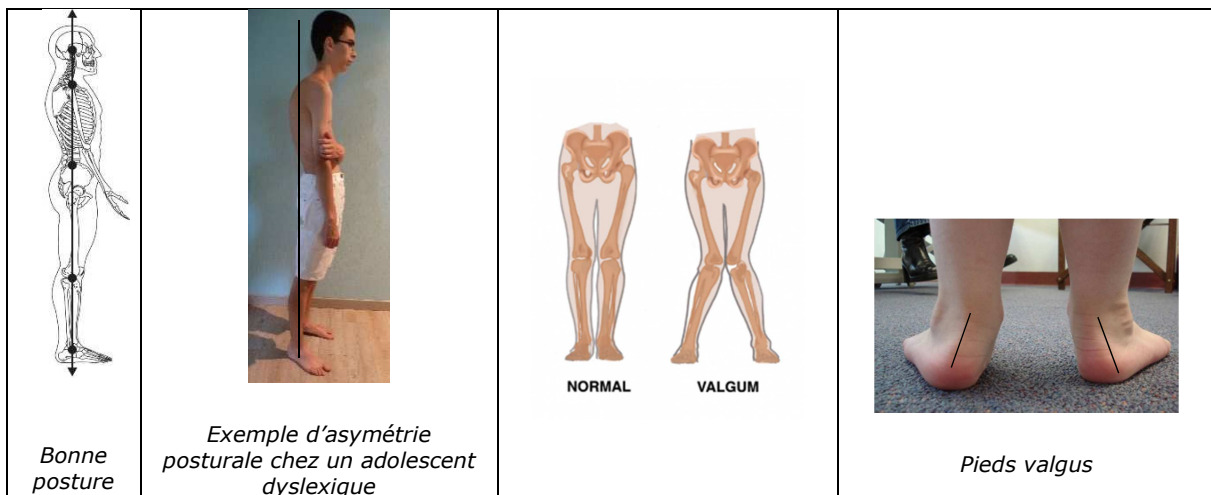


LES SEMELLES ORTHOPEDIQUES PEUVENT-ELLES AIDER LES DYSLEXIQUES ?

Des études ont démontré que 100% des enfants dyslexiques présentent une asymétrie posturale c'est-à-dire qu'ils ne se tiennent pas bien « droits ».

Le plus souvent, elle se présente sous la forme d'un déséquilibre antéropostérieur : l'enfant est trop penché vers l'avant (alors que paradoxalement il est trop en appui sur ses talons). De plus, les pieds sont valgus et les genoux se touchent (genoux valgum, jambes en X). Il semble donc logique de faire appel à un podologue pour corriger les troubles posturaux grâce à des semelles orthopédiques.

On peut donc s'interroger sur les liens existants entre posture et dyslexie, sur l'intérêt de faire porter des semelles orthopédiques aux dyslexiques.



Equilibre et posture corporelle

Pour garder notre équilibre, nous avons un 6^{ème} sens, automatique et inconscient, qui s'appelle la proprioception. Grâce à elle, le cerveau adapte en permanence notre position dans l'espace, gère le déplacement de notre centre de gravité, afin que nous puissions maintenir notre équilibre.

Cela lui est possible grâce aux informations qu'il reçoit à partir de différents capteurs repartis dans l'ensemble du corps : au niveau de l'oreille interne, des yeux, de la bouche, des muscles ou encore de la voûte plantaire. Ainsi, agir sur les capteurs podaux au moyen de semelles orthopédiques permet de corriger la posture.

Déséquilibre et dyslexie

Chez les dyslexiques, le système postural est déficient avec pour conséquence une instabilité permanente. Afin de la compenser, différentes stratégies se mettent en place : affaisser les pieds vers l'intérieur, augmenter l'appui sur les talons, projeter la tête ou le bassin vers l'avant, etc. en créant à terme une asymétrie posturale...

Est-ce que les problèmes de posture sont à l'origine de la dyslexie ?

Si 100% des dyslexiques ont une déficience posturale, l'inverse n'est pas le cas. C'est à dire que l'on peut présenter une asymétrie de tonus postural sans présenter pour autant de troubles des apprentissages. En conclusion, il est faux de penser que la déficience posturale provoque la dyslexie.

Action des semelles sur la dyslexie

Des semelles bien conçues sont en mesure de participer à la normalisation de la posture des dyslexiques. Le cerveau, qui n'a plus à gérer en permanence l'équilibre défaillant, peut alors se consacrer pleinement aux apprentissages. Les troubles de l'attention, de la concentration et l'hyperactivité qui peuvent être associés à la dyslexie régressent également.

Cependant, cette amélioration sur le plan scolaire est peu significative et peu durable. Pourquoi? Car en réalité l'asymétrie posturale n'est qu'un symptôme, une traduction mécanique d'une désorganisation profonde du système proprioceptif dans son ensemble. Ainsi, plutôt que de parler de déficience posturale, on parlera de déficience proprioceptive chez les dyslexiques.

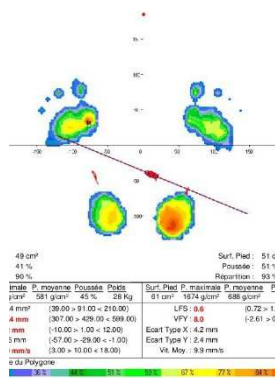
Afin d'agir sur la reprogrammation du système postural au niveau de ses différentes sources d'informations proprioceptives, le podologue devra associer sa thérapeutique à celle de l'orthoptiste, de l'ostéopathe, de l'orthodontiste, etc. Bien conduit, le traitement aura alors des résultats significatifs et durables sur la dyslexie.

Les différents types de semelles

Il existe différents types de semelles, avec des éléments correcteurs plus ou moins épais.



Si les éléments sont épais (4 à 6 mm), on parlera plutôt de semelles à action « mécanique ». Ainsi si le pied est valgus, on rajoutera (à partir d'un moulage de la voûte plantaire) une épaisseur côté intérieur pour l'empêcher de s'effondrer. Il faut savoir que ces semelles ne corrigent pas durablement le pied, au contraire elles risquent de rendre les muscles plantaires fainéants et le patient aura besoin toute sa vie de ces « cales » compensatrices pour normaliser sa posture.



Les semelles « proprioceptives » ou « sensorielles » utilisent des éléments très fins (1 à 3 mm) afin d'agir sur la proprioception du pied et par conséquent sur l'ensemble du corps. Le pied se corrige efficacement. La plupart du temps, elles sont conçues à partir de mesures réalisées sur plateforme stabilométrique (étude de la répartition des pressions podales) mais surtout grâce à différents tests musculaires réalisés par le podologue.

Exemple d'enregistrement sur plateforme

Quoi qu'il en soit, mécaniques ou proprioceptives ou encore mixtes, elles sont partiellement prises en charge par la CPAM sur prescription médicale. Elles doivent être portées un maximum de temps dans la journée c'est-à-dire également à la maison, dans les chaussures.

En conclusion

Les semelles orthopédiques peuvent aider les dyslexiques si elles sont réalisées dans le cadre d'un traitement pluridisciplinaire de la dysproprioception.

Dr Anne-Lise CASTAN

Chirurgien-dentiste, D.U orthodontie pédiatrique, D.U Perception-Action-Troubles des apprentissages
Janvier 2018 (merci pour leur participation à Benoit Gebert et Louis-Davis Spagnol, podologues)