

RÉSUMÉ

La maladie de Parkinson est une pathologie neurologique, chronique, complexe, associant troubles moteurs et non moteurs évoluant selon les différents stades. La kinésithérapie est prescrite en complément du traitement médicamenteux, avec un grade C admis par la HAS et un grade B par les directives canadiennes. La rééducation est précoce par prévention et pédagogique pour responsabiliser le parkinsonien, tout en gardant comme point clé le maintien d'une activité physique régulière. Cette dernière permet d'agir sur l'indépendance fonctionnelle tout en favorisant la réadaptation sociale, les liens communautaires et didactiques qui constituent des facteurs primordiaux.

Le MK possède une place de choix, un rôle primordial. Il est un véritable « coach » apportant et transmettant une éducation thérapeutique, ses savoirs et savoir-faire. Il conseille, guide et rend autonome le parkinsonien dans la gestion de sa maladie. Il utilise la thérapie physique comme moyen thérapeutique, nous retrouvons dans les directives de physiothérapie européennes, la pratique du Tai Chi Chuan parmi les activités physiques préconisées. Il s'agit d'une gymnastique douce et ample, caractérisée par un enchaînement de séquences motrices coordonnant les membres supérieurs et inférieurs de façon lente. Sa pratique est populaire en Asie, elle tend à être développée dans les mœurs européennes. Il présente une action privilégiée au niveau de l'équilibre, de la marche, des capacités fonctionnelles et des fonctions motrices, d'où son intérêt dans la maladie de Parkinson. De plus, il permet au parkinsonien de prendre conscience de son corps et de son environnement.

La revue de la littérature est essentiellement basée sur des études chinoises et américaines. Elle révèle des données controversées qui mettent cependant en avant des bénéfices multiples du Tai Chi Chuan, sur les fonctions et les structures du cerveau. En effet, nous retrouvons des preuves établies et des présomptions scientifiques (essais de contrôle randomisés de forte et faible puissances, méta-analyses, étude pilote, essais non randomisés...) soulignant des résultats immédiats sur la motricité et l'équilibre, réduisant la fréquence des chutes sur le long terme. Par ailleurs, des bénéfices non moteurs sont retrouvés, sur l'humeur, le comportement, les fonctions exécutives et cognitives avec une protection contre la dégénérescence neuronale. Le Tai Chi Chuan est utilisé comme assistant au traitement pharmacologique, c'est une thérapie alternative et complémentaire avec des résultats positifs à bas coûts par rapport à d'autres thérapies actives (étirements et entraînement en résistance notamment). Toutefois, nous notons la nécessité de la mise en place d'études de haute qualité, reproductibles et caractérisées par un protocole précis et détaillé, ainsi qu'un suivi au long terme.

Mots clés : Tai Chi, Maladie de Parkinson, Effets, Technique thérapeutique

Key Words : Tai Chi, Parkinson disease, Effects, Complementary and alternative therapy