



ORTHA ATLANTIC

CABINETS D'ORTHOPTIE

Article rédigé par Noémie Foinels-Koita

L'œil et la posture

L'œil ne sert pas seulement à voir. Il fait aussi partie d'un système complexe qui sert à garder une **posture adaptée** et à **nous situer dans l'espace**.

Pour maintenir le corps en équilibre, nous avons besoin de coordonner des informations visuelles, vestibulaires, somesthésiques (de la sensibilité du corps), et de générer en permanence les réponses musculaires adaptées.

Si notre cerveau est renseigné sur la posture du corps grâce aux **capteurs de la rétine, de l'oreille interne et des pieds**, c'est la **proprioception musculaire** (y compris celle des muscles oculomoteurs) qui donne au cerveau la position relative des capteurs les uns par rapport aux autres.

1) Le rôle de l'œil :

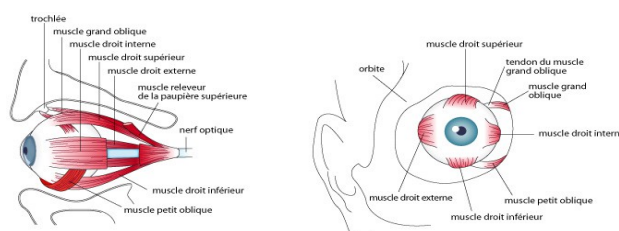
L'**œil** joue un rôle important dans le contrôle de la **posture** car, le système oculaire a une double fonction : exo et endocapteur, c'est à dire qu'il donne des informations à la fois sur l'extérieur du corps et sur l'intérieur :

- La **rétine** est un exo-capteur qui renseigne sur l'environnement et notamment sur la position et l'orientation des objets regardés. Le système postural utilise essentiellement les informations de la périphérie rétinienne.

C'est pourquoi il est important de veiller à être bien corrigé (myopie, hypermétropie, astigmatisme) pour éviter d'engendrer petit à petit un dérèglement postural.

- les **capteurs proprioceptifs** (les endocapteurs) nous permettent de savoir si les mouvements que l'on observe sont dus à l'environnement ou au corps . C'est pour pouvoir faire cette différenciation que les muscles de l'ensemble du corps sont pourvus de milliers de capteurs proprioceptifs

Les yeux sont mobilisés par 6 muscles (chacun) qui sont eux aussi très riches en propriocepteurs.



2) Les déséquilibres oculomoteurs :

Ils peuvent se manifester par des strabismes permanents mais aussi latents (hétérophories), c'est à dire des déviations des axes visuels qui ne sont repérables qu'en faisant un examen sous écran lors d'un bilan orthoptique. Nous pourrions également mettre en évidence une mauvaise résistance à un effort visuel, un problème de convergence.

La présence de tels déséquilibres peut avoir des conséquences posturales importantes sur l'ensemble du corps.

L'œil étant un des principaux capteurs qui permet de contrôler la posture, ses dysfonctionnements peuvent engendrer des maux de tête, des douleurs cervicales, des vertiges, des sensations d'instabilité (attention à la chute chez les personnes âgées).

3) En relation avec les autres professionnels de santé :

L'œil joue un rôle important dans le contrôle postural, mais il n'est qu'une partie d'un ensemble fonctionnel, le cerveau ayant besoin de comparer les informations des yeux à celles des autres capteurs pour pouvoir les interpréter correctement

C'est pourquoi examiner uniquement l'œil sans tenir compte du reste du corps (comme pour tous les autres capteurs) ne permet pas de comprendre l'organisation posturale du patient et ses dysfonctionnements.



C'est pour cela que lors de son bilan, l'orthoptiste sera attentive aux :

- port de semelles, d'appareil dentaire, de gouttière.
- douleurs aux cervicales, aux dorsales, aux lombaires.
- douleurs à la mâchoire (si vous serrez ou grincez des dents).

Lors de notre bilan, nous pourrions effectuer des tests supplémentaires, dans différentes conditions : assis, debout, sur mousse, en shuntant la mâchoire ...

=> ce qui permet de **varier ces entrées sensorielles**, et de **comprendre l'influence des différents capteurs les uns sur les autres**.

La présence d'un déséquilibre oculomoteur ne signifie donc pas que l'origine du problème soit au

niveau de l'oeil lui-même : il est possible que cela soit simplement dû à un problème de stabilité générale, qui dépend de dysfonctionnements d'autres capteurs... D'où **l'importance d'un raisonnement global**.

Nous pouvons être amenés à vous voir en bilan sur les conseils d'un podologue, posturologue, kinésithérapeute, ostéopathe, etc...

Tout comme à l'inverse, suite à notre bilan nous pouvons vous orienter vers ces mêmes professionnels de santé.

4) Dyslexie et posture :

En ce qui concerne la posture, des études de plus en plus nombreuses mettent en évidence le **lien entre dyslexie et dérèglement postural** : les personnes dyslexiques sont plus instables que les non dyslexiques. (Kohen-raz 2007, Kapoula et Bucci 2007, Patel et al 2010, Pozzo et al 2006, Stoodey et al 2005, Viera et al 2009, Quercia et al 2011, Bourgeois 1997, 1999, 2004...)

Or la qualité de la stabilité influe sur les capacités cognitives, en particulier les personnes qui ont des difficultés d'attention.

En conséquence, les enfants présentant une dyslexie ont des difficultés à se concentrer sur ce qu'ils lisent ou écrivent parce qu'une partie trop importante de leur cerveau doit s'occuper d'une tâche plus prioritaire: l'équilibre.

L'œil a un rôle primordial dans le maintien de notre posture. Lors d'un bilan orthoptique postural, l'œil doit être mis en lien avec les autres capteurs posturaux pour avoir un raisonnement global.

Si à la fin de son bilan, votre orthoptiste retrouve un déséquilibre oculomoteur, elle pourra alors vous proposer des rééducations afin de compenser celui-ci et donc d'améliorer votre contrôle postural.

Si elle retrouve également une influence des autres capteurs sur votre posture, elle pourra vous orienter vers d'autres professionnels de santé.

Le bilan orthoptique est soumis à une ordonnance d'un médecin (médecin généraliste, ophtalmologiste, ou autre spécialité).