



# En rythme et en musique

**La musicothérapie améliore le sens de l'équilibre et aide à surmonter les blocages pendant la marche.**

Le traitement de la maladie de Parkinson associe les médicaments et les thérapies paramédicales telles que la physiothérapie, l'ergothérapie ou la logopédie. La musicothérapie vient compléter l'arsenal thérapeutique. Fondée sur l'expérience clinique, elle repose sur des mécanismes physiologiques qui peuvent être mis en évidence grâce à la neuro-imagerie. L'idée générale du traitement consiste à contourner les réseaux neuronaux affectés par le Parkinson en utilisant des réseaux neuronaux intacts et sensibles au rythme. La musicothérapie dans la maladie de Parkinson prend généralement plusieurs formes, parmi lesquelles la danse et l'écoute d'une musique rythmée.

## Bon pour l'équilibre

La danse, par exemple le tango, a des effets positifs sur l'équilibre et sur les fonctions cognitives, dans la maladie de Parkinson mais aussi dans d'autres pathologies apparentées. Le bénéfice thérapeutique de la danse vient de son aspect ludique, des interactions sociales qu'elle implique, ainsi que de l'apprentissage de séquences gestuelles.

La cadence imposée par la musique peut aider certain(e)s patient(e)s à éviter les chutes et à dominer des symptômes handicapants tels que les « *freezings* ». Ce phénomène est un trouble transitoire de la marche caractérisé par l'impossibilité soudaine de décoller les pieds du sol. Il peut être surmonté en tâchant de suivre un rythme. Certain(e)s patient(e)s marchent en écoutant un métronome ou une musique entraînante. La fréquence est très in-

dividuelle et peut être ajustée. L'un de mes patients m'a confié que pour marcher au pas et vaincre ces épisodes, il écoutait volontiers de la musique militaire, lui rappelant sa jeunesse.

## Musicothérapie au quotidien

Relativement faciles à mettre en œuvre en clinique et dans la vie courante, les techniques de musicothérapie sont désormais bien connues dans les centres de réadaptation qui reçoivent des parkinsoniennes et des parkinsoniens. Elles font partie intégrante de la palette des traitements disponibles, notamment dans le cadre de la physiothérapie. Malheureusement, tou(te)s les patient(e)s n'en profitent pas. C'est la raison pour laquelle différentes stratégies sont mises en place afin de trouver les parades les plus propices en fonction de la personne concernée.

*Dr méd André Zacharia  
Médecin adjoint et suppléant du médecin-chef  
Service Neurologie de la clinique Bernoise Montana*



En cas de blocage pendant la marche, il peut s'avérer utile de suivre le rythme constant d'un métronome. *Photo : Keystone*



## Brochure sur les *freezings*

Astuces contre les *freezings*. Guide pratique Parkinson, 2016, A5, 12 pages. Téléchargement sur le site [www.parkinson.ch/fr](http://www.parkinson.ch/fr) > Boutique > Brochures gratuites