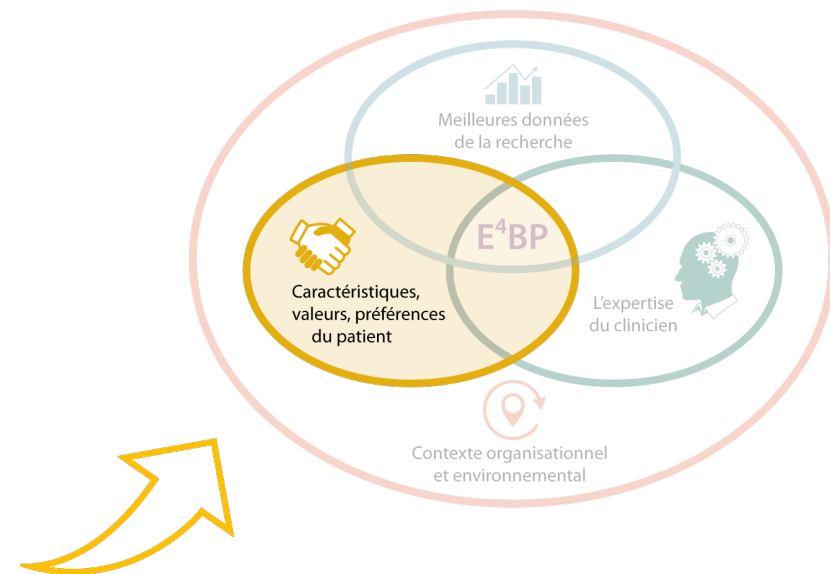


Discussion

L'ordre d'administration semble avoir peu d'effet sur l'efficacité de la combinaison des outils.

L'intervention multimodale a permis une amélioration globale de l'état de relaxation, indépendamment du groupe et donc de la chronologie de présentation des outils.

- D'autres études sont nécessaires pour confirmer (ou non...) cette observation.
- Dans une perspective clinique, se référer aux préférences des patientes pour déterminer l'ordre des outils ?





Perspectives pour rendre l'immersion encore plus immersive...mobilisation de l'odorat ?



Retour d'expérience

Compatibilité des casques
réfrigérants et des casques
de réalité virtuelle ?

Illustration : <https://www.lapresse.ca/vivre/sante/201703/28/01-5083034-chimiotherapie-contrer-la-perde-des-cheveux.php>



Discussion

Les résultats préliminaires soutiennent l'**intégration clinique de la RV dans les soins de support en oncologie** et encourage **sa combinaison à d'autres apprentissages cliniques**, comme celui de la respiration relaxante.

Merci

Contact : aurelie.wagener@uliege.be

<https://www.linkedin.com/in/aurélie-wagener-666200118/>



<https://www.researchgate.net/profile/Aurelie-Wagener>



Les slides seront disponibles sur Orbi ULiège.

<https://orbi.uliege.be/profile?uid=p021226>

