

L'apport de la réflexologie plantaire dans les troubles fonctionnels intestinaux



Responsables :

Elisabeth Breton, Centre de formation Elisabeth Breton, 78000 Versailles, France, Email: bretonlisa@wanadoo.fr,

Site web : www.reflexobreton.fr

Alain Jacquet, Docteur, pharmacologue, 33000 Bordeaux, France, Email: docteur.alain.jacquet@wanadoo.fr

Réglementation : Cette étude a été soumise au Comité de Protection des Personnes (CPP) de Marseille, aléatoirement désigné par le site officiel "essais cliniques" du Ministère, et a obtenu son aval sous le N° ID RCB 2018-A01267-48.

Mots clés : Réflexologie, troubles fonctionnels intestinaux, Score de Francis, stress, prévention.

INTRODUCTION

Les troubles fonctionnels intestinaux (TFI) désignent l'ensemble des manifestations fonctionnelles présumées intestinales à évolution chronique.

La réflexologie est une pratique manuelle de relaxation qui repose sur le principe que chaque organe, chaque partie du corps ou fonction physiologique, correspond à une zone ou un point précis (**zone réflexe**) projeté sur les pieds, les mains, le visage ou les oreilles.

MÉTHODE

- Etude pluricentrique, en "ouvert".
- Evaluation de l'apport de la réflexologie d'après le **Score de Francis**. Il évalue la douleur et la distension abdominales, la fréquence des selles, ainsi que la perturbation de la vie en général.
- Evaluation de l'évolution de symptômes digestifs fréquents non pris en compte par le Score de Francis (gaz, digestion, aérophagie, diarrhée ou constipation)
- Protocole de stimulation des zones réflexes plantaires selon la méthode Elisabeth Breton
- 1 contrôle toutes les 2 semaines pendant 10 semaines (J0, J14, J28, J42, J56, J70).

RÉSULTATS

L'objectif de cette étude est de vérifier si la pratique régulière du protocole de réflexologie plantaire pour la gestion des TFI réduit considérablement les symptômes liés aux troubles fonctionnels intestinaux et améliore la qualité de vie des personnes concernées.

Critère de jugement principal : diminution des troubles fonctionnels intestinaux du Score de Francis entre J0 et J70 supérieur à 30%.

Une analyse statistique par la Société SOLADIS sera réalisée courant le 2^{ème} semestre 2024 pour évaluer la significativité statistique de ces variations.

CONCLUSION

Les résultats des observations terminées sur **une cinquantaine de sujets** sont très encourageants mais il est trop tôt pour conclure : **en attente d'analyse statistique**.

Cette étude nous semble pleinement justifiée car une efficacité démontrée (statistiquement significative) indiquerait que la réflexologie plantaire est un apport original et intéressant sur **le plan du bien être** de ces sujets. Cette étude répondrait également à la pénurie d'études multicentriques concernant les Interventions Non Médicamenteuses. S'il était prouvé que le degré de l'intensité des TFI diminue, cette étude se doublerait d'un intérêt social et économique.

Références Bibliographiques :

- "Réflexologie pour la forme et le bien-être", E.Breton, aux Editions Vie (2014)
- "Stress, ça vous parle ? ", E.Breton & J.Valéro, aux Editions Vie (2021)
- "Réflexologie et Troubles fonctionnels", E.Breton & J.Valéro, chez DUNOD (2022)
- "Apports de la réflexologie dans le degré d'exposition au burnout", E.Breton & A.Jacquet, aux Éditions Vie (2024)

