

Rodez Millau Villefranche-de-Rouergue Onet-le-Château Saint-Affrique Decazeville Luc-la-Primaube Capdenac-Gare Espalion Aubin Autres villes

Actualité &gt; Grand Sud &gt; Aveyron &gt; Santé

Publié le 29/10/2017 à 03:52, Mis à jour le 29/10/2017 à 10:13

## La musique comme thérapie complémentaire des soins

La Santé près de chez vous - Santé



Jean-Luc Bonnemayre, Jean-François Labit, Sophie Rebois et Didier Perrot planchent sur un troisième CD./ Photo DDM, L.B

En prolongement du premier volume consacré à la gestion de la douleur, le partenariat entre ASSAD 12, le centre hospitalier Sainte-Marie de Rodez et le réseau Palliance 12, inaugure son deuxième CD pour aider les patients à gérer leur stress et anxiété.

La musique, au-delà de l'aspect culturel, est connue pour avoir des bienfaits sur l'organisme. Jean-François Labit, infirmier musicothérapeute au sein du centre hospitalier (CH) Sainte-Marie de Rodez, travaille depuis près de 25 ans à insérer la musique dans le milieu médical. Le spécialiste travaille depuis plus d'un an avec Sophie Rebois, directrice du réseau Palliance 1, à donner une suite à leur premier projet commun, un CD musical consacré à la gestion de la douleur. Soutenus par le président d'ASSAD 12, Jean-Luc Bonnemayre, et le directeur du CH Sainte-Marie, Didier Perrot, Sophie Rebois et Jean-François Labit ont cette fois-ci travaillé sur un volume en deux parties, la première dédiée à des exercices de souffle et relaxation, la deuxième propose des morceaux musicaux uniquement au piano. Ce projet se situe dans le prolongement du premier CD. «Le point de départ était de fabriquer un outil pour créer un lien entre les patients et l'équipe médicale» explique le musicothérapeute.

### Une technique déjà en service

Au CH Sainte-Marie, les médecins peuvent désormais prescrire la Musicothérapie depuis la validation en Commission Médicale de l'Etablissement en juin dernier. «Il ne s'agit pas de remplacer un traitement médicamenteux par la musique mais de le compléter, de le rendre moins pénible», souligne Didier Perrot. Tous les patients ne seront pas réceptifs à cette méthode mais une étude a montré que ceux qui souffraient de douleurs chroniques voyaient celles-ci s'atténuer en écoutant de la musique à raison d'une heure par jour. «La notion de plaisir et d'évasion est très importante dans ce procédé. L'autre jour, une patiente qui souffre de douleurs liées à une maladie grave m'a avoué qu'elle avait diminué sa dose de morphine depuis qu'elle pratiquait la musicothérapie quotidiennement. C'est plus que satisfaisant et encourageant», s'enthousiasme Jean-François Labit. «L'enjeu est désormais de former des équipes, notamment nos auxiliaires de vie sociales afin de favoriser le maintien des personnes dépendantes à domicile. Nous sommes les parents pauvres. À domicile, on est livré à nous-même», ajoute Jean-Luc Bonnemayre. Sur une journée, le personnel va suivre une formation théorique et pratique avec les postures à aborder, la manière de proposer une écoute musicale ou encore atteindre un meilleur lâcher prise. Les bienfaits de ce procédé devraient également profiter aux EHPAD, MAS, et autres structures d'accueil. Jean-François Labit planche déjà sur un troisième volume pour la Collection «Musique et Thérapie» afin d'élargir les propositions musicales qui profiteront à tous les partenaires sous forme d'une sonothèque à disposition.

PUBLICITÉ