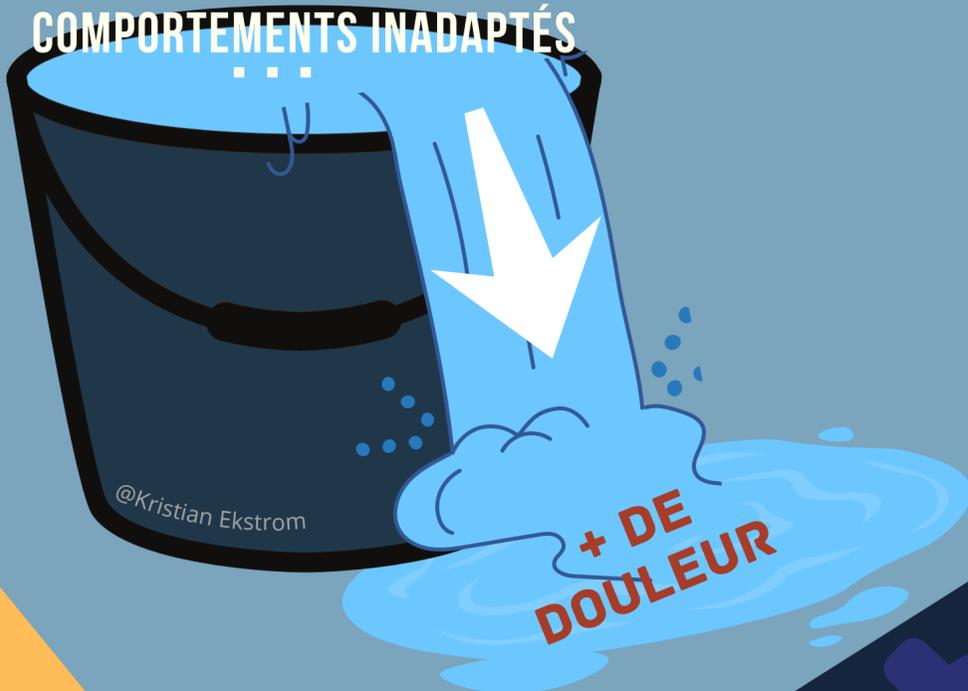


# LA DOULEUR CHRONIQUE

TABAC  
STRESS  
ANXIÉTÉ  
SÉDENTARITÉ  
DÉPRESSION  
PENSÉES NÉGATIVES  
FAUSSES CROYANCES  
TROUBLES DU SOMMEIL  
MAUVAISE ALIMENTATION  
COMPORTEMENTS INADAPTÉS  
...



LES DOULEURS CHRONIQUES SONT DES DOULEURS QUI DURENT + DE **3 MOIS** ET QUI SONT INFLUENCÉES PAR DE TRÈS NOMBREUX FACTEURS. ELLES NE SONT PAS/PLUS NÉCESSAIREMENT EN LIEN AVEC UNE LÉSION.

DE NOMBREUX FACTEURS PEUVENT CONTRIBUER À **L'APPARITION** ET AU **MAINTIEN** DE LA DOULEUR.

SUR QUEL(S) FACTEUR(S) POURRIEZ-VOUS AGIR POUR DIMINUER LE CONTENU DE VOTRE SEAU ?



PLUSIEURS DE CES FACTEURS PEUVENT INTERAGIR **LES UNS AVEC LES AUTRES**, FAVORISANT LE DÉVELOPPEMENT DE **CERCLES VICIEUX** ET LE **MAINTIEN DE LA DOULEUR CHRONIQUE**.

