

Peut-on évaluer scientifiquement les thérapies complémentaires ? Réflexions méthodologiques pour essayer de clarifier la complexité

F. Paille
Nancy

Les thérapies complémentaires (« ne sont pas complètement intégrées au système de santé dominant dans un pays » (OMS). Ces pratiques, très utilisées par la population, sont souvent insuffisamment validées scientifiquement, proposées par des praticiens, professionnels de santé ou non, dont les formations sont de qualité très variable et en l'absence de cadres réglementaires adaptés.

La première étape pour sortir de cette impasse est de développer des évaluations scientifiques dans un cadre expérimental pertinent et reconnu.

Cependant leur évaluation se heurte régulièrement à des questions méthodologiques dues notamment à leur personnalisation aux besoins des patients et parfois aussi à divers malentendus.

La première question qui se pose, fondamentale, mais pas toujours clairement formulée dans les études, est de savoir si l'on veut évaluer une efficacité globale ou un effet spécifique au-delà de l'effet placebo.

Dans ce dernier cas, après avoir défini précisément les critères de jugement (plutôt tournés vers les maladies et les organes pour les thérapies biologiques, ou centrées sur le patient et les dimensions fonctionnelles qui sont des facteurs essentiels de qualité de vie pour les ThC), il convient de mettre en place un plan expérimental qui repose sur 3 principes clés :

- *Comparaison ou étude contrôlée* car on ne peut évaluer l'intérêt d'une méthode thérapeutique que de façon relative en la comparant à autre chose.
- *Raisonnement sur des groupes randomisés* permettant de répartir de façon aléatoire dans les groupes les facteurs de confusion.
- *Utilisation de l'aveugle* pour gommer la subjectivité du patient et du soignant.

Cette méthodologie permet de conclure, avec un risque d'erreur défini, que la différence observée entre les groupes peut raisonnablement être attribuée au traitement testé. Elle comporte cependant des limites :

- La personnalisation n'est pas toujours possible, l'aveugle non plus.
- Les résultats sont donnés « en moyenne » pour les données quantitatives, moyennes qui mélangent des patients plus ou moins répondeurs.
- La réalisation de l'étude peut être éloignée de la « vraie vie ».

L'évaluation scientifique n'est pas pour autant impossible. D'autres méthodologies peuvent être utilisées qui fournissent des niveaux de preuve variables : essais contrôlés randomisés sans aveugle, études qualitatives centrées sur le point de vue des patients (résultats rapportés par le patient), études mixtes, études de cohortes, études cas-témoins, analyse de situations complexes, et une mention particulière pour les études expérimentales en cas unique (SCED) qui se développent et sont l'étude intensive d'un sujet ou d'un petit groupe au cours du temps, etc.