Mieux comprendre l'ostéopathie comme élément de réponse

aux enjeux de santé publique

Le 17 juin dernier, se tenait au Centre National des Arts et Métiers la première Journée de l'Ostéopathie au cours de laquelle sont intervenus de nombreuses sommités du monde médical et ostéopathique, ainsi que des représentants d'associations et du Ministère de la Santé. L'occasion pour la plupart d'entre eux de témoigner leur intérêt pour une pratique encore jeune au regard de la loi et qui ne cesse de faire des émules, mais aussi de dresser un état des lieux de la profession et d'envisager son avenir. Une journée riche d'enseignements et de réflexions, articulée autour de deux sujets majeurs : l'ostéopathie pédiatrique et l'ostéopathie du sport.

L'OSTÉOPATHIE UN MÉTIER EN DEVENIR

Une profession en questions

Édouard Couty, Magistrat à la Cour des comptes, a introduit cette Journée de l'ostéopathie en mettant l'accent sur les questions qui se posent aujourd'hui à ceux qui exercent cette pratique. Pour lui, cette journée doit marquer « *le début d'un processus de rencontres et d'échanges d'expériences, en fin de production de savoir* ».

-

S'inscrire dans les évolutions législatives

L'ostéopathie est une profession encore très jeune au plan juridique, puisque c'est la loi de mars 2002, dite Loi « Kouchner », qui l'a officiellement reconnue, en introduisant notamment :

-

La liste des actes que les ostéopathes sont autorisés à pratiquer

-

L'inscription des professionnels sur une liste

-

La réglementation de la formation initiale

-

L'obligation d'une formation continue pour les professionnels

-

L'enregistrement des diplômes

-

Les bonnes pratiques labellisées par la profession

On trouve, dans ce texte, beaucoup de points communs avec les autres professions de santé et pourtant, les actes ne sont pas remboursés et la pratique de la discipline n'est pas considérée comme une profession médicale ou paramédicale. Les ostéopathes doivent donc réfléchir à l'avenir de leur activité, dans un contexte général très évolutif.

Ainsi, au moment où le débat sur l'application en France de la maquette LMD (Licence Master Doctorat) à toutes les professions paramédicales est au cœur de l'actualité, comment s'inscrit l'ostéopathie dans ce mouvement général « d'universitarisation » des formations initiales et des diplômes ?

De son côté, le Ministère de la Santé met en place, avec prudence, la réingénierie des formations, diplômes et métiers, pour les professions de santé. Comment l'ostéopathie, qui n'est pas une profession de santé, mais s'inscrit dans le champ du soin, peut-elle se positionner ?

Enfin, la Haute Autorité de Santé (HAS), autorité scientifique indépendante, qui travaille sur la qualité des soins, la qualité du système, les bonnes pratiques et les stratégies thérapeutiques a publié le 7 juin dernier un rapport intitulé « Développement de la prescription de thérapeutiques non médicamenteuses et validées ». Ce rapport fait notamment le point sur les freins au développement de ce type de prescriptions et les pistes de solutions à apporter.

Une démarche qui sonne comme une forte incitation à pratiquer ce que certains appellent la « médecine sobre ». Il y a là un champ de réflexion qui s'ouvre à l'ostéopathie, qui doit trouver les moyens de s'inscrire dans une

telle initiative, faire connaître son activité aux autres professionnels de la santé, mais également à la population.

Ce sont toutes ces questions que cette profession émergente doit se poser : une réflexion à engager et des réponses attendues tant elles paraissent déterminantes pour son avenir.

-

Et demain ?

Michèle Lenoir-Salfati, représentante de la Direction Générale de l'Offre de Soins au Ministère de la Santé, est venue s'exprimer sur la position du ministère en matière de pratique ostéopathique dans notre pays. Elle a rappelé le chemin de la construction réglementaire et les évolutions encore nécessaires afin de garantir la sécurité des actes.

-

le dispositif d'encadrement

En 2002, le législateur a considéré que les actes ostéopathiques qui touchent le corps et sont destinés à soigner ou à prévenir les troubles fonctionnels ne pouvaient pas être considérés comme du simple « bien-être ». C'est pourquoi il a voulu donner à l'ostéopathie un cadre réglementaire, afin d'assurer aux patients la qualité et la sécurité de ces actes.

C'est en 2007 qu'ont été pris les décrets d'application et qu'a été élaboré le dispositif réglementaire, qui repose sur 2 points essentiels :

1) La reconnaissance et l'usage du titre d'ostéopathe

Un moyen d'assurer et de garantir au public que l'on ne s'autoproclame pas ostéopathe, mais qu'il s'agit d'une pratique encadrée par l'Etat, qui répond à certaines exigences. Ce titre ne fait pas de l'ostéopathie une profession de santé réglementée pour autant, car soumise à une très grande diversité d'appartenance et de formations : sur les 15 000 ostéopathes déclarés, on trouve en effet des médecins, des kinésithérapeutes, des infirmières, des sages-femmes et des ostéopathes dits « exclusifs ».

2) Ordonner les conditions d'exercice de cette pratique, en définir les actes et la formation

En 2007, le Ministère a constitué un groupe de travail rassemblant l'essentiel des représentants de la profession.

A l'issue de cette réflexion, la définition de l'ostéopathie - « prise en charge manuelle des troubles fonctionnels » - et des actes réalisés par l'ostéopathe a été minimale. La pratique a été encadrée et les limites de l'exercice définies avec encore, à l'époque, une grande prudence et certaines réticences des professionnels notamment médicaux.

Même chose pour la formation qui a été traitée dans ses grandes lignes : nombre d'heures de formation minimum exigées, réparties entre théorie et pratique et définition des critères d'agréments des écoles de formation à l'ostéopathie. Ces derniers, en l'absence d'un référentiel de compétences et de formation ne pouvaient pas, pour l'essentiel, permettre de mesurer la qualité de la formation.

-

Un dispositif très discuté

Le dispositif est aujourd'hui très discuté. Il existe en effet de nombreux contentieux notamment autour de l'agrément des écoles. **Des pistes d'évolution sont donc aujourd'hui évoquées :**

Concernant la pratique et la reconnaissance de la profession, il s'agit de :

1) Proposer un travail aux professionnels permettant de construire les bases d'un référentiel de formation partagé et tenant compte de la diversité des parcours ;

2) réaliser une évaluation scientifique des bénéfices/risques de l'ostéopathie. Cette mission d'évaluation a été confiée à l'INSERM.

Concernant la très grande diversité de la formation dispensée par les écoles, plusieurs pistes doivent être étudiées :

1.

Réviser les critères d'agrément des écoles : les rendre plus discriminants en intégrant des éléments qualitatifs (adossement à une clinique par exemple) ;

2.

mettre en œuvre des procédures de contrôle des établissements de formation, voire une intégration de représentants de la santé au niveau régional au conseil des écoles.

-

Crédibiliser et vulgariser la pratique de l'ostéopathie

L'Académie d'ostéopathie, représentée lors de cette première journée par sa Vice-Présidente Clairette Martin, a pour but de divulguer et de promouvoir le concept ostéopathique à travers l'écrit. Pour cela, elle souhaite :

1) Créer l'école méthodologique de l'ostéopathie

« *Nous avons une avance considérable sur le plan pratique et manuel, que nos patients nous reconnaissent. Nous sommes capables, avec nos mains intelligentes, de soigner une personne dans sa globalité. Or, il y a un écart considérable entre cette avance pratique et ce que nous sommes capables de dire et de produire en termes d'écrits, de recherches...* » Constate Clairette Martin.

Une réflexion qui doit amener à la création d'une école méthodologique, capable de développer un outil adéquat à la démarche ostéopathique qui se veut qualitative, à l'instar de celui de la médecine qui se place lui, sur un plan plus quantitatif. Cette méthodologie peut être créée à partir des outils qualitatifs et quantitatifs existants, en les adaptant ou en les mixant. Les pratiques ostéopathiques pourront ainsi être validées et obtenir de la crédibilité vis-à-vis du monde scientifique et médical.

2) Développer le dialogue avec les populations concernées

Une fraction importante de la population n'a jamais consulté un ostéopathe et ignore même précisément en quoi consiste cette pratique. Une méconnaissance qui découle d'une responsabilité collective. Il faut trouver de meilleures façons de communiquer avec le public et de lui donner envie de consulter un ostéopathe.

Une démarche incontournable qui doit être étendue aux pouvoirs publics et

au monde médical.

-

Par où il faut en passer

La reconnaissance des pouvoirs publics aidera sans doute à rassurer les médecins sur l'ostéopathie, ce qui est encore loin d'être le cas aujourd'hui. À moins que, comme Aldo Naouri, pédiatre et auteur de nombreux livres consacrés à l'enfant, une expérience singulière ne les convertisse à un art qui ne doit rien à la « magie ».

-

Aldo Naouri : un pédiatre convaincu par l'ostéopathie

« *L'ostéopathie, c'est de la foutaise* » : c'est en ces termes, volontairement provocateurs, qu'Aldo Naouri, éminent pédiatre, a débuté son intervention lors de la première journée de l'ostéopathie. Ancien procureur d'une profession dont il se méfiait au départ, faute de la comprendre, il est devenu depuis l'un de ses plus ardents défenseurs. Un changement qui s'est opéré tardivement, suivant un long cheminement, semé de questionnement et de douleurs.

-

Aldo Naouri : un pédiatre convaincu par l'ostéopathie

« *L'ostéopathie, c'est de la foutaise* » : c'est en ces termes, volontairement provocateurs, qu'Aldo Naouri, éminent pédiatre, a débuté son intervention lors de la première journée de l'ostéopathie. Ancien procureur d'une profession dont il se méfiait au départ, faute de la comprendre, il est devenu depuis l'un de ses plus ardents défenseurs. Un changement qui s'est opéré tardivement, suivant un long cheminement, semé de questionnement et de douleurs.

Aldo Naouri, pédiatre

« *La médecine est une défense contre la mort : elle s'enseigne sur des cadavres. Or, la vie est un équilibre entre 2 forces contraires. En médecine, on ne cherche pas à voir les forces de vie, uniquement celles de mort.*

Je savais quoi faire pour sauver un enfant mourant, mais je ne savais pas comment m'occuper d'un enfant vivant. J'étais incapable de gérer la vie.

La conception de l'ostéopathe est plus sage, elle consiste à dire : nous n'avons pas le choix, occupons-nous de la vie.

Je sais aujourd'hui que si l'on me donnait l'occasion de refaire mon parcours professionnel, je serais ostéopathe. »

C'est lorsqu'il s'installe comme pédiatre de ville que l'ostéopathie rentre pour la première fois dans sa vie. Confronté aux inquiétudes naturelles des parents, lui, plus habitué à soigner des nourrissons sans « voix », il se rend compte qu'il est incapable de les aider. Nombre d'entre eux lui rapportent par ailleurs leur expérience chez un ostéopathe, parvenu à régler un problème récurrent chez leur enfant.

Aldo Naouri se renseigne et ce qu'il découvre sur l'ostéopathie le renforce dans sa condamnation de cette pratique *« l'ostéopathie prétendait intervenir sur les articulations du crâne, ce qui n'avait aucun sens pour un médecin* ». Quelques années plus tard, alors qu'une lombalgie chronique l'oblige quotidiennement à avaler des dizaines d'anti-inflammatoires pour supporter la douleur, il entreprend un voyage d'agrément en Écosse. Sur place, il se retrouve par hasard, entre les mains d'un ostéopathe, qui au terme d'une séance de 40mn, le laisse avec une douleur diminuée de 80%. Une fois à Paris et sur les conseils d'amis éclairés, il se décide à poursuivre cette expérience. Après seulement 2 séances, son mal de dos a définitivement disparu, transformant dans le même temps cet incorrigible sceptique en un défenseur inconditionnel de l'ostéopathie.

L'OSTÉOPATHIE PÉDIATRIQUE

Une autre réponse au bien-être du nourrisson et de l'enfant

En peu de temps, l'ostéopathie pédiatrique a pris une place importante dans la chaîne de soin du nourrisson et du petit enfant, séduisant tout particulièrement les parents qui se retrouvent souvent démunis face à des problèmes de pleurs incessants, de reflux, de torticolis, de déficit d'attention, d'hyperactivité, d'hypotonie ou encore de troubles du sommeil. Des perturbations fréquentes chez l'enfant et que le pédiatre a quelquefois du mal à résoudre

.

Faute de réponses «médicales» à leurs problèmes, les parents se tournent désormais, souvent sur le conseil de leur entourage, vers des ostéopathes DO (Diplômé en Ostéopathie), capables de régler en peu de séances ces difficultés passagères. Car, si l'ostéopathie guérit les troubles fonctionnels, elle sert également à les prévenir : une réflexion qui s'accorde particulièrement bien avec les soins pédiatriques.

C'est ainsi que, progressivement, cette pratique pénètre les maternités, jouant un rôle préventif, mais aussi actif auprès des nourrissons. Toutefois, les places restent rares, les obstacles nombreux et les réticences profondes.

-

L'ostéopathie à la maternité : vers une meilleure reconnaissance

Dans le cadre de son mémoire, Catherine Garrigos-Montaron, étudiante en ostéopathie, a mené l'enquête entre octobre 2009 et janvier 2010 auprès des 526 maternités françaises, publiques et privées, pour comprendre quelle était la place de l'ostéopathie au sein de ces structures. Seules 24 d'entre elles n'ont pas souhaité répondre au questionnaire qui leur a été soumis.

Résultats : 493 maternités n'ont pas d'ostéopathes contre seulement 63 qui ont fait la démarche d'en accueillir un dans leur service, soit moins de 15%. Par ailleurs, le

secteur public est à la traîne puisqu'on n'y trouve que 8,3% d'ostéopathes, contre 20% dans le privé.

Et pourtant, curieusement, 76 % des sages-femmes interrogées se disent convaincues de l'intérêt de cette pratique pour les nouveaux nés et conseillent d'ailleurs souvent à leurs patientes d'en consulter un dès leur sortie de la maternité.

-

Alors, pourquoi un nombre d'ostéopathes aussi réduit dans les maternités françaises ?

La réponse est plurielle :

-

Le manque de budget est l'argument le plus souvent cité ;

-

Les difficultés structurelles ensuite : l'ostéopathie n'étant pas reconnu comme une profession médicale, mais simplement comme une pratique, les établissements peinent à convaincre les assurances et à définir un statut précis dans les contrats de travail ;

-

Le déficit d'information des médecins et du personnel encadrant, mais aussi le manque d'intérêt pour une pratique encore méconnue ;

-

La réticence des pédiatres par manque d'information et de validité de nos pratiques. Ils restent prudents. Nous devons les convaincre de notre complémentarité ;

-

Enfin, l'absence de candidature spontanée est également un frein à l'expansion de la pratique.

-

Comment faire évoluer les choses ?

« *L'ostéopathie pédiatrique demande des compétences spécifiques et nécessite une formation complémentaire au diplôme classique que nous avons évaluée à 400h, réparties entre la théorie et la pratique. Plus encore que dans d'autres domaines, la sécurité du patient est primordiale et seules la compétence et l'expérience du praticien peuvent la garantir* ». Souligne Michèle Barrot
, ostéopathe à la maternité de l'hôpital d'Argenteuil et secrétaire du CDOP (Collectif de Développement de l'Ostéopathie Périnatale).

Devenir ostéopathe en maternité demande donc une parfaite maîtrise de son art, mais également une grande volonté et une capacité à saisir les rares opportunités qui peuvent se présenter.

« *Intégrer une maternité ne se fait pas du jour au lendemain. Nous essuyons encore les plâtres dans ce domaine. La reconnaissance de l'ostéopathie en tant que profession favorisera sans aucun doute son développement à l'hôpital, mais le chemin risque d'être encore long, c'est pourquoi nous ne devons pas baisser les bras* . » Enchaîne Michèle Barrot.

-

L'ostéopathie à la maternité concrètement

Dans une maternité, tous les bébés ne bénéficient pas d'une assistance ostéopathique, pour des raisons évidentes de temps. Les consultations découlent d'une concertation entre les différents corps de métiers (sages-femmes, puéricultrices, pédiatres et ostéopathes) et se fondent essentiellement sur la reconnaissance de ce que l'on nomme les signes d'appels.

Il peut s'agir de pleurs ou de geignements continus, laissant penser à une douleur non encore identifiée, d'une difficulté à téter, notamment en néo-natalité puisque la faculté de s'alimenter conditionne bien souvent la sortie du bébé, d'une position anormale de la tête due à un torticolis, d'une hypotonie ou encore d'un accouchement difficile.

-

Parents, enfant, ostéopathe : naissance d'un dialogue à 3 voix

Pour Bruno Ducoux, ostéopathe DO l'ostéopathie n'est rien de moins qu'un enjeu de santé publique. Ce professionnel, exerçant depuis 30 ans, a travaillé de longues années dans l'illégalité la plus totale. En 1982, lorsqu'il devient père, il se concentre sur l'ostéopathie pédiatrique et s'évertue depuis à faire tomber les derniers bastions de résistance en axant son discours sur l'intégration de l'ostéopathie auprès de l'enfant dès sa naissance dans ce qu'il nomme « un dialogue à 3 voix ».

« Mon expérience m'a prouvé que la vie ne commence pas le jour de la naissance et qu'elle n'est pas l'opposée de la mort. Toutes les d'informations qui passent entre la mère et l'enfant pendant la grossesse, mais aussi au moment de l'accouchement, ont des incidences sur la vie future. On se rend compte, avec l'humilité de nos mains, que les corps nous parlent et que des échanges sont possibles et bénéfiques pour le petit enfant ». Explique Bruno Ducoux.

Lors de la naissance, les parents, au terme d'une longue attente, découvrent le visage et le corps d'un bébé dont ils ont longtemps rêvé. La maman l'a porté durant 9 mois sans le voir, mais en ayant déjà instauré avec lui un

dialogue intime, cœur à cœur. Et, pendant le temps de la gestation, le bébé a également développé une expérience sensorielle très riche. À cela s'ajoutent les informations génétiques et l'expérience initiatique de la naissance, qui peut être douloureuse, difficile mais qui reste essentielle pour son développement futur.

« *Il est intéressant que l'ostéopathe puisse intervenir dans les heures qui suivent la naissance dans le cadre d'un dialogue à trois voix entre le bébé, la maman et le professionnel. Cette première rencontre doit être placée sous le signe de l'échange tactile plutôt que de la manipulation à proprement parler. Elle naît de l'intention des parents de montrer leur nouveau-né à un ostéopathe et c'est la disponibilité, la*

compétence professionnelle et l'attitude juste de ce dernier qui seront prépondérantes pour ouvrir le champ de communication et d'échange avec le bébé et son environnement. » Précise Bruno Ducoux.

Les réactions émotionnelles du nouveau-né sont partie intégrante du traitement ostéopathique, et il est important que les parents mettent des mots sur ces émotions afin de permettre à l'enfant d'éliminer de sa mémoire corporelle, un passé récent qui peut déjà être un fardeau et qui peut se traduire par des troubles dans la petite enfance : des pleurs, des difficultés respiratoires, pour téter ou pour digérer, une mauvaise posture de la tête ou encore un sommeil perturbé. Ce sont ces troubles fonctionnels qui peuvent être prévenus dès la naissance par l'ostéopathie.

L'instauration de ce dialogue à 3 voix peut-être une aide puissante pour le futur de ce bébé. Son système immunitaire s'en trouvera renforcé et sera plus harmonieux.

Une conception de l'ostéopathie pédiatrique, qui rejoint celle de Jean-Pierre Relier, chef du service de néonatalogie de Port-Royal pendant 20 ans et professeur de pédiatrie à l'hôpital René-Descartes pendant 30 ans, également auteur de « Adrien ou la colère des bébés ».

Pour lui, l'ostéopathie pratiquée tôt après la naissance doit avoir comme but de « *reconstituer l'univers sensoriel auquel l'enfant a été habitué durant 9 mois de vie intra-utérine : olfactif, auditif et gustatif.* »

L'OSTÉOPATHIE ET LE SPORT DE HAUT NIVEAU

La médecine de l'homme en mouvement

L'ostéopathie dans le sport de haut niveau découle d'une médecine spécifique et nouvelle : la médecine de l'homme qui court, de l'homme en mouvement, en opposition à celle traditionnelle de l'homme couché, dispensée dans les cabinets des généralistes. Une pratique qui peut-être curative, répondant à l'urgence, mais avant tout une médecine préventive, capable de détecter les dysfonctionnements à venir, de prévenir des lésions, d'entretenir et de comprendre le corps dans sa globalité, favorisant ainsi la performance grâce au maintien de l'équilibre postural.

-

La médecine du sport : une médecine plurielle

Médecin du sport, attaché à l'Olympique Lyonnais de 1976 à 2007 et à l'équipe de France de 1993 à 2004, Jean-Marcel Ferret fait partie des professionnels de santé à l'esprit ouvert.

Lorsqu'il débute sa carrière dans l'accompagnement médical des sportifs de haut niveau, il découvre que les choix offerts par la médecine traditionnelle sont limités et pas toujours recommandés pour ces corps constamment sollicités. Sur le plan thérapeutique, ils se réduisent bien souvent à : la cryothérapie, au repos, à des massages et à l'administration d'anti-inflammatoires et de myorelaxants.

Or pour un sportif de haut niveau, le repos n'est pas forcément une méthode adaptée tout comme l'ingestion massive d'anti-inflammatoires qui, outre leur effet nocif sur la muqueuse gastro -duodénale, entrainent une lyse des hépatocytes, ce qui n'est pas très favorable sur le plan énergétique.
Jean-Marcel Ferret se tourne alors vers d'autres disciplines telles que : l'homéopathie, la kinésithérapie, l'isocinétisme (renforcement musculaire), la nutrithérapie et bien entendu, l'ostéopathie.

« *Pour moi, il n'existe pas DES médecines, mais UNE seule comprenant des techniques différentes, complémentaires et synergiques pour une prise en charge globale du sportif. L'athlète, il faut le traiter de haut en bas, de la tête aux pieds. Et, surtout, il faut lui apporter une réponse comportant le moins possible d'effets iatrogènes, capable d'optimiser ses performances dans le respect de l'éthique.* » Explique-t-il.

Le médecin du sport doit agir comme le chef d'orchestre d'une équipe thérapeutique multi-disciplinaire. Ainsi il pose le diagnostic, établit le protocole de soins et guide ses collaborateurs dans la partition à jouer, en fonction de leur spécialité instrumentale.

-

Les atouts de l'ostéopathie pour le sportif de haut niveau

L'ostéopathie peut se révéler d'une efficacité remarquable dans le cadre d'une prise en charge pluridisciplinaire de l'athlète. Ainsi elle :

-

stimule les défenses naturelles, ainsi que les capacités de récupération et d'adaptation de l'organisme ;

-

libère de la mobilité articulaire et tissulaire ;

-

optimise le potentiel de l'athlète en améliorant notamment sa rapidité d'adaptation ;

-

s'inscrit à la fois dans une action préventive et curative ;

-

présente peu ou pas d'effets secondaires ;

-

nécessite peu de matériel, avant, pendant et après la compétition ;

-

bénéficie d'une très bonne acceptabilité des sportifs qui la plébiscitent.

Julien Vignes, ostéopathe DO auprès de tennismen de haut niveau confirme et détaille ces bénéfices :

-

Sur le plan mental : le diagnostic et le traitement ostéopathique s'inscrivent parfaitement dans l'esprit du sport. En effet, le sportif de haut niveau est particulièrement attentif aux réactions de son corps et donc au mouvement. Il fait donc naturellement confiance à l'ostéopathe pour en prendre soin, ce qui optimise bien sûr les résultats. De plus, il ne s'expose pas à un risque de dopage pouvant survenir dans le cadre d'un traitement allopathique : ici tout est naturel.

-

Sur le plan curatif : la douleur du sportif est généralement associée à un geste particulier, d'où un recourt logique à l'ostéopathie, reconnue pour être particulièrement efficace dans le traitement des douleurs dynamiques.

-

Autre atout majeur pour le sportif de haut niveau : la rapidité thérapeutique. Certains dysfonctionnements spécifiques nécessitent de régler un problème mécanique par des traitements longs qui incluent la prise d'antalgiques et des séances de kinésithérapie. Or, le sportif ne peut pas mettre sa carrière entre parenthèses durant un mois. L'ostéopathe doit ici prendre sa place dans le traitement, en réduisant immédiatement ce déséquilibre mécanique, permettant au joueur de poursuivre la compétition, avant de laisser la place au kiné, qui intervient alors dans le cadre de la rééducation.

-

Enfin, l'ostéopathie permet de ***détecter les mobilités articulaires déficientes*** , à l'origine de blessures graves. L'ostéopathe rencontre ainsi régulièrement le sportif, dressant son carnet de santé biomécanique, afin de contrôler sa charge d'entraînement, discuter des dysfonctionnements éventuels ou prévisibles avec son staff et rassurer le sportif sur ses capacités.

-

L'ostéopathie dans le sport de haut niveau : Mode ou nécessité ?

Pour Julien Vignes, la mode est une chose éphémère qui consiste à *« faire comme tout le monde*

» sans se poser de question. Or, l'ostéopathie existe depuis de nombreuses années et s'inscrit dans la durée. Lorsqu'un sportif professionnel pousse la porte du cabinet d'un ostéopathe, il ne vient pas « *parce que c'est à la mode, mais parce que c'est vital pour la poursuite de sa carrière* ».

Toutefois, on ne peut pas nier que l'ostéopathie s'inscrit dans un courant de pensée qui s'impose aujourd'hui dans notre société : la volonté de revenir à des choses plus simples et plus naturelles.

« *L'ostéopathie est à la fois méthodologique et conceptuelle, ce qui fait qu'elle est souvent mal comprise du monde médical. Pour moi, il ne s'agit ni d'une mode ou d'une nécessité, mais d'un courant nécessaire* . » Conclut Julien Vignes.

Observer pour comprendre

L'ostéopathie fonde sa pratique sur la manipulation, mais également sur l'écoute et l'observation des corps. Par ailleurs, chaque sport présente ses particularités, ses douleurs spécifiques. L'ostéopathie se répand aujourd'hui dans toutes les disciplines sportives, même les plus récentes comme le Stand Up Paddle (une discipline du surf qui se pratique avec une pagaie). Ce sport a été introduit en France en 2005, notamment par l'un de ses plus grands compétiteurs Rico Leroy, champion de France et d'Europe 2010 de

la discipline.

C'est en suivant ce sportif et en étudiant ses concurrents au fil des compétitions qu'Eric Delion, ostéopathe DO, a observé que les douleurs aux coudes fréquemment ressentis lors de l'introduction de la discipline chez ces surfeurs, provenaient non pas du matériau utilisé pour la fabrication des pagaies, mais de leur taille inadaptée. Il parvint aussi à l'aide de deux études comparatives, à définir les motifs de consultation et les dysfonctions spécifiques présentés par ces compétiteurs, en les comparants avec ceux des surfeurs sans pagaie. C'est finalement l'étude et la prise en compte des rapports que ces sportifs entretiennent avec leur environnement (la pagaie et leur position à la rame sur la planche) qui, conformément aux concepts ostéopathiques, éclairent ces résultats.

Observer pour comprendre

L'ostéopathie fonde sa pratique sur la manipulation, mais également sur l'écoute et l'observation des corps. Par ailleurs, chaque sport présente ses particularités, ses douleurs spécifiques. L'ostéopathie se répand aujourd'hui dans toutes les disciplines sportives, même les plus récentes comme le Stand Up Paddle (une discipline du surf qui se pratique avec une pagaie). Ce sport a été introduit en France en 2005, notamment par l'un de ses plus grands compétiteurs Rico Leroy, champion de France et d'Europe 2010 de la discipline.

C'est en suivant ce sportif et en étudiant ses concurrents au fil des compétitions qu'Eric Delion, ostéopathe DO, a observé que les douleurs aux coudes fréquemment ressentis lors de l'introduction de la discipline chez ces surfeurs, provenaient non pas du matériau utilisé pour la fabrication des pagaies, mais de leur taille inadaptée. Il parvint aussi à l'aide de deux études comparatives, à définir les motifs de consultation et les dysfonctions spécifiques présentés par ces compétiteurs, en les comparants avec ceux

des surfeurs sans pagaie. C'est finalement l'étude et la prise en compte des rapports que ces sportifs entretiennent avec leur environnement (la pagaie et leur position à la rame sur la planche) qui, conformément aux concepts ostéopathiques, éclairent ces résultats.

-

La reprogrammation posturale

C'est en faisant perdre son équipe, le Stade Toulousain, dont il a été le médecin pendant 30 ans, que Patrick TEPE découvre une nouvelle discipline fascinante : l'ostéopathie.

« *Le jour d'un grand match, le médecin de l'équipe adverse est venu me trouver. L'un de ses principaux joueurs était douloureusement handicapé par un lumbago aigu et aucun de ses traitements n'agissait efficacement. Je me suis retrouvé comme lui, impuissant à résoudre ce problème. Je disposais alors dans mon équipe d'un tout jeune ostéopathe qui tenait un discours nouveau. Je l'ai laissé intervenir auprès du joueur. 1/4h plus tard, ce dernier se retrouvait sur le terrain, marquait contre notre équipe et 1h30 après, remportait le match. Quelques années plus tard, je passais moi-même mon diplôme d'ostéopathe .* »

Dès lors, Patrick TEPE se passionne pour cette discipline et prend conscience de sa capacité à agir sur le contrôle postural, essentiel dans le sport de haut niveau : « *Il existe une interaction entre tous les éléments de notre structure bio mécanique : tendons, muscles, os, tissus conjonctifs, qui s'inscrivent dans une continuité pour assurer le schéma postural et faire face*

aux contraintes que le corps devra affronter tout au long de sa vie. Ce qui m'a intéressé dans l'ostéopathie, c'est la possibilité de dépasser la notion de symptôme : faire un diagnostic c'est facile pour un médecin, mais le plus fascinant c'est de chercher et de comprendre le mécanisme initial primaire qui aboutit à ce déséquilibre.»

Patrick TEPE parle ainsi de son métier comme d'une reprogrammation posturale permanente : « *il s'agit de concevoir le corps dans sa globalité, un tout indivisible et qui possède des programmes préétablis sur lesquels l'ostéopathe peut agir* »

Ainsi, on peut comprendre, par une approche thérapeutique, comment le corps s'adapte au fur et à mesure de ses blessures, des traumatismes ou de la chirurgie qu'il subit.

Il est donc normal pour Patrick TEPE que l'ostéopathie ait acquis ses lettres de noblesse dans le sport. « *L'homme dressé sur ses pattes postérieures se tient debout et si un élément de ce corps participant au maintien de cet équilibre vient à être perturbé, c'est toute l'architecture posturale qui souffre. Une manipulation, en particulier vertébrale, n'est jamais neutre et interfère de façon pluri-systémique imposant dès lors la notion de diagnostic différentiel. Cette notion est fondamentale puisque c'est elle qui donne à l'ostéopathie sa vraie place en tant que médecine complémentaire.*

» »

Partant de cette donnée, il faut se demander quelle action on peut avoir sur l'architecture posturale, sachant que ce contrôle, cette capacité à rester debout, à se déplacer, à courir, à s'accroupir, à lever les bras, fait partie des bases fondamentales de notre activité quotidienne. La reprogrammation des anomalies posturales va donc mener vers un meilleur équilibre et un mouvement plus sûr. Dans le sport de haut niveau notamment, il faut préparer le corps à réagir aux dysfonctionnements prévisibles, car tout se fait dans la vitesse et dépend de la qualité de la réponse centrale qui permettra de réaliser le geste parfait dans la pression, faisant intervenir une multitude de fonctions.

L'amélioration de la posture participe ainsi à:

-

Maintenir les fonctions vitales : circulation, digestion…

-

Protéger les organes nobles

-

Lutter contre la gravité

-

S'accommoder des contraintes mécaniques internes : émotionnelles, motrices…

Une correction posturale va influencer d'autres paramètres : l'auto régulation, l'auto- immunité, l'auto équilibre de toutes les fonctions de notre corps.

L'intérêt la reprogrammation posturale en 3 points :

-

Du bébé au champion du monde : l'ostéopathie doit permettre de soulager le patient et de permettre à son corps de fonctionner sans dérangement. Pour un sportif de haut niveau plus le corps est équilibré, moins il y a de tensions, plus la gestuelle est facile, moins il a de contraintes mécaniques et plus il sera performant.

-

La prévention : c'est le point qui est de loin le plus important et qui devrait être repris dans la notion de médecine en permanence. Un jugement, un discernement attentif et une attention portée aux détails permettent à l'ostéopathe de se positionner en amont de la pathologie avant qu'elle ne perturbe le corps dans son entier. Pour un grand sportif, c'est essentiel, car il traîne souvent de multiples traumatismes qui peuvent, à moyen ou long terme, poser des problèmes de récidives ou déclencher de nouveaux dysfonctionnements. Corriger la posture va permettre une meilleure rééducation et de gagner du temps sur la reprise de la compétition.

-

Économie : en agissant sur la correction posturale, on évite la consommation excessive de médicaments, le nombre de récidives, de nouvelles lésions, des arrêts de travail… ce qui minimise les coûts liés aux soins et favorise, de fait, la pérennité de notre système de santé publique.

L'intérêt la reprogrammation posturale en 3 points :

-

Du bébé au champion du monde : l'ostéopathie doit permettre de soulager le patient et de permettre à son corps de fonctionner sans dérangement. Pour un sportif de haut niveau plus le corps est équilibré, moins il y a de tensions, plus la gestuelle est facile, moins il a de contraintes mécaniques et plus il sera performant.

-

La prévention : c'est le point qui est de loin le plus important et qui devrait être repris dans la notion de médecine en permanence. Un jugement, un discernement attentif et une attention portée aux détails permettent à l'ostéopathe de se positionner en amont de la pathologie avant qu'elle ne perturbe le corps dans son entier. Pour un grand sportif, c'est essentiel, car il traîne souvent de multiples traumatismes qui peuvent, à moyen ou long terme, poser des problèmes de récidives ou déclencher de nouveaux dysfonctionnements. Corriger la posture va permettre une meilleure rééducation et de gagner du temps sur la reprise de la compétition.

-

Économie : en agissant sur la correction posturale, on évite la consommation excessive de médicaments, le nombre de récidives, de nouvelles lésions, des arrêts de travail… ce qui minimise les coûts liés aux soins et favorise, de fait, la pérennité de notre système de santé publique.

Chez un sportif de haut niveau, les petites dysfonctions peuvent anéantir des années d'efforts : des petits grains de sable qui grippent à moyen terme la machine, et l'empêchent de tourner à plein régime. La multiplication des traumatismes, la nécessité constante d'aller plus loin, obligent à entretenir cette machine, pour toujours plus de performance et de liberté de mouvement.

CONCLUSION

L'ostéopathie fait, chaque jour, la preuve de son utilité et de son efficacité, traitant rapidement et de façon naturelle des dysfonctionnements corporels que la médecine traditionnelle peine à soigner. Trop souvent méconnue du monde médical qui, inquiet et méfiant, lui refuse encore sa reconnaissance, l'ostéopathie peut et doit aujourd'hui démontrer qu'elle est un maillon incontournable de la chaîne de soins, un partenaire et non un adversaire de la médecine classique.

Cette journée de l'ostéopathie, la première d'une longue série, doit amener le monde médical, les pouvoirs publics et les ostéopathes à poser les bases d'une collaboration efficace et pérenne, dans le cadre d'une transdisciplinarité au seul bénéfice du patient. Et, si comme nous avons pu le constater lors de cette réunion, il est bien plus aisé d'accepter des idées nouvelles que de se débarrasser des idées acquises, l'ostéopathie a aujourd'hui toutes les cartes en mains pour s'imposer comme un élément clé de notre système de santé.