



Bruxelles, le 08 janvier 2025

Dépendance à l'alcool : le neurofeedback, un complément thérapeutique prometteur

Recherche

En février le mois sans alcool débute en Belgique. La dépendance à l'alcool demeure un défi majeur en santé publique, avec des taux de rechute élevés malgré les traitements dispensés. Clémence Dousset, chercheuse FNRS à l'Université libre de Bruxelles (ULB), explore le neurofeedback : une méthode complémentaire qui offre aux patients la possibilité de devenir acteurs de leur propre guérison en apprenant à réguler leur activité cérébrale.

Les traitements traditionnels du trouble de l'usage de l'alcool, tels que la médication et la psychothérapie, présentent des résultats variables. Environ 60 % des patients rechutent dans les trois mois suivant un sevrage en milieu hospitalier, et plus de 80 % au bout d'un an. Cette forte récidence met en évidence la nécessité de trouver des solutions complémentaires. Clémence Dousset, chercheuse FNRS à l'Université libre de Bruxelles (ULB), étudie le neurofeedback. Cette approche qui rencontre un succès aux États-Unis pourrait aider les patients à maintenir une abstinence à plus long terme.

Le neurofeedback est une technique qui permet au patient de contrôler son activité cérébrale en temps réel. Grâce à des électrodes placées sur le crâne, l'activité cérébrale est enregistrée et affichée sur un écran sous une forme simplifiée, comme une barre qui monte ou descend. Le patient apprend à ajuster cette activité pour atteindre des objectifs de traitement, tels que l'amélioration de l'attention ou de l'inhibition. « Le neurofeedback est un entraînement qui aide le patient à prendre conscience de ses capacités d'auto-régulation », explique la chercheuse, « cela permet de travailler

sur les circuits cérébraux altérés par l'abus d'alcool et nécessaires pour inhiber les comportements de consommation ».

Actuellement, les traitements du trouble de l'usage de l'alcool se concentrent principalement sur la médication et la psychothérapie. Si la médication peut réduire l'envie de consommer, elle ne cible pas directement les déficits cognitifs engendrés par la consommation d'alcool. La psychothérapie, quant à elle, traite les causes psychologiques de la dépendance, mais sans s'attaquer directement aux effets neurocognitifs de la dépendance à l'alcool. Le neurofeedback, en complément de ces approches, agit sur le fonctionnement cérébral, visant à réparer ou à renforcer les capacités cognitives altérées. La chercheuse souligne : « En ciblant les atteintes cérébrales associées à l'abus d'alcool, le neurofeedback permet de rétablir les ressources cognitives nécessaires à la gestion des impulsions et des envies de consommation. »

La recherche menée par Clémence Dousset est encore en phase de validation, mais les premiers résultats sont prometteurs. Après une étude pilote de quatre ans réalisée sur des sujets sains, les résultats ont permis de vérifier l'hypothèse selon laquelle le neurofeedback améliore les capacités d'inhibition d'un point de vue comportemental et neurophysiologique. Actuellement, l'équipe de recherche teste cette méthode sur des patients souffrant de dépendance à l'alcool, avec un recrutement prévu jusqu'à fin 2025. "Si les résultats sont positifs, j'espère que l'approche neurocognitive sera de plus en plus adoptée pour compléter les traitements traditionnels de la dépendance", conclut la chercheuse.

Contact scientifique : Clémence Dousset, Laboratoire de Psychologie médicale et Addictologie, Faculté de Médecine, clemence.dousset@ulb.be | Téléphone : sur demande à presse@ulb.be

Référence FNRS : Clémence Dousset, Laboratoire de Psychologie médicale et Addictologie (Faculté de Médecine), a obtenu en 2021 une bourse Aspirant au FNRS (ASP-F.R.S-FNRS), référence ASP / A 673.

Contact

Service communication
de l'Université libre de Bruxelles
presse@ulb.be

Vous avez reçu cet e-mail parce que vous êtes un contact de Presse de l'Université libre de Bruxelles.
Si vous ne souhaitez plus recevoir ces courriers électroniques, vous pouvez vous désinscrire en écrivant à l'adresse presse@ulb.be.