

Ostéopathie : des sportifs aux jeunes mamans

Jeune ostéopathe biarrot, Benoît Raynaud a plusieurs cordes à son arc. Il est ainsi fortement impliqué dans le sport. Il soigne régulièrement rugbymen, sportifs et pilotari. Une expérience qu'il met au service de tous et notamment des femmes enceintes et des nourrissons.

Comment avez-vous vécu ce titre de champion d'Europe tant sur le plan sportif que personnel ?

C'est un résultat sportif exceptionnel, l'équipe de France Handigolf a été championne d'Europe en Juillet dernier au Portugal. Ce titre restera d'autant plus singulier que c'était la première fois que cette épreuve était organisée par les instances officielles (European Golf Association). Charles-Henry Quélin, Mathieu Cauneau, Philippe Pée, et Pierjean Frison, menés par leur coach fédéral Frédéric Cupillard ont réalisé une performance extraordinaire.

SPORT ET SANTÉ



Benoît Raynaud. © DR

Mais ce championnat m'a également énormément apporté aussi bien personnellement qu'humainement. Chaque joueur a une histoire, un vécu qui représente une vraie cassure dans sa vie. Au lieu de se plaindre, ces sportifs ont une véritable énergie et un positivisme remarquable.

Pratiquez-vous depuis toujours l'ostéopathie en tant que spécialiste du sport ?

J'ai commencé en tant que kinésithérapeute du sport, étant sportif moi-même. Cette affection pour le sport ainsi qu'une blessure durant mon adolescence m'ont donné envie de faire ce métier. Je me suis ensuite naturellement orienté vers des études d'ostéopathie. Diplômé en 2001, mon parcours m'a naturellement guidé jusqu'à un exercice exclusif de l'ostéopathie et à son enseignement en France, ainsi

De ce fait, suivez-vous des sportifs de haut niveau locaux ?

Je suis arrivé sur le Pays Basque en suivant déjà des golfeurs professionnels et amateurs. Je me suis également rapproché du milieu du surf mais aussi de celui du rugby, et enfin le sport local : la pelote basque.

Il est intéressant d'évoquer une de vos autres spécialités : celle liée aux femmes enceintes et aux bébés. Pourquoi ce choix ?

J'ai toujours eu une sensibilité, un affect particulier, en ce qui concerne les bébés. Cela m'a toujours parlé et intéressé particulièrement suite à

d'acquérir une pratique vraiment adaptée aux nourrissons, voire aux prématurés. Suivre une mère enceinte permet de limiter les douleurs pendant la grossesse, ou encore d'effectuer un travail sur son ventre et donc sur le fœtus intra utéro. Il convient ensuite de revoir la mère et son nouveau né dans les 2 ou 3 semaines suivant l'accouchement, afin de remédier à de possibles dysfonctions. Ce bilan me semble vraiment important, tout particulièrement lors d'accouchement avec instruments (forceps, ventouse).

Le passage chez un ostéopathe est donc essentiel à cette période ? Ce comportement est-il rentré dans les mœurs ?

Ce passage me semble indispensable. Au-delà du bilan de la mère et du bébé, l'ostéopathe peut également fournir des conseils variés sur la nutrition, le sommeil, les postures... Aujourd'hui, de plus en plus de jeunes mamans font la démarche d'elles-mêmes ou sur les conseils de leur sage-femme ou de leur pédiatre. On retrouve également de plus en plus d'ostéopathes dans les services de maternité.

Pouvez-vous parler de votre travail d'ostéopathe en entreprise ?

Je suis dans cette dynamique car l'intérêt que les salariés soient pris en charge par un ostéopathe au sein de leur entreprise, est évident. Les troubles musculo-squelettiques (TMS) et le stress constituent un réel problème de santé au travail. En effet ils touchent plusieurs millions de travailleurs et représentent 80 % des arrêts de travail en France. Nous mettons en place

qu'elle puisse offrir le bien être à ses employés, afin d'améliorer leurs qualités de vie.

Vous semblez accorder à l'ostéopathie un rôle essentiel et grandissant pour l'avenir dans divers secteurs ?

Tout à fait, nous vivons actuellement dans une société où tout va vite, et paradoxalement nous assistons à un retour des médecines dites « naturelles ». Il suffit de regarder le nombre de parents cherchant à soigner leurs enfants ainsi, ou bien le nombre de personnes s'intéressant à la diététique ou la nutrition. Il existe des alternatives complémentaires à la médecine allopathique et selon moi l'ostéopathie en est une incontournable. Elle consiste à soigner naturellement car le seul outil de diagnostic et de traitement est la « MAIN ». Il ne s'agit pas uniquement de manipulations articulaires, mais d'un vrai suivi que j'essaie d'instaurer avec mes patients, en les conseillant dans leur vie de tous les jours sur les réflexes « santé » à avoir.

Des projets ?

Oui toujours ! Au delà du suivi de nombreux sportifs, j'ai eu la chance d'enseigner dans plusieurs écoles d'ostéopathie mais aussi d'en diriger. Après une pause afin d'être plus près des miens, je réfléchis avec quelques associés à un futur projet sur la côte basque... Et soyez certains que je ne manquerai pas de vous tenir informés !