

## Des électrodes plutôt que des médicaments

Lecture 1 min

A La Une • La Réole



L'ordinateur permet d'analyser l'activité électrique du cerveau. PHOTO P.L. © Crédit photo : Izaute Patrick

Publié le 24/10/2011

S'ABONNER



« Le stress que l'être humain vit au quotidien est générateur de troubles du sommeil, de migraines, de problèmes de digestion, de maux de dos... En revanche, le calme et la sérénité sont la base pour un mieux-vivre et la sauvegarde de notre santé », souligne Éric Demay, qui propose de traiter ces maux par la méthode neurofeedback. Cette méthode agit à la base sur le stress. Après quelques séances celui-ci disparaît, le sommeil revient et petit à petit tout se remet en place.

« Dès la première séance, les gens ressentent les côtés positifs de la méthode dans 80 % des cas. C'est une méthode scientifique sans absorption de médicaments », précise Éric Demay. Cette approche a vu le jour aux Etats-Unis dans le courant des années 70. Elle a pour but d'aider le cerveau à se réguler et à se réorganiser lui-même pour mieux fonctionner. Pour cela, le praticien place des électrodes sur la tête, ce qui permet au système d'analyser l'activité électrique du cerveau et le système lui renvoie des informations sur son fonctionnement propre. C'est une méthode totalement indolore.

« L'être humain est une mécanique complexe mais bien conçue. La vie stressante que l'on mène actuellement entraîne souvent un dérèglement du cerveau, qui ne peut plus jouer son rôle régulateur. Il en résulte un état d'anxiété avec tout ce qui en découle. Neurofeedback Dynamique donne de bonnes informations au cerveau pour qu'il corrige toutes ces perturbations.

Les migraines passent, le sommeil est réparateur, les angoisses et le stress s'évaporent. La conscience s'affermite et les décisions deviennent claires », explique Éric Demay, qui fait remarquer que cette méthode a été validée par l'association Neuf de Coeur de Florence et Jean-Pierre Papin.

Renseignements au [www.neurofeedback-bienetre.com](http://www.neurofeedback-bienetre.com)

Patrick Izaute – Sud Ouest