

# fortissimo

N° 2004

Vivre avec la SEP

SEP SCLEROSE EN PLAQUES



## Hippothérapie pour personnes atteintes de SEP C'est sous le pas du cheval que l'on trouve la fortune

**Ce proverbe s'applique aussi très bien aux personnes atteintes de SEP. Il y a bientôt 40 ans qu'Ursula Künzle a créé l'hippothérapie-K® (K=Künzle), une forme de physiothérapie à dos de cheval. Entre-temps, l'hippothérapie-K® a été officiellement reconnue en Suisse.**

Texte: Ursula Künzle,  
physiothérapeute et fonda-  
trice de l'hippothérapie-K®  
Photos: Patricia Monin

L'hippothérapie est une forme spéciale de physiothérapie qui tire profit des mouvements du cheval au pas. Les mouvements du dos du cheval agissent de manière thérapeutique sur le patient. L'hippothérapie-K® est prescrite par le médecin.

En 1966, les premiers essais de physiothérapie avec des personnes atteintes de SEP, à dos d'un cheval islandais, ont été pratiqués à l'Hôpital cantonal de Bâle. L'efficacité thérapeutique a rapidement pu être établie. Un concept de traitement a été mis au point et celui-ci a rencontré

un vif intérêt dans les milieux thérapeutiques et équestres.

**Développement  
de l'hippothérapie ces  
30 dernières années**

A l'étranger, les activités thérapeutiques à cheval sont encore actuellement mal définies. A ce titre, l'hippothérapie-K® joue un rôle de pionnier. Toutefois, ce type de traitement, défini spécifiquement comme physiothérapie à dos de cheval, est uniquement reconnu officiellement en Suisse.

Depuis 25 ans, des physiothérapeutes suisses, allemands et autrichiens suivent les cours de formation proposés chaque année par le Groupe suisse pour l'hippothérapie-K® avec pour thèmes «le traitement des enfants» ainsi que «le traitement des adultes». La forte participation aux congrès nationaux et internationaux confirme le grand

intérêt porté aux différentes thérapies à dos de cheval.

### A qui s'adresse l'hippothérapie-K®?

Les enfants et les adultes souffrant de troubles moteurs centraux peuvent tirer profit de cette physiothérapie à dos de cheval. Concrètement, ce sont actuellement surtout les enfants infirmes moteur cérébraux (IMC) et les personnes atteintes de SEP qui sont traités de cette manière (voir encadré).

L'hippothérapie-K® est particulièrement efficace contre les crampes musculaires dans les jambes et la région du bassin. Elle agit également très bien contre les troubles de l'équilibre en aidant à conserver, voire à améliorer la position assise.

La stimulation de la position assise, en équilibre, à l'aide des mouvements du cheval au pas, correspond aux principes de base de la méthode Bobath. Le cheval agit comme un vecteur très important: la largeur adéquate de l'assise et le mouvement finement rythmé et tridimensionnel de la marche au pas du cheval détendent la musculature crispée (régulation du tonus) en stimulant les réflexes de l'équilibre de manière plus efficace que tout autre forme d'exercice traditionnelle. Ces réflexes de l'équilibre provoqués à dos de cheval interviennent spontanément chez les personnes en bonne santé mais doivent être stimulés chez les patients souffrant de troubles neurologiques de la mobilité.

### Quels sont les effets de l'hippothérapie sur les personnes atteintes de SEP?

Au cours de la thérapie, les personnes atteintes de SEP éprouvent une détente de la musculature des jambes et du bassin ainsi que des muscles du dos, souvent surmenés. Cette détente améliore l'équilibre en position assise et debout, de même que la marche, ce qui agit favorablement sur la qualité de vie.

Pour les enfants IMC, on parle d'un processus d'apprentissage



**Ressentir, humer, percevoir: l'hippothérapie-K® est une expérience sensorielle.**

**C'est sous le pas du cheval que l'on trouve la fortune**

pouvant apporter une nette amélioration de l'équilibre en position assise après plusieurs traitements. Les personnes atteintes de SEP ressentent essentiellement une détente immédiate et une normalisation du tonus, sensation qui peut se prolonger pendant quelques jours. L'hippothérapie-K® peut s'avérer très utile pour traiter certains troubles de la motricité dus à la sclérose en plaques et ceci, non seulement à cause de ses effets thérapeutiques évidents sur la mobilité, mais aussi pour le contact avec la nature et l'animal qu'elle offre au patient.

L'action globale constatée de l'hippothérapie-K® est remarquable: pour les personnes souffrant de troubles moteurs, le fait d'être mobilisées passivement au rythme de la marche est une expérience qui peut agir de manière positive sur le quotidien.

### Exécution pratique

En principe, l'hippothérapie n'a rien à voir avec l'équitation. En effet, la personne n'a aucune action directe sur l'animal. Elle se laisse

«bouger» par le cheval marchant au pas, conduit par un(e) guide. La physiothérapeute surveille et maintient la position assise. Elle utilise parfois des moyens auxiliaires, par exemple une selle, pour favoriser une position assise optimale et un bon contrôle de la posture et veille à la transmission favorable des mouvements du cheval au patient SEP.

### Quels chevaux sont utilisés?

Tous les chevaux de petite taille ne se prêtent pas à l'hippothérapie-K®. De par sa condition et sa constitution, le cheval thérapeutique est utilisé comme un porteur de poids qui transmet au patient un mouvement semblable celui de la marche. Il doit être bien entraîné afin que la transmission

## Thérapies à dos de cheval

### Hippothérapie-K®

(K=Künzle): Forme de traitement physiothérapeutique à dos de cheval. Traitement médical reconnu qui utilise la transmission des mouvements du cheval au pas au patient (pris en charge par les caisses-maladie pour les personnes atteintes de SEP et par l'AI pour les enfants infirmes moteur cérébraux).

### Equitation thérapeutique-pédagogique/voltige

Mesures de traitement pratiquées par des pédagogues spécialisés, par exemple des psychologues, qui s'applique aux enfants et aux adolescents présentant des troubles du comportement et de l'intégration ou des difficultés d'apprentissage.

### Equitation thérapeutique

Mesure thérapeutique s'appliquant aux handicapés physiques et mentaux qui, selon les patients, sera nommée équitation psychothérapeutique, équitation thérapeutique, équithérapie ou équitation de réadaptation.

du mouvement s'effectue de manière souple et symétrique, de caractère tranquille et équilibré. L'expérience a démontré que les chevaux islandais sont spécialement indiqués pour l'hippothérapie-K®.

#### Financement et conditions requises

La thérapie nécessite une ordonnance médicale. Le physiothérapeute vérifie si les conditions requises pour une bonne assise et une certaine mobilité sont remplies. Pour les patients SEP, l'hippothérapie est prise en charge par les caisses-maladie, pour autant qu'elle soit pratiquée par un physiothérapeute reconnu, spécialisé en hippothérapie-K®.

Les patients, avec d'autres diagnostics, mais présentant des symptômes semblables à ceux de la SEP, ne peuvent actuellement pas profiter des effets positifs de la physiothérapie à cheval, les coûts n'étant pas couverts par les caisses-maladie ou par l'assurance-invalidité. Ce financement ne s'effectue actuellement que sur une base privée, c'est-à-dire que des solutions individuelles doivent être trouvées, ce qui ne va pas sans peine.

#### Créer plus de centres de thérapie

L'hippothérapie-K® est pratiquée dans toute la Suisse par des physiothérapeutes au bénéfice d'une formation spécialisée, que ce soit en pratique privée, dans une clinique de réadaptation ou dans une institution d'utilité publique. Le Groupe suisse pour l'hippothérapie-K® communique les adresses des centres thérapeutiques reconnus qui sont également disponibles sur le site Internet [www.hippotherapie-k.org](http://www.hippotherapie-k.org).

L'association «Groupe suisse pour l'hippothérapie-K®» a pour objectifs de renforcer le réseau de centres thérapeutiques reconnus et d'apporter, par des études scientifiques, la preuve de l'efficacité de l'hippothérapie-K® sur d'autres pathologies. C'est un grand défi pour l'association et ses membres. Il reste encore beaucoup à faire! ■



## Suzanne Pouly et l'Hippothérapie-K®

**Tout a commencé, il y a 8 ans, lorsque Suzanne Pouly était à la recherche d'activités à pratiquer, avec la sclérose en plaques, pour maintenir sa forme physique, son équilibre, sa tonicité tout en tenant compte de la fatigue ou de différents symptômes.**

**S**uite à une documentation demandée à la Société SEP, elle découvre l'hippothérapie-K® avec une personne qui pratique à environ 1h30 de chez elle.

Premier essai; rapidement la communication passe entre les différents protagonistes: la physiothérapeute Rose-Marie, la guide Odile, Suzanne et le cheval. Séduite par ce premier contact et malgré des muscles fatigués et courbatus, elle revient la semaine suivante avec enthousiasme.

Les séances se passent essentiellement en forêt sur un terrain mouvementé et irrégulier qui permet d'autant plus de travailler la musculature du bas du dos, des jambes, et surtout l'équilibre en général. Quand, pour des raisons de mauvaise météo, les rendez-vous doivent être reportés, Suzanne ressent beaucoup plus de difficultés à se déplacer, à maintenir son équilibre et se sent moins sûre d'une manière générale; par

contre, quand le rythme habituel reprend, la statique s'améliore.

Les relations qui se sont établies au fur et à mesure de ces rencontres sont devenues essentielles à la continuité de sa pratique hebdomadaire de l'hippothérapie. Moralement, ces contacts sont un soutien indispensable.

Des promenades régulières, en pleine nature, apportent un calme et une tranquillité qui permettent de se distancer des préoccupations journalières et de se libérer l'esprit. Le rythme du cheval, les odeurs, la végétation et l'air frais prennent toute leur importance. Ces moments semblent intemporels, comme coupés des réalités habituelles.

Cet ensemble d'activité physique, de nature et de relations sont pour Suzanne Pouly les éléments essentiels de ses séances d'hippothérapie. ■

Rédaction Christine Walder

