

Sport et troubles du spectre autistiques : proposition de recommandations basées sur la littérature actuelle

Célia Ruffino^{a*}, Nicolas Gueugneau^b, Cyrielle Derguy^c, Sidney Grosprêtre^a

^a *Laboratoire C3S, Besançon, France*

^b *Laboratoire ELLIAD, Besançon, France*

^c *Laboratoire de Psychopathologie et Processus de Santé, Boulogne-Billancourt, France.*

* auteur correspondant : celia.ruffino@univ-fcomte.fr

Nature de la communication souhaitée : communication affichée

Mots clés : Spectre du trouble autistique, sport, activité physique

Contexte

Les Troubles du Spectre de l'Autisme (TSA) sont généralement décrits à travers deux caractéristiques majeures : 1) le déficit de la communication / des interactions sociales et 2) le caractère restreint et répétitif des comportements / des centres d'intérêt. Une littérature plus récente fait également état de troubles moteurs associés (1). Parmi les activités qui leur sont proposées, l'activité physique (AP) semble être un bon candidat pour atténuer, au moins, tous les troubles associés à ce spectre (2). Malgré cela, il n'existe pas de recommandations claires concernant les activités qu'il est préférable de proposer.

Matériel et Méthode

Dans une revue de littérature, nous avons donc proposé une synthèse originale permettant aux différents acteurs de mieux orienter leurs AP. Trois expérimentateurs, à travers trois bases de données (PubMed, Science Direct, Web Of Science), et grâce à différents mots clefs (« autism », « sport », « physical activity », « autism spectrum disorder », ...) ont sélectionné parmi plus de 2000 articles (jusqu'à juillet 2023) uniquement les études longitudinales ayant testés les effets chroniques d'une intervention en AP sur une population autiste.

Résultats

Finalement, seulement 75 articles ont été retenus après application de nos critères. Sur ces derniers, la durée moyenne des protocoles était de $11,6 \pm 6,1$ semaines, avec une fréquence moyenne de $2,7 \pm 1,5$ séances par semaine. Les séances, quant à elles, duraient en moyenne $49,1 \pm 16,5$ minutes. Concernant le type de pratique à privilégier, les auteurs montrent que les sports individuels (comme les arts martiaux) offrent beaucoup d'avantages sur les capacités motrices ou physiques, mais également sur certaines caractéristiques spécifiques à l'autisme. Les sports collectifs, pourtant potentiellement déstabilisants au regard des troubles de la communication que peuvent rencontrer les personnes autistes, semblent présenter davantage de bénéfices. Le type de milieu est quant à lui très peu pris en compte dans la littérature. Malgré tout, les activités d'intérieur, favorisant un environnement contrôlable et prévisible, seraient à privilégier. Cependant, les activités de plein air, comme le golf ou l'équitation, induiraient également un environnement rassurant. Enfin, concernant la nature fermée (comme la gymnastique) ou ouverte (comme les sports collectifs) de l'activité, la littérature montre que les sports collectifs, par exemple, seraient bénéfiques tant sur les aspects sociaux que moteurs, malgré leur caractère très imprévisible.

Discussion et Conclusion

Ainsi, aucun consensus ne semble établi concernant le type de pratique à favoriser, les études scientifiques montrant des bénéfices pour bon nombre d'entre elles. Beaucoup d'auteurs s'accordent à dire que le choix de l'activité doit finalement être dicté principalement par une préférence personnelle de la personne autiste. Pour autant, même si des données quantitatives en termes de durée et de fréquence ressortent des articles, ces dernières sont loin d'être accessibles et soutenables au regard de la réalité de terrain.

Références bibliographiques

1. Duffy L, Baluch B, Welland S, Raman E. (2017). Effects of physical activity on debilitating behaviours in 13- to 20-year-old males with severe autism spectrum disorder. *J Exerc Rehabil*, 13(3): 340–347. doi: 10.12965/jer.1734960.480.
2. Zampella CJ, Wang LAL, Haley M, Hutchinson AG, de Marchena A. Motor Skill Differences in Autism Spectrum Disorder: a Clinically Focused Review. *Curr. Psychiatry Rep.* 23, 64. doi.org/10.1007/s11920-021-01280-6.

Conflits d'intérêts : Absence de conflit