

L'OB.S



DANS LA TÊTE DES ANIMAUX

PAR L'AUTEUR DE "LA VIE SECRÈTE DES ARBRES"

M 02228 - 2787 - F - 4,50 €



Un centre
d'hippothérapie
unique en France
permet à des
autistes et des
polyhandicapés
de s'échapper
de leur prison
physique et
psychique

Par
MORGANE BERTRAND,
chroniqueuse spécialisée à Sauveterre, Lozère

QUAND LE CHEVAL RÉPARE L'HUMAIN



Dans un immense manège baigné de soleil, un petit bout de femme aux membres recroquevillés, cheveux bruns sous casque bleu, chevauche une bête qui fait deux fois sa taille. En fond sonore, une discrète musique classique. Le cheval avance au pas, le temps est suspendu, on pourrait avoir l'impression qu'il ne se passe rien. Détrompez-vous ! Si Sonia a l'apparence d'une enfant de 10 ans, elle en a 20, et lorsqu'elle n'est pas juchée sur son cheval, elle peine à faire le moindre pas, ses bras sont incontrôlables, sa parole, impossible, son regard, absent. Elle souffre de trisomie et de plusieurs

troubles du comportement qui entravent jusqu'aux gestes les plus simples de sa vie. Mais sur Olga, majestueuse jument irish cob, elle se tient presque droite, son corps cesse de s'agiter. Il s'apaise, s'aligne – des réflexes corporels qui chez nous s'opèrent spontanément et qui sont, pour elle, un exploit.

Géraldine Gaillot-Novak, psychologue, est l'une de ses trois accompagnatrices à pied. Elle raconte : « Lors des premières séances, Sonia était très anxieuse. Elle est maintenant plus réceptive, détendue. Alors on peut commencer à travailler avec elle, entrer en interaction, faire un jeu de ballon... » Comment a-t-elle pu faire de tels progrès ? C'est le secret d'Hélène Viruega-Bogros. Cette tonique

quinquagénaire a fondé, en 2012, Equiphoria, le centre où se déroule cette séance. Elle a installé ce lieu unique en France près de La Canourgue, petit village au pied du causse de Sauveterre, en Lozère. Grâce à elle, des personnes souffrant de très lourds handicaps reprennent pied, au sens propre comme au sens figuré, au contact des chevaux.

Ici, le cheval ne promène pas l'homme, il le soigne. Ou du moins, « il est le moyen de rendre le soin possible pour des personnes souvent hors d'atteinte », explique Hélène Viruega-Bogros. D'ailleurs, pour se distinguer des autres centres d'équithérapie, elle parle, elle, d'« hippothérapie ». Ce n'est pas la balade qui compte, mais le lien à l'animal : « Les chevaux sont des

scanners. Dans la nature, ce sont des proies. Alors ils ont des capteurs partout, jusque sous leurs sabots. Une seule mouche se pose sur leur corps et ils la sentent. » Cette extrême sensibilité à leur environnement est ici mise à contribution : « Grâce à leurs réactions, les thérapeutes peuvent établir un contact avec le patient qui est leur cavalier. »

Quelque 150 « patients » passent ici chaque année et fréquentent un des douze chevaux d'Equiphoria. Des personnes polyhandicapées, autistes, souffrant d'infirmité motrice cérébrale (IMC) ou encore des schizophrènes. Sur ces montures, tous retrouvent fière allure. Au pas, le cheval avance au même rythme qu'un homme qui marche. Sur son dos, celui qui n'a jamais marché regarde pour la première fois le monde d'en haut. Celui qui lutte contre ses démons (re)découvre qu'il peut aller de l'avant.

Ce bien-être immédiat est aussi un chemin vers une guérison plus durable. C'est en tout cas l'hypothèse qui sous-tend toute la démarche des fondateurs d'Equiphoria. Un médecin, Manuel Gaviria, est présent sur le centre un jour par semaine. Caution scientifique de l'entreprise, il défend une « approche globale » de la personne, sans distinction entre santé physique et santé psychique : « Quand vous placez une personne en difficulté dans un environnement riche, sur un cheval par exemple, vous stimulez sa plasticité cérébrale. L'exercice physique lié à la posture sur le cheval, conjugué au plaisir éprouvé, lève les inhibitions naturelles du cerveau. Dans cet état de disponibilité, des zones intactes peuvent prendre le relais de fonctions abîmées ou manquantes. »

Cette approche s'appuie sur les découvertes récentes des neurosciences, qui ont mis en évidence la capacité du cerveau adulte à produire de nouveaux neurones dans certaines régions cérébrales, et à établir des connexions neuronales plus riches lorsque l'individu est placé dans un contexte de motivation et d'apprentissage actif. Le cerveau disposerait donc de ses propres mécanismes de réparation ! Et tout indique, selon Hélène Viruega-Bogros et Manuel Gaviria, que l'hippothérapie y contribue.

Les bienfaits de cette thérapie ne sont pas encore validés, mais elle a d'ores et déjà convaincu des médecins, qui la prescrivent, ou la Mutuelle des Motards, qui confie à Equiphoria des accidentés de la

“LES CHEVAUX SONT DES SCANNERS. GRÂCE À LEURS RÉACTIONS, LES THÉRAPEUTES PEUVENT ÉTABLIR UN CONTACT AVEC LE PATIENT.”

route. « Nous sommes aussi en discussion avec l'hôpital des Quinze-Vingts, à Paris, pour créer un programme pour les personnes atteintes de maladies dégénératives », ajoute le cofondateur du centre - et mari d'Hélène -, Erik Bogros. Ces derniers mois, les lundis matin sont même réservés à un groupe de femmes venues de Montpellier : après avoir été traitées pour un cancer du sein, elles viennent se remettre d'aplomb avant de reprendre le boulot.

Pour l'heure, Hélène Viruega-Bogros déroule les success stories qui font sa fierté : cette femme, hémiplegique de naissance, qui a retrouvé l'usage de son bras ; cet homme, paralysé à la suite d'un traumatisme crânien, désormais capable de passer seul de son fauteuil roulant à une chaise ; ou encore cet enfant autiste qui a accepté, ô surprise, de caresser l'animal, puis de répondre aux consignes, puis de soutenir le regard. « Les personnes autistes sont très sensibles aux sensations fortes. Quand elles ressentent du plaisir, elles s'ouvrent », explique le médecin.

Evidemment, pour accomplir ces miracles, la monture est choisie avec soin. Personne, ici, ne monte de double poney, comme cela se pratique dans les centres classiques. Et surtout pas les enfants autistes : « Ce n'est pas “petit patient petit cheval”, s'agace Hélène Viruega-Bogros. Le pas du poney est trop saccadé, il ne reproduit pas la marche humaine, il n'apaise pas ! » Pour remplir sa mission, la bête doit présenter certaines qualités : un dos solide, un pas « intéressant », un tempérament affirmé ; celui d'Olga est « maternant », celui de Navarro, « cadrant », celui de Jin, « besogneux »... Autre particularité : les chevaux d'Hélène sont bilingues et psychologues. Le français est la langue courante qu'ils entendent, l'anglais, celle des ordres : « Quand je leur dis “enough !”, ils répondent immédiatement. Vu le public qu'on accueille, c'est important ! », explique la fondatrice qui a longtemps vécu aux États-Unis.

C'est dans le Montana qu'elle a rencontré un pasteur pratiquant ce type de démarche avec des polyhandicapés. Une révélation pour cette fille d'un militaire de Saumur, qui s'est alors formée et engagée dans la plus grosse association américaine d'équithérapie - PATH International (1), plus de 850 centres aux États-Unis. Elle en a rapporté ces méthodes innovantes, et une fascinante capacité à murmurer à l'oreille des chevaux, façon Robert Redford. ■

(1) Professional Association of Therapeutic Horsemanship International.

