

Posturologie, curieuse Médecine !...

Pierre-Marie GAGEY

Les Lumières de la raison nous paralysent

L'homme ordinaire ne sait pas comment il tient debout. Ça marche tout seul, donc ce n'est pas un problème... Jusqu'au jour où il commence à souffrir d'instabilité, de sensations vertigineuses, de douleurs du dos, cet axe corporel qui le tient debout. Il découvre alors qu'il y a un problème, un problème qui relève de la Médecine, d'une Médecine qui s'occuperait de notre posture orthostatique — comme on dit dans les milieux savants —. Mais il n'y a pas, pas encore, de spécialistes dans ce domaine. Les patients qui souffrent de problèmes en rapport avec la station droit debout peuvent consulter leur médecin traitant et/ou, selon les cas, un oto-neurologue — spécialiste des maladies de l'oreille interne —, ou un rhumatologue — spécialiste des maladies des os, des articulations, des muscles, des tendons et des ligaments —. Mais il n'y a pas de spécialiste des maladies de la posture orthostatique qui jette un regard global sur l'ensemble de ce système qui nous permet de tenir droit debout, un spécialiste qui ne regarde pas seulement l'oreille interne ou les os, les articulations, les muscles, les tendons et les ligaments. On sait pourtant qu'il y a beaucoup d'autres choses à regarder... Alors pourquoi cette carence de posturologues ?

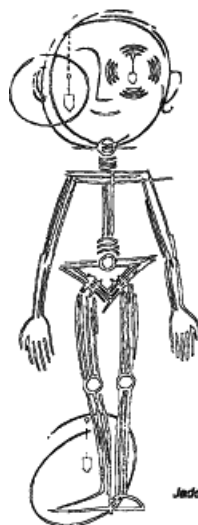
Cette carence n'est en fait qu'un délai, un délai qui tient seulement à la lenteur de l'esprit humain ! On sait, depuis des siècles, des tas de choses sur les mécanismes qui nous tiennent debout ; mais l'esprit n'a construit que très lentement, progressivement, ce merveilleux édifice du savoir dont on vient seulement aujourd'hui de découvrir la clé de voute qui le rend potentiellement efficace...

Eh ! oui, il y a bien longtemps, Galien, ce médecin qui vivait à Rome au deuxième siècle après Jésus-Christ, a posé la première pierre de cet édifice ! Écoutez ce qu'il a compris : Les ossements de notre squelette ne peuvent pas tenir ensemble, bien alignés selon la verticale, s'ils ne sont aidés par une contraction musculaire. Élémentaire !... Et pourtant Galien a eu de la peine à faire admettre à ses collègues l'existence de cette contraction musculaire qui ne s'accompagne pas de mouvement mais qui est simplement destinée à lutter contre la gravité ; dans ses œuvres il a raconté ces difficultés pédagogiques. Et Galien a montré aussi que cette contraction musculaire, qu'on appelle le « TONUS », est dirigée par le cerveau. On sait cela depuis mille huit cents ans et personne, jusqu'à aujourd'hui, n'a prouvé le contraire. C'est donc considéré comme sûr.

Aux XVIe/XVIIe siècles, avec Léonard de Vinci puis Descartes, l'homme devient une machine, le problème de se tenir droit debout se complique, il faut tenir en équilibre : « De ta chute, ignorant, ne vois-tu pas les causes, et qu'elle vient d'avoir du point fixe écarté, ce que nous appelons centre de gravité. » écrira Molière dans les *Femmes savantes*.

Cette question de la stabilité de l'homme, soulevée au XVIIe siècle, — comment fait-il pour rester droit debout en équilibre — attendra deux cents ans pour qu'apparaissent quelques premiers éléments de réponse; des médecins découvrent, en seulement quelques dizaines d'années, qu'on modifie l'équilibre si on touche à l'oreille interne, ou à la vision, ou aux muscles du cou, ou à la sole plantaire, ou aux muscles des yeux... Bien compliqué tout cela ! Beaucoup trop compliqué pour engendrer autre chose que des bagarres entre ces prétendants à la découverte de « l'organe de l'équilibre ». En fait il y a bien un organe de la vision pour voir, un organe de l'audition pour entendre, etc. mais il n'y a pas d'organe de l'équilibre pour tenir debout, c'est le corps tout entier qui assume.

Le premier fruit de l'esprit du XXe siècle sera d'organiser ces 'découvertes' du siècle précédent. Si notre corps s'écarte dangereusement de sa position d'équilibre, on peut comprendre que cela se voit, mais aussi cela se sent sous la plante des pieds, et même se perçoit par les petits fils à plomb de nos oreilles internes. Donc plusieurs sens pourraient collaborer au bon fonctionnement d'une unique fonction, notre équilibre. C'est une « première » dans l'histoire de la Médecine, une fonction qui ne soit pas assumée par un organe ! On peut comprendre que les médecins aient mis un peu de temps pour organiser tout ce savoir dans une théorie logique rationnelle. Aujourd'hui il est prouvé qu'existe une organisation de l'ensemble de notre corps, nommé souvent le « Système postural d'aplomb » qui contrôle notre position droit debout dans notre environnement.



Ce savoir est clair, prouvé, mais... inutile !!!

Comment à partir de ses données, en effet, rédiger une ordonnance pour un lombalgique chronique ou un vertigineux ? Il manque la clé de voûte de cette construction de connaissance, qui indique la voie à suivre pour la rendre efficace sur le plan thérapeutique. Or la découverte de cette pièce maîtresse de la Posturologie n'a pas été bénie des dieux. Elle n'a pas eu lieu au sein d'une grande puissance comme la Chine, les USA ou la Russie, ce qui lui aurait conféré immédiatement un rayonnement international, elle a eu lieu dans un pays latin dont la langue n'est pas universelle. Cette découverte n'a même pas été faite par des universitaires, des hommes du sérail (hormis le mathématicien mais... non médecin). Enfin, comble de malédiction, cette découverte s'oppose à la pensée commune du bon sens de l'époque...

Toute l'histoire de cette découverte mérite donc d'être racontée en détail. Elle commence par un caprice royal. Oscar II de Suède, à l'occasion de son soixante-dixième anniversaire décide d'accorder un prix au savant capable de résoudre le problème des trois corps (Trois corps imaginaires évoluant dans un espace céleste aussi imaginaire mais soumis aux lois de Newton, bel et bien réelles, elles.) Que l'anecdote soit vraie ou fausse, Henri Poincaré a réellement été le premier mathématicien à proposer, à cette époque, une équation décrivant les trajectoires des trois corps. Une équation très compliquée !... Car à chaque instant de ces trois trajectoires les positions relatives des trois corps varient, donc les forces qui les attirent les uns vers les autres varient aussi ($F = m \cdot m' / d^2$). Forces et positions sont ainsi enchaînées dans le temps : ce qui se passe à un instant dépend de ce qui s'est passé à l'instant précédent qui n'est pas identique à l'instant antérieur... Or Poincaré remarque que dans ce genre d'événements enchaînés dans le temps, une toute petite différence au début peut avoir des conséquences considérables après un certain temps. « Un papillon bat des ailes au Brésil, une tornade se déclenche au Texas » a commenté Lorenz. Ce comportement bizarre de l'effet Papillon au cours duquel il n'y a plus de proportionnalité entre la cause et ses effets est mathématiquement prouvé depuis plus de cent ans et personne jusqu'à présent n'a prouvé le contraire.

Un médecin ophtalmologiste français, parfaitement inconnu du grand public, Jean-Bernard Baron, a été le premier à trouver, par hasard, que le système postural d'aplomb fonctionne de cette manière. Dans les années 1950 ce médecin était intrigué par le rôle que jouent, sur le tonus postural, les six petits muscles qui font tourner les yeux dans les orbites, chez tous les vertébrés comme chez les hommes. Et il a commencé par couper quelques fibres musculaires d'un de ces muscles chez des poissons. Et il regardait ce qui se passait quand il remettait les poissons opérés dans l'eau. Or, tantôt il ne se passait rien, tantôt les poissons étaient complètement incurvés sur eux-mêmes, ils ne pouvaient plus nager qu'en tournant en rond : ils présentaient une hypertonie posturale majeure des

muscles paravertébraux d'un seul côté. Étonné de cette différence considérable, Baron a vérifié son travail de chirurgien et il a constaté que l'hypertonie posturale massive apparaissait si, et seulement si, la lésion des muscles était minime. Une conclusion s'imposait, ignorée jusqu'alors : pour soigner le tonus il faut et il suffit de modifier d'une façon minime les informations sur lesquelles le tonus postural est réglé pour nous tenir debout tout droit. C'est vrai pour la vue, comme Baron l'a montré, c'est aussi vrai pour les soles plantaires, comme un autre médecin français, le docteur Bourdiol, l'a montré et c'est aussi vrai pour toutes les autres informations posturales

Toutes les connaissances accumulées depuis des siècles sur le fonctionnement du système postural d'aplomb allaient, enfin, pouvoir être utilisées pour guérir les patients posturaux.

Oui, mais... les choses ne sont pas si simples !... Les médecins français ont boudé ces découvertes qui leur paraissaient trop bizarres, certains même se moquaient de Baron et de ses petits poissons qui tournent en rond. Il faut préciser que dans les années 1950/1970 personnes n'a fait le rapprochement entre ces expériences de Baron et les travaux de Poincaré. Donc l'hypothèse n'était pas encore formulée et encore moins prouvée que le système postural fonctionne selon l'effet « Papillon ». Il a fallu attendre 1998 pour qu'un journal médical français publie cette preuve que nous avons établie grâce à des mathématiciens du Centre du Cerveau et de la Moelle épinière de l'Hôpital de la Salpêtrière. Cette preuve a été confirmée depuis par plusieurs autres équipes internationales.

Donc, si l'on résume cette épopée du savoir sur le maintien de la station droit debout par l'homme, elle apparaît comme une série de faits dûment prouvés qui s'emboîtent les uns dans les autres. Tout est clair, tout est prouvé, y compris le moyen de jouer sur les anomalies du tonus pour les modifier. Alors ?

Alors... rien ! Il suffit d'attendre. Attendre que l'esprit des médecins se mette en mouvement — comme du temps de Galien ! — pour s'informer d'abord sur ce corpus scientifique qui n'est plus enseigné dans le cursus ordinaire des études de Médecine, attendre que cet enseignement modèle l'imaginaire des praticiens pour qu'ils passent à l'acte, attendre que les conditions socio-économiques s'adaptent aux nouvelles formes de cette pratique et la rende concrètement possible car elle requiert du temps et des investissements. Attendre aussi que les malades posturaux soient avertis qu'on peut s'occuper d'eux pour ce qu'ils sont.

En attendant que cette pratique médicale nouvelle se mette en place, les paramédicaux qui ont l'habitude de s'occuper des patients pour lesquels les médecins ne disposent pas de traitement dont l'efficacité soit

rationnellement prouvée, les paramédicaux donc, dans les pays latins, se mettent à utiliser les techniques des traitements posturaux, chacun dans la perspective de sa discipline. Il existe donc déjà dans ces pays « des pratiques en Posturologie » qui sont mises en place par des podologues, ou des orthoptistes, ou des ostéopathes, ou des dentistes. Venez et voyez, ce qu'ils font n'a rien de magique !... On sait depuis deux mille ans que notre posture est contrôlée par le tonus musculaire, alors ils examinent votre tonus musculaire si vous avez un problème de posture, c'est aussi simple que cela !!! Comment examinent-ils le tonus ? Rappelez-vous, le tonus est une contraction musculaire, elle donne au muscle une certaine tension qu'on peut sentir, voir, évaluer. Par exemple si vous tournez la tête à droite vous étirez les muscles gauches du cou qui résistent par leur tension et limitent la rotation... Il suffit alors de comparer l'amplitude de la rotation à droite et à gauche pour avoir une idée de la symétrie du tonus des muscles du cou ! Oui, mais... me direz-vous, l'amplitude des mouvements de rotation du cou peut être limitée par autre chose que le tonus musculaire... Exact ! Et c'est là qu'intervient la clé de voûte de l'édifice conceptuel de la Posturologie : une variation d'une information qui contrôlent le tonus, si et seulement si, elle est minime peut entraîner immédiatement une modification du tonus. Supposons que vous soyez examiné(e) par un podologue, il place sous la tête de votre gros orteil une petite plaque de liège de deux millimètres d'épaisseur et hop ! la rotation de votre cou devient symétrique... il est difficile de ne pas croire alors que l'asymétrie observée au début de l'examen était une asymétrie tonique, surtout si le phénomène est parfaitement répétable... Donc nous savons examiner le tonus, nous savons corriger ses anomalies, quoi de plus simple que la pratique de la Posturologie ? Oui, bien sûr, en théorie... mais nous avons caché sous le tapis le vrai problème du thérapeute : quelle information posturale faut-il modifier chez ce patient-là ? Celle qui provient des yeux ? des pieds ? du rachis ? des dents ? Pour le moment il n'existe aucune réponse théorique solidement établie, on sait seulement « essayer », ce qui souligne les limites des pratiques posturales spécifiées par les diverses disciplines : un orthoptiste ne peut pas essayer de toucher aux pieds, au rachis, aux dents pour chercher des effets posturaux, idem pour le podologue, l'ostéopathe, le dentiste... Pourtant ces pratiques spécifiées, indiscutablement, rendent déjà des services en attendant que des chefs d'orchestre, venus de tous les pays du monde, se décident à organiser, regrouper ces pratiques diverses en une discipline unique, universelle, plus sûrement efficace.

En savoir plus

Critique de la Posturologie: une psychologie de la découverte Pierre-Marie Gagey et Isabelle Panaud, Éditions KDP, Amazon (2016). (des versions anglaises et japonaises existent aussi)