

Le Pôle Saint-Hélier se bouge contre la sclérose

Ouest-France, le 06/03/2017

Pour la seconde année, le pôle médical s'est associé au marathon de la sclérose en plaques, maladie qui touche 3 000 personnes en Bretagne. Quand le sport a des vertus thérapeutiques.



Les organisateurs de la deuxième édition du marathon de la sclérose en plaque.

Drôle d'ambiance, vendredi, dans les locaux du pôle médical Saint-Hélier, spécialisé dans la médecine physique et la réadaptation. Là, ce sont des patients mais aussi des médecins ou du personnel de la structure, qui suent sur des rameurs. Dans la salle de sport, on s'essaie au tir laser, tandis que dans le parc, un chien se livre à un parcours acrobatique et que des volontaires prennent le départ d'une épreuve de marche nordique.

Toujours pendant ce temps-là, des personnes assistent, sur écran vidéo, au témoignage d'une personne handicapée qui livre ses impressions après un saut en parachute. Pas vraiment des scènes que l'on s'attend à trouver dans un établissement médical.

Effets prouvés

« **Nous participons à la deuxième édition du marathon de la sclérose en plaque**, explique le Dr Benoit Nicolas. **C'est une manifestation lancée à Prague, qui est reliée en France au pôle Saint-Hélier, et dans les centres de rééducation de Kerpape à Lorient et de Perharidy à Roscoff.** » Le but étant de parcourir le plus de kilomètres qui seront transformés en dons pour la recherche contre la sclérose en plaque.

« C'est aussi une initiative pour montrer que l'activité sportive et la stimulation motrice ont un effet très bénéfique sur la sclérose en plaque et aussi sur les autres pathologies neurologiques, précise le D^r Sabine Petrilli. Les gens atteints de sclérose en plaque ont tendance à se fatiguer très vite et donc à ne plus faire d'activités sportives. Nous devons inverser cette logique et donc les inciter à se bouger. »

Évidemment sous contrôle médical et avec des pratiques adaptées. C'était aussi le but de cette manifestation au pôle, avec des témoignages et de nombreuses conférences dont des visioconférences interétablissements. Le tout dans une ambiance décontractée. **« Les bénéfices du sport sont maintenant largement prouvés et confirmés par l'imagerie fonctionnelle »**, ajoute le D^r Philippe Gallien.

Autre initiative inédite : la présence d'élèves des écoles primaires Camille-Claudel et Pablo-Picasso. **« Nous sommes intervenus dans leurs écoles pour parler du handicap et les sensibiliser, explique le Dr Gallien. C'était une première pour nous, que nous avons trouvée particulièrement intéressante. »**

Pas forcément facile d'aborder ce problème devant de jeunes enfants, mais de quoi faire tomber bien des préjugés et des peurs. Des élèves qui ont donc participé à cette journée au pôle et pu rencontrer des personnes handicapées et discuter avec elles.

Émouvants aussi les dessins qu'ils ont réalisés et affichés sur les murs. **« Nous espérons renouveler cette opération dans les classes. »**