

Un bilan podologique approfondi permet de déceler des troubles posturaux chez l'enfant.

La posturologie, une aide contre la dyslexie

Remettre le corps d'aplomb pour redonner du sens aux mots ? Une méthode étonnante centrée sur la stabilité réunit ainsi podologues, ophtalmologistes, orthoptistes et ostéopathes autour de la dyslexie.

NOTRE EXPERT

Philippe Villeneuve,
podologue, ostéopathe et président
de l'Association de posturologie
internationale (API).

A l'âge de l'apprentissage de la lecture et de l'écriture, 6 à 10 % des enfants rencontrent d'importantes difficultés, sans pourtant souffrir de troubles intellectuels, neurologiques ou visuels. Ils confondent, inversent, oublient des lettres, déchiffrent laborieusement, ne comprennent pas ce qu'ils lisent... Le diagnostic ? Dyslexie. Habituellement, son traitement repose sur l'orthophonie, voire la neuropsychologie. Mais une approche différente et complémen-

taire, mise au point par un médecin de rééducation fonctionnelle et un ophtalmologiste portugais, propose de prendre aussi en compte les problèmes de stabilité du corps : la méthode posturale ou posturologie.

Étonnant ? Pas tant que ça. Il y a dix ans, ces spécialistes ont constaté que la plupart des dyslexiques souffraient d'un défaut de perception de leur corps dans l'espace, de « proprioception ».

RÉTABLIR L'ÉQUILIBRE

« Notre corps oscille sans cesse. Sa stabilité est assurée par un système automatique complexe, qui fait appel aux muscles, ainsi qu'à des "capteurs" de position. Leur rôle ? Apporter l'information au système nerveux central qui modifie alors la tension des muscles de façon subtile pour

assurer l'équilibre. Ainsi, lorsqu'on lève un bras, les muscles des pieds sont les premiers à travailler : la stabilisation avant l'action. Il s'agit là de phénomènes dynamiques imperceptibles, mais mesurables grâce à des appareils de stabilométrie et de podométrie, qui analysent la posture et calculent les différences d'appui », explique Philippe Villeneuve. Parmi ces capteurs, l'oreille interne est connue pour être l'organe de l'équilibre. Mais les yeux et la plante des pieds jouent aussi un rôle essentiel, à un niveau plus ou moins élevé selon le mouvement et le contexte. Il est, par exemple, difficile de tenir debout, un pied levé, les yeux fermés.

Si le cerveau peut compenser des petits déséquilibres, les problèmes surviennent lorsqu'un des capteurs se

>>> dérègle et qu'il intègre mal les informations transmises. Les muscles, travaillant à mauvais escient, peuvent alors se fatiguer, voire devenir douloureux.

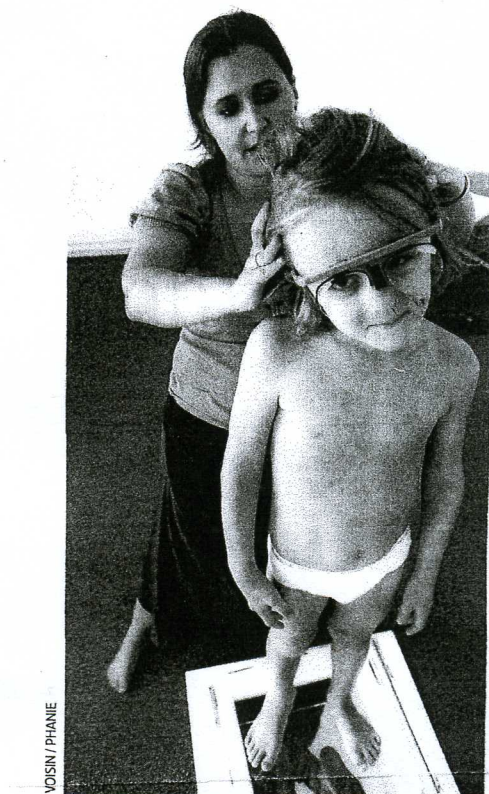
« Les dyslexiques se tiennent souvent la tête quand ils travaillent, parce que, chez les enfants, la tête est lourde par rapport au reste du corps. Ils ont aussi plus de mal à tenir en équilibre sur un pied. Et même s'ils n'ont pas de problème de vue, les muscles oculomoteurs qui contrôlent les mouvements de leurs yeux présentent souvent une défaillance, précise notre expert. En fait, l'œil capture les informations comme la main attrape un objet. Quand on est bien stable, c'est simple. En revanche, en équilibre sur un ballon, on a

plus de mal. C'est un peu ce qui se passe chez les dyslexiques : quand ils lisent, en arrivant au bout d'une ligne, ils ont ainsi des difficultés à trouver la suivante. »

DES LUNETTES ET DES SEMELLES SPÉCIALES

La prise en charge posturale est pluridisciplinaire afin d'agir sur l'ensemble de ces dysfonctionnements. L'idéal ? Avant 16-17 ans, âge auquel la maturité de la stabilité est acquise. Tout commence par un bilan clinique, une batterie de tests, la plupart du temps réalisés chez un podologue ou un ophtalmologue posturologue et destinés à repérer les capteurs défaillants. Parce qu'il réclame une participation active de l'enfant, celui-ci est rarement effectué avant l'âge de 7 ans. Le traitement repose ensuite sur le port de semelles de posture, qui stimulent des points spécifiques, et de lunettes à prismes, des verres qui décalent très légèrement l'environnement visuel. Les consultations chez les médecins sont prises en charge et les lunettes et semelles sont partiellement remboursées par la Sécurité sociale sur la base de forfaits, éventuellement complétés par les mutuelles.

« En parallèle, on adapte aussi l'environnement de travail de l'enfant, pour éviter d'accentuer son déséquilibre, avec un pupitre incliné, une caisse sous ses pieds si besoin est. On lui fait aussi faire des exercices de gymnastique particuliers dans le but de lui apprendre à se relaxer et à adopter les bonnes positions pour lire, écrire, marcher, dormir... Selon les cas, il peut enfin



VOISIN / PHANIE

s'avérer intéressant de réaliser des séances d'ostéopathie afin de corriger des causes mécaniques», ajoute Philippe Villeneuve.

Il faut compter environ cinq ans de traitement, et la méthode ne donne pas les mêmes résultats chez tous les enfants. C'est aussi pour cette raison qu'elle ne se substitue en aucun cas à la rééducation orthophonique. Mais les études ont montré une amélioration significative sur la lecture et le temps de concentration après six mois, avec, à la clé, des progrès scolaires chez 80 % des dyslexiques traités. Ce qui permet déjà de redonner un peu d'estime de soi à ces enfants qui manquent souvent de confiance en eux. ■

ANNE-SOPHIE BRUNET

Le traitement postural est rarement prescrit avant l'âge de 7 ans, car il réclame la participation active de l'enfant.

■■■ CARNET PRATIQUE

Si de plus en plus de podologues se forment à la posturologie, seuls une dizaine d'ophtalmologistes sont spécialisés en France. Pour les trouver :

■ Association de posturologie internationale (API)

En plus d'informations sur cette pratique, l'API met en ligne une liste des posturopodistes en France.

20, rue du Rendez-Vous, 75012 Paris.

Tél. : 01 43 4714 55. www.posturologie.asso.fr

■ Un centre spécialisé

Depuis un an, un centre regroupe les spécialistes et compétences nécessaires au dépistage, au diagnostic et à la prise en charge du syndrome de déficience posturale et de la dyslexie.

Prodys, 11 bis, avenue Mac-Mahon, 75017 Paris.

Tél. : 01 45 741010. www.prodys.eu