

## Docteur, les interventions de réalité virtuelle sont-elles efficaces pour améliorer la santé et réduire la douleur des personnes vivant dans des établissements de soins de longue durée ?

Il existe certaines données probantes selon lesquelles les interventions basées sur la réalité virtuelle améliorent la santé, mais des recherches supplémentaires sont nécessaires.

### Quelles sont les données probantes sur ce sujet?

#### RÉSUMÉ DES RÉSULTATS

Interventions basées sur la réalité virtuelle par rapport à une autre intervention ou les soins habituels pour améliorer la santé physique ou mentale, ou la douleur

Résultat	Nombre d'études	Effet	Qualité des données probantes
Santé physique	25	18 études sur 25 ont constaté que les interventions basées sur la réalité virtuelle amélioraient la santé physique	Incertaine à élevée
Santé mentale	16	8 études sur 16 ont révélé que les interventions basées sur la réalité virtuelle amélioraient la santé mentale	Incertaine à élevée
Douleur	2	1 étude sur 2 a révélé que les interventions basées sur la réalité virtuelle réduisaient la douleur	Incertaine à élevée

### De quel genre d'étude s'agit-il?

Il s'agissait d'une revue systématique de 30 études publiées jusqu'en septembre 2022.

**Qui?** Cette revue a porté sur 1 057 adultes (âgés de 67 à 87 ans) vivant dans des établissements de soins de longue durée (résidences-services ou centres d'hébergement et de soins de longue durée).

**Quoi?** Les auteurs de la revue ont inclus des études comparant des interventions basées sur la réalité virtuelle avec une autre intervention ou des soins habituels pour améliorer la santé physique ou mentale, ou la douleur.

Interventions basées sur la réalité virtuelle	vs	Autre intervention ou soins habituels
<p>Équipement électronique (par exemple, tablette informatique, visiocasque spécial ou appareil de jeu vidéo) utilisé pour donner à une personne l'impression d'être dans un environnement artificiel où elle pratique des activités physiques comme le bowling, la boxe ou des jeux d'équilibre.</p> <p>Dans certaines études, des appareils de réalité virtuelle ont été utilisés pour améliorer la santé mentale grâce à l'aromathérapie, à la thérapie par la réminiscence et à la thérapie horticole.</p> <p>La fréquence de ces activités variait d'une seule fois à cinq fois par semaine sur une période de 2 semaines à 6 mois.</p>		<p>Exercices et/ou entraînement d'équilibre sans utiliser d'appareils de réalité virtuelle.</p> <p>Thérapie par la réminiscence à l'aide d'un ordinateur sans appareils de réalité virtuelle.</p>

### Pourquoi cette recherche a-t-elle été effectuée ?

La réalité virtuelle peut donner à une personne l'impression de se trouver dans un environnement artificiel. Les périphériques d'entrée tels que les manettes de commande, les contrôleurs portables ou les gants de suivi indiquent à un ordinateur les actions que la personne effectue dans l'environnement virtuel. Les périphériques de sortie tels que des écouteurs, des coussinets de pression et un écran vidéo monté sur la tête montrent à la personne l'effet de ses actions. La réalité virtuelle peut réduire la douleur en distrayant le cerveau des signaux de douleur, réduisant ainsi la peur du mouvement (parce que vous avez un "corps" différent dans la réalité virtuelle), et une motivation croissante pour réaliser des activités physiques ou des activités mentalement stimulantes. Les auteurs de la revue voulaient savoir si les interventions basées sur la réalité virtuelle amélioreraient la santé des personnes vivant dans des établissements de soins de longue durée. Ils ont découvert qu'il existe certaines données probantes selon lesquelles les interventions basées sur la réalité virtuelle améliorent la santé, mais des recherches supplémentaires sont nécessaires.

Ce résumé des données probantes est basé sur l'article suivant :

**Li G, Li X, Chen L. Effects of virtual reality-based interventions on the physical and mental health of older residents in long-term care facilities: A systematic review. Int J Nurs Stud. 2022 Dec;136:104378. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2022.104378. Epub 2022 Oct 10. PubMed (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36356548>)**

Publié : jeudi 1er juin 2023

*Veillez noter que les informations contenues dans ce document ne doivent pas être interprétées comme une alternative à l'avis médical d'un professionnel de la santé. Si vous avez des questions sur un sujet médical, vous devez consulter votre professionnel de la santé et ne devez jamais retarder la consultation d'un médecin, ignorer l'avis d'un médecin ou interrompre le traitement sur la base des informations fournies ici.*