

Évaluation des biais attentionnels vis-à-vis de stimuli diurnes et nocturnes liés au sommeil dans le trouble d'insomnie.

Objectif : L'objectif était de caractériser la nature des biais attentionnels liés au sommeil dans l'insomnie.

Méthodes : Soixante-quatre personnes souffrant de trouble d'insomnie et 70 témoins ont effectué deux tâches de repérage spatial de Posner comprenant des stimuli nocturnes (= images représentant des réveils), diurnes (= images représentant des personnes en situation de fatigue), et neutres. Les niveaux d'activation et de valence pour ces stimuli ont été évalués à l'aide d'une échelle de type Likert en 5 points (0= faible à 5=fort).

Résultats : Des biais attentionnels caractérisés par l'évitement des stimuli diurnes, ainsi que par la difficulté à se désengager des stimuli diurnes et nocturnes, ont été observés chez les personnes souffrant d'insomnie, par rapport aux témoins. Sur l'ensemble de l'échantillon, les difficultés à se désengager des stimuli diurnes et nocturnes étaient associées à un niveau élevé d'activation provoqué par ces stimuli, et à la sévérité de l'insomnie. Un niveau élevé d'activation pour ces stimuli était un médiateur de la relation entre les capacités de désengagement et la sévérité de l'insomnie.

Conclusion : Les biais attentionnels dans l'insomnie sont caractérisés par l'évitement des stimuli diurnes et par les difficultés de désengagement des stimuli diurnes et nocturnes. Seules les difficultés de désengagement affectent indirectement la sévérité de l'insomnie par le biais de l'activation provoquée par ces stimuli. Il semble important de développer des programmes d'entraînement à l'attention qui puissent réduire efficacement les biais attentionnels liés au sommeil dans l'insomnie.