Soutenance de thèse de Tivizio Pavic

Tivizio Pavic a soutenu sa thèse avec succès le mercredi 26 novembre 2025. Bravo !

Une thèse intitulée : "Numérique" vs "face-à-face" : Acceptabilité et acceptation d'un programme d'activités physiques adaptées par des femmes atteintes d'endométriose pour une meilleure appropriation de la maladie, sous la direction de Florence Terrade (Université Toulouse Jean Jaurès) et Geneviève Cabagno.



Résumé :

L’endométriose est une maladie chronique touchant une femme sur dix. Sa prise en charge étant non curative, l’APA apparaît comme une approche complémentaire prometteuse, bien que sa pratique demeure limitée. Le numérique, déjà efficace dans d’autres pathologies chroniques, pourrait faciliter l’accès et le maintien de l’APA, à condition que ces dispositifs soient acceptés et appropriés. Cette thèse vise à comparer l’efficacité d’un programme d’APA dispensé en présentiel ou en distanciel auprès de femmes atteintes d’endométriose. Les objectifs sont d’évaluer les effets de ce programme sur la qualité de vie et la pérennisation de la pratique, et d’analyser l’acceptabilité et l’acceptation des dispositifs. Le travail s’est structuré en deux volets. Le premier comprend une revue systématique, une étude qualitative et une étude quantitative explorant l’acceptabilité des programmes numériques. Il souligne l’intérêt de ce type de programme, ses bénéfices, mais aussi des lacunes méthodologiques et la nécessité d’impliquer patientes et professionnels dans la construction d’interventions. Le second volet consiste en un programme de 12 semaines d’APA en présentiel ou distanciel, avec un suivi à trois mois. Les résultats indiquent une amélioration durable de la qualité de vie, indépendamment de la modalité. Un taux d’abandon plus élevé en distanciel souligne toutefois le besoin d’un soutien renforcé. Ces résultats confirment l’intérêt de l’APA et ouvrent la voie à des dispositifs hybrides associant les atouts du présentiel et du numérique pour optimiser l’adhésion et la pérennisation.

Abstract :

Endometriosis is a chronic disease affecting one in ten women. As current treatments are non-curative, adapted physical activity has emerged as a promising complementary approach, although its practice remains limited. Digital tools, already effective in other chronic conditions, could facilitate access to and maintenance of APA, provided they are acceptable and appropriately designed. This doctoral research aimed to compare the effectiveness of an APA program delivered either face-to-face or via a mobile application among women with endometriosis. The objectives were to assess the impact on quality of life and long-term practice, and to analyze the acceptability, acceptance, and appropriation of such interventions. The first phase included a systematic review, qualitative interviews, and a quantitative survey on the acceptability of digital programs. Findings highlight interest in digital health, potential benefits, but also methodological gaps and the need for patient and professional involvement. The second phase test a 12-week APA program with 3-month follow-up. Results show sustained improvements in quality of life across modalities, though higher dropout in the digital group emphasized the need for stronger. Findings confirm the benefits of APA and suggest hybrid models combining digital and face-to-face formats to optimize adherence and sustainability.