

La répétition de la succession des mêmes mouvements à chaque séance, la régularité de ces séances – généralement de 45 à 50 minutes minimum deux fois par semaine – et le rythme permettent au système nerveux de créer des circuits neuronaux plus rapides et plus automatiques. Ils constituent les 3 "R" de la méthode : rythme, répétition, régularité, nécessaires à son efficacité.

FF : À qui s'adresse plus spécifiquement cette méthode ?

S.S : C'est très varié. Personnellement, je pense qu'elle peut bénéficier à tous. C'est une méthode globale travaillant l'individu comme un tout. Je la trouve particulièrement pertinente en première approche. Au départ, je m'y suis intéressée pour la dyslexie et la dysorthographe car je n'étais pas satisfaite des outils que j'utilisais. Ils étaient uniquement "cognitifs" et ne marchaient pas, sans doute parce qu'ils reposaient sur un fonctionnement trop semblable à celui demandé à l'école, justement en échec. Comme la méthode Padovan® ne s'adresse pas au cognitif mais aux mécanismes qui le sous-tendent, cela en fait le socle de mes rééducations. Et ce, dès le plus jeune âge : une équipe brésilienne l'utilise même avec succès chez des prématurés !

Dans mon expérience, elle fonctionne particulièrement bien chez l'enfant : elle permet la mise en place des fondamentaux avant de passer, si nécessaire, à une rééducation plus cognitive. Mais elle s'adresse aussi aux adultes. Et s'adapte à des troubles aussi divers que la dyslexie, les handicaps moteurs, les troubles de l'attention et du développement, l'autisme, l'infirmité motrice cérébrale, les accidents vasculaires cérébraux...

FF : Qu'une même méthode puisse être utile à tous est l'une des critiques qu'émettent les sceptiques à son égard...

S.S : La critique est caricaturale mais je conçois que ce soit difficile à comprendre. Dans la mesure où nous réalisons la même séquence pour tout le monde, cela donne l'impression que nous appliquons à chaque fois la même méthode. Or, ce n'est pas le cas, même si c'est un message difficile à faire passer. Nous observons, écoutons pour l'adapter au mieux en fonction des différentes pathologies. Nous insistons différemment sur certaines séquences suivant le profil du patient.

« Ma dysarthrie s'est améliorée, c'était inespéré. »

Nadia, 40 ans, atteinte d'un syndrome cérébelleux.

« J'ai des troubles de l'équilibre et de la coordination et une légère dysarthrie (trouble de l'articulation de la parole, d'origine cérébrale, NDLR) liés à une atrophie du cervelet, apparus en 2008. À l'époque, j'avais aussi une dysarthrie beaucoup plus importante. Je parlais comme si j'avais bu deux verres de whisky. J'ai vu un kiné qui avait utilisé la méthode Padovan® avec succès pour son fils handicapé et il me l'a fait découvrir. Je ne l'en remercierai jamais assez. Je me suis roulée par terre, j'ai marché à quatre pattes... C'est une rééducation inhabituelle mais que j'ai poursuivie car je me suis vite rendu compte que ma mobilité changeait. Aujourd'hui, j'ai non seulement gagné en mobilité mais aussi en force et en endurance. C'est incroyable. Je n'ai plus besoin d'aide pour me relever et alors que les médecins pensaient que ma dysarthrie au mieux se stabiliserait, elle s'est améliorée, c'était inespéré. »

Le principe est de ne pas insister sur les symptômes et difficultés mais de travailler sur ce qui ne s'est pas mis en place correctement avant le trouble et qui a entraîné ces difficultés. Cela permet de construire une sécurité intérieure. Ensuite... le système nerveux fait son travail, se réorganise et je constate, au quotidien, des évolutions chez tous les patients que j'accompagne avec cette méthode.

FF : Quels professionnels proposent la méthode Padovan® ?

S.S : En France, la méthode n'est pas encore reconnue comme elle l'est au Brésil ou en Autriche. L'une des critiques est qu'il existe peu de publications. Ce manque devrait bientôt être comblé. En attendant, s'il n'existe pas de diplôme, Sonia Padovan (médecin et fille de Béatriz Padovan) assure la formation au sein du centre de formation Carrel. Et les professionnels formés et supervisés – des orthophonistes mais aussi des kinésithérapeutes, ergothérapeutes, psychomotriciens... référencés sur le site de l'Association Synchronicité* – sont de plus en plus nombreux. Suivant le praticien qui la propose et si elle est prescrite par un médecin, la séance est prise en charge par l'Assurance maladie, la mutuelle, éventuellement la MDPH. ▮

propos recueillis par Adélaïde Robert-Géraudel

* www.padovan-synchronicite.fr