



FONDATION
APICIL



ENDOMÉTRIOSE

Le CHU de Lille et la Fondation APICIL soutiennent une étude inédite sur les bienfaits de la yogathérapie

Le projet de recherche YOGENDOCHIR va évaluer, à une échelle encore jamais atteinte en France, à la suite de l'obtention d'un financement public PHRC, ce que le yoga apporte réellement aux femmes avant et après une chirurgie pour endométriose.



Le CHU de Lille et la Fondation APICIL annoncent leur collaboration autour du projet de recherche YOGENDOCHIR, une étude clinique multicentrique portée par Nina Guéneau, sage-femme, et le Professeur Chrystèle Rubod, cheffe du service de Gynécologie-Obstétrique du CHU de Lille. Soutenue par la Fondation APICIL, cette recherche vise à démontrer l'efficacité de séances de yogathérapie combinées à la chirurgie pour réduire les douleurs chroniques et améliorer la qualité de vie des femmes atteintes d'endométriose.

**SERVICE PRESSE
FONDATION APICIL**

Wilma Odin-Lumetta - Agence Buro2presse
contact@buro2presse.com - 06 83 90 25 64

UNE PATHOLOGIE ENCORE TROP SOUVENT SOUS-ESTIMÉE

L'endométriose touche environ 10 à 15 %

des femmes en âge de procréer.

Au-delà des douleurs pelviennes invalidantes, elle s'accompagne fréquemment de fatigue chronique, de troubles digestifs, de difficultés à concevoir et d'un retentissement psychologique important. Le **délai moyen de diagnostic, estimé entre 7 et 10 ans**, aggrave encore l'errance thérapeutique vécue par les patientes.

La chirurgie reste, dans de nombreux cas, une étape clé de la prise en charge. Mais dans les faits, la douleur a souvent la vie dure : deux ans après une opération, le taux moyen de récurrence est estimé à environ 20 %, une proportion qui grimpe entre 40 et 50 % selon les études à cinq ans¹. Et parmi les patientes qui connaissent une récurrence, 76 % présentent des douleurs qui ne sont pas corrélées à une réapparition des lésions elles-mêmes¹ — un constat qui interroge sur les mécanismes en jeu, notamment celui d'une sensibilisation centrale du système nerveux à la douleur, documentée par des travaux publiés en 2023 dans JAMA Network Open². Depuis 2018, la Haute Autorité de Santé recommande le yoga comme approche complémentaire à la prise en charge standard, mais son intégration dans les parcours de soins reste encore peu structurée et peu documentée scientifiquement.

YOGENDOCHIR

Une étude scientifique de grande ampleur

C'est pour répondre à ce manque de données robustes qu'a été conçu le projet YOGENDOCHIR (« Efficacité de la yogathérapie sur les douleurs chroniques et la qualité de vie, lors d'une chirurgie pour endométriose »).

Promue par le CHU de Lille et coordonnée par Nina Guéneau, sage-femme et yogathérapeute, en lien avec le Professeur Chrystèle Rubod, cette étude prospective, randomisée et contrôlée associera trois centres hospitaliers : le CHU de Lille, le Centre Hospitalier d'Amiens et le Centre Hospitalier de Calais. Au total, **188 patientes seront incluses dans la recherche.**

Les participantes seront réparties en deux groupes suivis pendant 14 mois :

- un groupe bénéficiant de 32 séances de yogathérapie réparties sur 5 mois (16 séances avant l'opération, 16 séances après), en complément de la chirurgie ;
- un groupe bénéficiant de la prise en charge chirurgicale seule.

L'objectif principal de l'étude est d'évaluer la réduction des douleurs chroniques à 3 mois, 6 mois et un an après la chirurgie, à l'aide d'un questionnaire de qualité de vie spécifique à l'endométriose (EHP-30). Les objectifs secondaires porteront notamment sur l'évolution des symptômes de la maladie, la qualité de vie, l'anxiété et la dépression, ainsi que sur la consommation de soins, le recours aux antalgiques et les arrêts de travail, avec à terme une analyse coût-utilité destinée à éclairer les décideurs de santé publique.

Un projet porté par une expertise de terrain reconnue

Depuis 2015, Nina Guéneau accompagne les femmes atteintes d'endométriose par la yogathérapie. Cette pratique, renforcée par des cours en ligne dispensés à plus de 200 femmes durant la période de confinement, s'appuie également sur son implication dans plusieurs instances de santé publique (HAS, CNRS, SFETD, ESHRE) et sur sa participation au MOOC national « Endométriose, l'affaire de tous », pour lequel elle a contribué à **l'évaluation des besoins de 1 400 femmes concernées**. Le service de Gynécologie-Obstétrique du CHU de Lille, dirigé par le Professeur Chrystèle Rubod, a par ailleurs été labellisé en février 2025 « Centre de Recours Chirurgical et d'Expertise en Endométriose » par l'Agence Régionale de Santé Hauts-de-France, et figure en tête du classement national 2024 du magazine Le Point pour la prise en charge de cette pathologie.

« J'ai commencé à suivre les cours de yogathérapie de Nina Guéneau durant le confinement. Ils m'ont permis très vite de discerner ce qui était lié au stress ou aux émotions, qui pouvaient augmenter les symptômes de mon endométriose. Mon état de santé s'est vite amélioré, j'utilisais les outils qu'elle nous proposait dans mon quotidien. Puis nous avons mis en place un suivi individualisé de yogathérapie en coordination avec tous mes autres soins, ce qui m'a permis de mieux vivre ma deuxième tentative de fécondation in vitro et de tomber enceinte. Aujourd'hui, je suis maman de deux enfants, j'ai beaucoup de reconnaissance pour cet accompagnement de yogathérapie associé aux suivis médicaux. »

Charlotte

Le soutien de la Fondation APICIL : un engagement pour la recherche sur la douleur

Reconnue d'utilité publique, la Fondation APICIL agit depuis 2004 pour soulager la douleur sous toutes ses formes. Dans le cadre de sa mission de soutien à la recherche médicale, son Conseil d'administration a décidé, le 10 juin 2025, d'apporter une aide financière au projet YOGENDOCHIR, dans le cadre d'une convention de mécénat conclue avec le CHU de Lille.

« Soucieuse de répondre au mieux aux attentes des patientes, la Fondation APICIL, soutient le projet YOGENDOCHIR, porté par Nina Guéneau, sage-femme, afin d'apporter une réponse complémentaire validée. La Fondation APICIL soutient des projets de recherche portant sur des approches complémentaires. Ces approches ont vocation à être proposées aux patientes, lorsque leur efficacité est prouvée de façon scientifique. L'endométriose en particulier, nécessite de nouvelles prises en charge. »

Nathalie Aulnette, Directrice de la Fondation APICIL

« En intégrant la yogathérapie de façon encadrée, sécurisée et évaluée à l'hôpital, je souhaite faire émerger un modèle reproductible de parcours de soins pour toutes les personnes concernées par les symptômes de l'endométriose, qu'elles aient ou non recours à la chirurgie : un modèle qui optimise les autres prises en charge, améliore leur qualité de vie et ouvre la voie à une évaluation médico-économique avec l'Assurance Maladie. »

Nina Guéneau



DES RÉSULTATS ATTENDUS POUR FAIRE ÉVOLUER LES PARCOURS DE SOINS

Le recrutement des patientes débutera après obtention des autorisations réglementaires (avis du Comité de Protection des Personnes et de l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament), pour une durée prévisionnelle de 24 mois. Le suivi de chaque participante s'étendra sur 14 mois, pour une durée totale de recherche de 36 mois. Au-delà de la validation scientifique de l'efficacité du yoga sur les douleurs liées à l'endométriose, l'étude YOGENDOCHIR ambitionne de poser les bases de protocoles de yogathérapie reproductibles, susceptibles d'être intégrés durablement dans les parcours de soins des patientes, en complément de la chirurgie et des traitements médicamenteux. Ses résultats seront présentés lors de plusieurs congrès médicaux et paramédicaux nationaux et internationaux, et feront l'objet de publications scientifiques.



« La chirurgie ne suffit pas toujours à soulager l'ensemble des symptômes de l'endométriose. Avec cette étude, notre ambition est de proposer aux patientes une prise en charge globale, associant à l'expertise chirurgicale un accompagnement personnalisé par la yogathérapeutique, afin d'améliorer durablement leur confort et leur qualité de vie. »

Professeure Chrystèle Rubod

Références scientifiques citées

1. Yela DA, Vitale SG, Vizotto MP, Benetti-Pinto CL. Risk Factors for Recurrence of Deep Infiltrating Endometriosis after Surgical Treatment. The Journal of Obstetrics and Gynaecology Research, 47(8), août 2021 : 2713-2719. doi: 10.1111/jog.14837.
2. Orr NL, Huang AJ, Liu YD, Noga H, Bedaiwy MA, Williams C, Allaire C, Yong PJ. Association of Central Sensitization Inventory Scores With Pain Outcomes After Endometriosis Surgery. JAMA Network Open, 6(2), 1^{er} février 2023 : e230780. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2023.0780. PMID: 36848090 ; PMCID: PMC9972194.

À PROPOS



EN SAVOIR PLUS

→ [Site ici](#)

CHU DE LILLE

Le Centre Hospitalier Universitaire de Lille est l'un des plus importants établissements publics de santé du Nord de l'Europe. Sa stratégie de recherche est centrée sur le diagnostic et le traitement précoces des maladies plurifactorielles, autour d'axes thématiques dédiés à la prise en charge des patients, à la prévention et à la longévité, ainsi qu'à l'innovation technologique au service du soin. Le service de Gynécologie-Obstétrique du CHU de Lille, labellisé Centre de Recours Chirurgical et d'Expertise en Endométriose par l'ARS Hauts-de-France, propose une prise en charge pluridisciplinaire et personnalisée des patientes atteintes d'endométriose pelvienne profonde et complexe, au sein de la filière régionale ENDOCHU.



CONTACT

To Lyon,
51 rue Marius Vivier-Merle
69003 Lyon



[SITE ici](#)



[LINKEDIN ici](#)

Fondation APICIL

Créée en 2004 et **reconnue d'utilité publique**, la Fondation APICIL agit pour **soulager la douleur sous toutes ses formes : douleur physique, douleur psychique et douleur sociale**.

Elle soutient des projets de recherche, des actions de terrain et des initiatives innovantes portées par des professionnels de santé, des chercheurs et des associations.

Depuis Lyon, la Fondation accompagne chaque année environ 60 projets en France, dans une démarche d'engagement durable « pour soulager la douleur ».

Fidèle à ses valeurs d'humanité et d'innovation, elle a soutenu plus de 1 150 projets en France, représentant un engagement de 15 millions d'euros.



**Accéder aux communiqués
et dossiers de presse
de la Fondation**

CONTACTS PRESSE

CHU de Lille

Audrey STANEK - 06 74 44 23 17
audrey.stanek@chu-lille.fr

Fondation Apicil

Wilma Odin-Lumetta - Agence Buro2presse - 06 83 90 25 64
contact@buro2presse.com