

L'ostéopathie chez les PÉRUVIENS

Par Anne DAVID : Ostéopathe D.O



En juillet 2010, lors de mon expédition d'alpinisme au **PÉROU** où nous avons grimpé 4 sommets autour de 6000 mètres en 4 semaines, j'ai eu le privilège d'être invitée dans la famille de mon guide de haute montagne. Immédiatement après son invitation pour l'heure du thé, il s'est excusé de vivre dans une petite maison, modeste. Spontanément je lui ai répondu que je n'avais pas vu autour de moi de Péruviens aussi jeunes que lui, propriétaire d'une maison, si petite et modeste soit-elle!

Entre notre 2e et 3e sommet, nous (John: mon partenaire de grimpe australien et moi) nous rendons chez Wilder pour 16 h. Ils nous présentent sa femme Gloria et son fils Samir (13 mois) qui court partout à vive allure à quatre pattes! Sur les murs du salon sont accrochées d'immenses affiches de

montagne avec parfois un grimpeur inclus dans la photo. Wilder nous explique que son beau-père actuellement âgé de 62 ans est le guide sur les affiches. Il a ouvert de nombreuses voies et sommets dans la Cordillère Blanche et est un des pionniers de l'alpinisme péruvien. Avec beaucoup de fierté, il nous montre le piolet et les crampons utilisés à cette époque puis nous avons droit aux salutations brèves de ce Monsieur aux traits burinés par le soleil, timide et un peu gêné de nous rencontrer.



Photos : Crampons et piolet.

Pendant tout ce temps-là, j'observe Samir dans ses déplacements. C'est un enfant très dynamique, avec de l'énergie à revendre. Son quatre pattes me permet de constater



que ses 2 pieds sont en dedans avec le droit plus accentué. Son mouvement est asymétrique avec un grand pas à droite et un petit pas à gauche. Ses 2 mains sont aussi en dedans avec des clavicules très rapprochées. Quant à l'arrière de son crâne, je le trouve un peu plat. J'aurais pu me contenter d'observer, mais l'enfant se hisse debout, veut avancer, mais ne trouve pas son équilibre. Il crie et semble frustré de ne pas marcher à 13 mois. Nous continuons à discuter et au bout de 3 heures, nous retournons à notre pension péruvienne.



SAMIR est né le 13 juin 2009, alors que son père grimpeait ALPAMAYO avec des clients italiens. Les pères n'assistent pas à l'accouchement de toute façon.



Après le 3e sommet, je parle à Wilder de mes observations vis-à-vis de son fils, de ce que je pourrais éventuellement faire en Ostéopathie et comme il ne connaît pas ma profession, je lui explique également ce qu'est l'ostéopathie et comment nous travaillons avec les enfants. Je lui demande aussi d'en parler à sa femme. Sans tarder, il me donne rendez-vous durant la seule journée de congé que nous avons entre le 3e et le dernier sommet.

Je me rends seule chez Wilder. En arrivant vers 16 h, Gloria me semble à la fois bien intriguée et un peu nerveuse. Je commence par lui poser des questions sur sa grossesse et la naissance de Samir dont voici le résumé :

Le bébé pesait 3 kg, mesurait 48 cm avec un périmètre crânien de 33 cm et un périmètre thoracique de 32 cm ! Les Péruviens mesurent la cage thoracique, car à l'altitude de 3000 mètres (10 000 pieds) c'est un facteur essentiel d'adaptation : une grosse cage thoracique signifie une meilleure adaptation au manque d'oxygène.

Son groupe sanguin : O+
Son test d'APGAR à 1mn : 8/10 à 5mn : 9/10 N'oublions pas que nous sommes à 10 000 pieds d'altitude.

L'accouchement a duré 7 h avec une présentation normale de la tête, une expulsion avec une demi-heure de poussée où Gloria a eu un écartement de la symphyse pubienne. En la regardant, je peux facilement comprendre.

Elle descend directement des Indiens Quechua dont la morphologie est assez typique : petite (1m40 tout au plus), elle a des jambes minces, un bassin étroit, placé en rétroversion avec un sacrum vertical. Elle me fait penser à une Japonaise pour le bas du corps. Le haut du corps est très développé : cage thoracique large dans tous les plans de l'espace, épaules larges et taille mince. Imaginez un bassin très étroit avec un 1er bébé dont les périmètres crânien et thoracique sont presque identiques. Vu la conformité de son bassin et de son sacrum, les sacro-iliaques devaient être beaucoup moins mobiles que la symphyse. Celle-ci n'a pas eu le choix de s'ouvrir.

Samir pendant le questionnaire marche à quatre pattes dans toute la maison, me regarde du coin de l'œil et repart dans l'autre sens à toute allure : cela promet pour le traitement! Comme il bouge sans arrêt, je choisis de l'approcher en jouant avec lui et en espérant le garder assis pour commencer à travailler ses 2 pieds très inversés. Ma stratégie fonctionne, j'en profite pour montrer aux parents comment stimuler les muscles péroniers latéraux à chaque changement de couches, en grattant doucement avec leur ongle, sous la malléole externe pour déclencher l'éversion du pied. Je leur conseille de commencer par le pied droit qui en a plus besoin puis de faire la gauche et de revenir au droit, cela afin de corriger l'axe des pieds.

Samir repart faire un tour de quatre pattes puis revient s'asseoir, je me place en arrière de lui avec une main sur chacune de ses crêtes iliaques : il part à quatre pattes, s'assoit, repart à quatre pattes, se hisse debout pour finalement se rasseoir : je ne le lâche pas pendant tout ce temps-là : c'est du sport! Son bassin est postérieur à gauche et ne veut pas s'antérioriser d'où le petit pas à gauche. À un moment donné, il fait une torsion vers la droite sur mes appuis et corrige son bassin. Le quatre pattes est immédiatement symétrique et c'est visible pour les parents qui sont à la fois surpris, mais très contents.

Je déplace mes 2 mains au niveau de ses 2 clavicules, je suis toujours en arrière de lui et je continue à la suivre dans son quatre pattes de course !!! La clavicule droite est antérieure et supérieure. Il s'arrête, lève le bras droit puis le recule et tousse, ce qui corrige la clavicule droite.

Il me reste l'arrière du crâne, toujours à quatre pattes et en mouvement, je prends contact avec la paume de ma main gauche sur l'occiput et 1er et 3e doigt sur ses mastoïdes (ma main gauche seulement est en contact avec la base de son crâne). Samir développe énormément de chaleur au niveau du cuir chevelu. Je conseille à la maman de ne pas trop l'habiller, car je constate qu'il transpire vite surtout au niveau de la tête. Il passe de multiples fois d'assis à quatre pattes, je le suis tant bien que mal avec toujours mon appui en arrière de son occiput. Je suis capable de faire dans le mouvement une petite traction de l'occiput vers le haut et lorsqu'il se calme une équilibration des temporaux que je trouve en rotation interne. Le traitement se termine par un grand sourire de SAMIR comme pour me dire clairement : c'est fini là !!!



Les parents ne connaissant pas l'Ostéopathie sont surpris et intrigués de ce qu'ils viennent de voir. Aussitôt Gloria me demande de lui traiter son bassin. Sur un tapis de sol de camping, elle s'allonge sur le dos. Je me place à ses pieds, assise, jambes écartées. Je vais faire tout le traitement dans cette position improvisée ! Je lui dégage le pied gauche : astragale antérieur, la hanche gauche très «compactée» dans le bassin

et un beau 3 points haut à gauche. Elle m'apprend qu'elle porte son fils exclusivement sur la hanche gauche. Je lui explique l'importance d'alterner le portage du bébé sur une hanche puis l'autre, en privilégiant la droite pour un mois environ. Je fais également une traction sur sa hanche droite pour la décoapter. Avec un ballon, vu que cela fait 13 mois qu'elle a accouché, je me permets de lui faire un ajustement global de la symphyse pubienne. Je lui conseille de le faire une ou 2 fois par semaine selon son besoin. Je termine par une équilibration globale des 2 membres inférieurs à partir des pieds puis de tout le corps au complet.

Je leur donne (à Wilder et Gloria) 2 balles de tennis et leur montre des exercices d'anti-gymnastique en position assise : sous les pieds, allongé sur le dos : sous le sacrum, le long des muscles para vertébraux, sous l'occiput à l'attache des trapèzes (pour elle à cause du poids du bébé, pour lui à cause du poids du sac à dos).

Pour terminer, je montre à Gloria comment faire une traction à partir du pied jusqu'à la hanche et la sacro-iliaque de son mari. Il est tellement détendu lorsque je fais ma technique que je tracte en une seule fois la coxo-fémorale, la sacro-iliaque, les lombaires, les piliers du diaphragme jusqu'en D12 !!! Il est surpris, mais très content, car il se sent instantanément dégagé. Les sacs à dos qu'il porte sont tellement lourds, juste la corde de 100 mètres pèse 12 kg, imaginez tout le reste du matériel pour grimper un 6000 mètres technique!

Gloria est petite, mais très forte, elle est capable de lui faire une bonne traction à partir de chaque pied ce qui va lui rendre service après chaque expédition en montagne. Après 3 heures avec la petite famille de mon guide, je retourne souper avec John. C'est notre dernière nuit de confort avant le 4e et dernier sommet!

Le lendemain matin alors que je déjeune vers 7 h, Édita, une guide de Trekking que

j'apprécie beaucoup, arrive en boitant. Elle part dans 2 jours comme guide en chef sur le long circuit de 10 jours de la vallée de la Santa Cruz. Elle m'explique que cela a commencé au niveau de la sacro-iliaque droite et que 3 jours après elle sentait une compression de la rotule droite avec une sensation de frottement. Il est 7h1/2 et nous partons à 8 h précise! Je n'ai pas le cœur de la laisser comme ça. Après quelques tests debout au milieu de la salle à manger, heureusement vide, je débarrasse une table de déjeuner et lui demande de se placer à califourchon, bras croisés. J'ajuste en rotation vers la droite sa sacro-iliaque gauche sur son pôle inférieur et en rotation vers la gauche, sa sacro-iliaque droite qui en a bien besoin sur ses pôles inférieurs, supérieurs ainsi que l'isthme. Je comprends le lien avec son genou droit! Ce fut bref, mais intense!

J'étais très heureuse de faire découvrir une partie de l'Ostéopathie à des personnes qui connaissent les manipulations, car il y a toujours eu depuis l'époque des Incas, dans les villages, des guérisseurs qui manipulent et utilisent les plantes pour guérir divers maux.



Dans mon prochain article, je vous raconterai ma randonnée de 4 h avec Pablo MORALES, sur les plantes médicinales. Pablo a été initié oralement par ses 2 grands-mères, connaît très bien les plantes des montagnes et les utilise pour toute sa famille, enfants et petits-enfants.

J'ai appris par courriel que Samir a marché 2 semaines et demie après mon traitement. Est-ce le cours normal de son développement ou ai-je participé à lui permettre de faire ses premiers pas ?

