

## Société | L'isocinétisme, une solution pour retrouver sa mobilité



**Référencé par la Région Nouvelle-Aquitaine, validé par l'Agence Régionale de la Santé (ARS) et prescrit par les médecins, le centre d'activités physiques adaptées de Cenon a ouvert ses portes en janvier dernier. En s'appuyant sur l'isocinétisme, Gilles et Maria Laporte propose un parcours de dix machines « pour travailler toutes les parties du corps et, ainsi, retrouver sa mobilité ».**

Le 4 janvier dernier, le premier centre d'activités physiques adaptées baptisé Silver-Form voyait le jour à Cenon. Maria et Gilles Laporte, qui évoluent dans le milieu médical depuis une bonne trentaine d'années déjà, sont à l'origine de ce projet unique en France. « En 2017, ma mère était gravement malade, raconte Gilles Laporte. Sa maladie développait plusieurs pathologies. Afin de préserver sa mobilité, elle s'est rendue dans plusieurs centres de rééducation. Sans résultat. Pire, son état de santé s'est fortement dégradé. Elle nous a quittés quelques mois plus tard ». Après la tristesse de perdre un être cher, c'est l'amertume et la colère qui ont pris le dessus. Ainsi, début 2018, Maria Laporte a entrepris des recherches pour trouver un site en France qui proposait une rééducation personnalisée. « Nous avons alors constaté qu'entre le centre de kiné et la salle de sport il n'existait rien en France ». Ils ont donc décidé de faire leurs bagages direction l'Angleterre et les Etats-Unis pour découvrir une toute autre pratique basée sur l'isocinétisme.

### En fauteuil roulant, mais comme tout le monde

« L'isocinétisme est le fait de réaliser un mouvement à vitesse constante avec une machine », précise Gilles Laporte. Cette méthode permet ainsi de développer une force constante tout au long du mouvement en faisant travailler les muscles. « Au sein de notre centre nous proposons un parcours de dix fauteuils d'exercice. Au bout de 45 minutes -durée totale du parcours- le client a fait travailler toutes les parties de son corps ». Ce centre est référencé par la Région Nouvelle-Aquitaine dans le cadre du PEPS, Prescription d'Exercice Physique pour la Santé, et validé par l'Agence Régionale de la Santé (ARS). Ainsi, ce référencement permet aux médecins d'orienter leurs patients vers cette structure, dans le cadre de la prescription du sport sur ordonnance.

« La clientèle que nous accueillons possède des pathologies de différentes natures, détaille Maria Laporte. Nous accompagnons une personne en fauteuil roulant qui travaille sur deux machines. Grâce à cela, cette dernière a l'impression d'être comme tout le monde. Aussi, un homme, très émouvant, qui a été victime de quatre AVC et qui n'a qu'une seule motivation en tête celle de courir de nouveau avec sa femme. Il déborde de bonne volonté et c'est

certain il va y arriver. Nous recevons aussi des personnes obèses qui ne peuvent pas aller en salle de sport et qui se dirigent donc vers une structure comme la nôtre afin de perdre du poids et de retrouver une certaine mobilité. »

## Retrouver sa mobilité pour renouer avec le lien social

Certains aussi trouvent le chemin de Silver-Form car les séances de kinésithérapie



ne leur apportent pas satisfaction. « Nous avons accueilli une femme qui a eu plusieurs infarctus, se souvient Gilles Laporte. Elle est même tombée dans le coma. Au moment de pousser la porte de notre centre, elle était suivie par un kinésithérapeute depuis un an. Aucune amélioration de son état ne s'était faite ressentir. Elle est arrivée soutenue par sa fille et son mari. Au bout de huit séances chez nous, cette dernière a pu se déplacer sans l'aide d'autrui. Son kiné lui a alors conseillé de poursuivre la rééducation en notre compagnie. » Ce parcours de santé étant prescrit par un médecin traitant, l'équipe de Silver-Form envoie chaque mois un bilan de santé complet au médecin traitant. Cette méthode isocinétique permet au client de retrouver ses capacités physiques ainsi que la souplesse de ses articulations. « Ainsi, nous contribuons au vieillissement sans douleur pour préserver cette mobilité indispensable, souligne Maria Laporte. Car à partir du moment où vous n'êtes plus mobile, vous tombez dans la dépendance d'autrui, dans l'utilisation du fauteuil et cela peut aller très vite vers le grand voyage... »

Ce parcours ne s'adresse pas qu'aux séniors. En effet, Silver-Form accueille des personnes ayant des pathologies très diverses (asthme, obésité, AVC, infarctus, cécité visuelle...). « Que nous soyons jeunes ou moins jeunes à partir du moment où nous ne sommes plus mobiles, nous perdons un lien indispensable à la vie qui est le lien social, notifie Gilles Laporte. Notre centre, au-delà de contribuer à retrouver sa mobilité, aide à renouer avec ce lien social primordial et vital. »

### Un accompagnement sans jugement

Elisabeth Boucaud, 55 ans, est auxiliaire de vie. Elle souffre de spondylarthrite ankylosante, une maladie rhumatismale qui atteint surtout la colonne vertébrale et le bas du dos. Comme tout rhumatisme, elle se traduit par des douleurs et une perte de souplesse des articulations, majorées, pour Elisabeth, par la station debout quasi permanente que lui impose son métier. Elle a essayé de nombreuses salles de sport, tenté l'aquagym, les thérapies les plus douces, avant de franchir le seuil de Silver Form. Elle mesure toute la différence, « en effet, cela n'a rien de comparable avec les salles que j'ai testé jusqu'à présent. Ici, nous sommes suivis individuellement. l'enseignante APA nous prend en charge et nous explique bien les mouvements. » Nul regard scrutateur non plus à déplorer : elle se sent bien, accompagnée sans être jugée. Et côté douleurs, l'amélioration est tangible, « je ne force pas comme avec les autres appareils, raconte-t-elle. Je vais à mon rythme. Mes douleurs ont beaucoup diminué et je souffre moins quand je travaille. J'en parle aussi aux personnes âgées dont je m'occupe. Les bienfaits sur les articulations et la motricité sont indéniables. J'ai dû arrêter pendant le confinement mais j'étais là dès la réouverture ! »

### Du sport déconfiné

Si le 4 janvier ce nouveau centre a ouvert ses portes dans le complexe Emeraude à Cenon, il a du très vite les refermer le 16 mars dernier pour cause de confinement. « Depuis le 11 mai, nous pouvons de nouveau accueillir notre clientèle comme avant, notifie Maria Laporte. En effet, nous avons déjà des protocoles d'hygiène à respecter. Nous accueillons des personnes vulnérables, donc la sécurité sanitaire est primordiale pour nous. Il est vrai que depuis le déconfinement, avoue Maria, le lavage des mains est obligatoire, le port de gants et de masque également. Nous proposons aussi des visières. Mais l'accueil, l'écoute et l'accompagnement personnalisés sont et resteront toujours les mêmes, c'est notre ADN. »

Silver Form – rue Beaumarchais – 33150 CENON - 05 33 03 08 86 - du lundi au vendredi : 9h30 – 12h30 / 14h – 18h - <https://www.silver-form.fr>



Sybille Rousseau

*Crédit Photo : Aïcha Chapelard*

*Publié sur [aqui.fr](http://aqui.fr) le 02/06/2020*

*[Url de cet article](#)*