

Musique et Médecine

D^r. FRÉDÉRIC VILLEGA
NEUROPÉDIATRE, CHR BORDEAUX

LA MUSIQUE EST UN ART, QUI FAIT PARTIE DE NOTRE CULTURE, DE NOTRE HISTOIRE. LE PREMIER INSTRUMENT RESSEMBLANT À UNE FLÛTE, TAILLÉE DANS UN OS D'OURS, DATE DE QUARANTE MILLE ANS. L'Homme a probablement chanté avant de savoir parler. Pourrait-on parler aujourd'hui de la musique comme d'un outil ancestral précieux dans l'arsenal du soin pluridisciplinaire ?

À L'ORIGINE...

Les Pythagoriciens, six siècles avant J.C., créèrent la théorie des harmonies. Platon puis Aristote s'en saisissent, persuadés que la musique pourrait résoudre la dichotomie entre l'âme et le corps !

Au Moyen-Âge en Italie, la loi obligeait ceux qui entreprenaient des études médicales à jouer d'un instrument de musique. On pensait que guérir l'esprit par la musique permettait de guérir le corps.

Ce n'est que vers la fin du 19^e siècle que le chirurgien allemand Billroth essaya pour la première fois d'établir un lien entre la musique et la physiologie du cerveau. En 1899 le *Lancet* publia un article de Davison, intitulé « *Music in Medicine* ». En 1914 Kane publia un article dans le *JAMA* où il décrit l'utilisation d'un phonographe au bloc opératoire comme moyen de réduire la douleur et l'anxiété des patients. En 1918, Hyde et Scalapino découvrirent que l'utilisation de gammes mineures permettait de réduire la fréquence cardiaque et la pression artérielle.

MUSICOTHÉRAPIE ET NEUROSCIENCES

Que l'on imagine une musique ou qu'on l'entende dans le cerveau, les mêmes zones s'activent en neuroimagerie. Beethoven même sourd, ressentait la musique qu'il composait.

En 1993, Rauscher publie dans *Nature* que dix minutes par jour de Mozart permettent une augmentation des performances intellectuelles dans des tâches de raisonnement spatial.

La musique pourrait réactiver la plasticité du cerveau des personnes atteintes de maladies neurodégénératives. Cet effet serait lié au circuit de récompense : lorsqu'on entend un morceau de musique qui nous plaît, notre cerveau se met à sécréter de la sérotonine, des endorphines et de la dopamine, rendant ainsi compte d'effets antidépresseurs et antalgiques.

En 1973, Albert et Sparks ont mis au point une méthode permettant à des patients aphasiques de reparler après un AVC, via le chant. Le neurobiologiste Schlaug a pu observer l'augmentation du nombre de fibres nerveuses dans le faisceau arqué après quatre mois de ce traitement. En 2004, Särkämö, en Finlande, a montré pour la première fois qu'écouter régulièrement de la musique aide les personnes victimes d'un AVC à récupérer un meilleur fonctionnement émotionnel et cognitif. Selon une étude menée aux Pays-Bas, pratiquer une activité musicale deux heures par jour aurait des effets équivalents à une pratique sportive sur la santé : diminution de la pression

artérielle et du rythme cardiaque... D'autres études ont révélé que les activités de loisirs, comme la musique, pourraient limiter le risque de développer une démence chez le sujet âgé.

De nombreuses études récentes, finalement, développent les concepts découverts au début du siècle dernier. Cette géographie détaillée du cerveau musicien et ces expériences ont mis en lumière que les mémoires de la musique et du langage engagent des réseaux indépendants. Ainsi les maladies neurodégénératives atteignent moins sévèrement le réseau cérébral impliqué dans la musique qui est plus diffus et plus archaïque. Par la stimulation de ces zones on réapprendrait à communiquer avec la musique, comme nos ancêtres ont probablement appris à parler en chantant.

MUSIQUE ET SOCIÉTÉ

La société évolue indéniablement vers l'acceptation de l'art comme un divertissement et il perd son sens créatif originel. Où sont passés les kiosques ? Les musiciens lors des fêtes familiales ou communales ? Quel est le degré d'exigence du niveau scolaire français en musique ? Nul doute que la place de l'artiste professionnel est à revaloriser car une société sans art devient dangereuse. L'art est inutile et en cela il est indispensable. Il est porteur du secret indicible de la compréhension du lien qui nous uni en tant qu'êtres humains. La musique peut devenir un outil salutaire qui replace la singularité ●●●



••• de l'être au cœur de nos observations de médecins. L'artiste bénéficiant d'une formation de thérapeute peut alors intervenir, sur indication médicale, pour redonner au patient ce sens perdu de l'existence de l'autre et de soi-même.

MUSIQUE ET ART-THÉRAPIE

L'art-thérapie est une discipline paramédicale qui doit s'envisager uniquement sur prescription et en complément d'une prise en charge globale. En 1974, le premier Congrès Mondial de Musicothérapie, réunissant plus de douze pays, est organisé en France. Depuis, cinq centres de formation, affiliés à la Fédération Française de Musicothérapie créée en 2003, organisent un cursus de formation professionnelle, dont trois universités françaises délivrant un diplôme universitaire de Master. L'art-thérapeute doit donc être titulaire d'un diplôme délivré par une instance médicale universitaire selon le repère métier de l'AFRATAPEM (Association Française de Recherches et Applications des Techniques artistiques en Pédagogie et Médecine). La Délégation Aquitaine des Art-thérapeutes diplômés d'Université est basée sur Bordeaux.

DES MÉDECINS MUSICIENS

En 2015 trois médecins passionnés membres de l'Orchestre des médecins du monde ont créé l'Orchestre Symphonique des Médecins de France qui rassemble, sous forme d'une associa-

tion, les talents des médecins pour un concert annuel unique.

Beaucoup de médecins seraient musiciens? Quel message y voir? L'artiste, c'est celui qui donne. Peut-on trouver un lien avec notre métier de vocation qui ne peut s'exercer sans un certain dévouement? Il est sûr que le souci de la personne humaine reste la Loi intangible de notre profession.

On ne retrouve pas tant de célèbres musiciens médecins. Beaucoup comme Berlioz abandonnent leurs études de médecine. On peut citer le compositeur russe Alexandre Borodine, ou le psychiatre américain, pianiste de jazz, Denny Zeitlin.

Par contre, il y a tant de médecins musiciens sur nos terres girondines que j'aurais du mal à tous les citer : des violonistes, Laurent Cadier, Anne Gaïffas... ou Joël Dehais jouant du hautbois baroque et de la viole de gambe... mais aussi des batteurs, Bernard Duché ou Hervé Wallrand ; des guitaristes, Pierre Burbaud, Eric Dumas de la Roque ainsi que des jazzmen, Philippe Lambert, Michel Juy, et Dominique Ha! On peut écouter aussi dans les caves bordelaises les saxophonistes Olivier Caubet, Jean-Yves Prigent, Christophe Elleau, ou les contrebassistes Roland Jullin, Bertrand Glize... Enfin il existe d'immenses talents chez les pianistes, Antoine Tabarin, Gilles Machelart, Nicolas Dorot, Marc Navarra, Jacques Lagarrigue dont la fille Julie, partagée entre sa passion de l'art et sa passion de l'autre, est naturellement devenue musicienne (Julie

et le vélo qui pleure...) et art-thérapeute! Allez écouter à Bordeaux notre confrère Francis Fontès, pianiste de jazz dont la renommée dépasse nos frontières, vous n'en sortirez pas indemne...

DES PATIENTS MUSICIENS

La musique a des pouvoirs insoupçonnés sur notre cerveau et sur notre corps. C'est une aide précieuse dans la prise en charge des patients atteints de maladies neurodégénératives mais aussi pour toutes formes d'affections chroniques. Le Pr. J. Dehais tient une consultation sur les pathologies liées à la pratique instrumentale et les troubles du mouvement des musiciens.

Quel que soit l'avenir de la musicothérapie comme alliée thérapeutique en médecine, la musique est un très bon moyen de « réhumaniser la relation soignant-patient et de réhumaniser le patient lui-même ».

Nombre de patients souffrant de handicap ou de maladies chroniques restent un exemple de courage pour l'humanité. Le pianiste français Michel Petrucciani, parti si jeune, écrivait : « La musique est le langage universel, je l'aime comme cette terre où nous vivons, partager un instant de bonheur avec vous est mon rêve le plus réel ».

POUR EN SAVOIR PLUS

Le Cerveau Mélomane, Emmanuel Bigand, Ed. Belin

www.lart-therapie-aquitaine.net

www.leveloquipleure.fr