

La plongée au secours des victimes du terrorisme ? Une étude thérapeutique débute le 18 novembre en Guadeloupe

Evaluer les **bénéfices de la plongée sous-marine sur le stress post-traumatique des victimes des attentats** de novembre 2015 : tel est l'objectif de l'étude **DivHope**, qui se déroulera en Guadeloupe du 18 au 30 novembre 2017.

Une équipe composée de **médecins, de chercheurs et d'instructeurs de plongée** suivra une quarantaine de personnes souffrant de stress post-traumatique. « *Cet essai clinique vient dans la continuité de l'étude DivStress, réalisée à Marseille avec l'UCPA en 2015, qui avait permis de démontrer le **bénéfice de la plongée sur le stress perçu et la capacité à gérer l'imprévu** chez des sujets "sains"* », précise le **Dr Mathieu COULANGE**, chef du service de Médecine Hyperbare, Subaquatique et Maritime de l'hôpital Sainte-Marguerite (AP-HM).

Le projet est mené scientifiquement par le médecin en chef **Marion TROUSSELARD** de l'Institut de recherche biomédicale des armées (IRBA), et l'équipe de médecine hyperbare de l'AP-HM, sous la houlette du **Dr Mathieu COULANGE**. Il a été initié par **Frédéric BENETON** et soutenu par la **Fondation d'Aide aux Victimes du Terrorisme**.

La partie plongée est organisée par **Vincent MEURICE** et soutenue par l'entreprise marseillaise **BEUCHAT**.

De nouvelles techniques anti-stress

Le programme associe la plongée à des **techniques de relaxation subaquatiques** : un entraînement de l'esprit à vivre le moment présent, en immersion, *via* une attention soutenue aux mouvements respiratoires et aux informations corporelles, à l'instar des pratiques méditatives classiques.

« *Si les résultats attendus sont confirmés, cette pratique de la plongée "améliorée" s'inscrira comme une **nouvelle technique de prise en charge complémentaire pour la régulation du stress et des émotions**, l'amélioration du bien-être et de la qualité de vie* », souligne **Frédéric BENETON**. Elle pourra être mise en œuvre non seulement au profit de la population générale, mais également dans les populations à risques exposées à des stress intenses, voire traumatiques (militaires, pompiers...)

Les victimes, acteurs de la recherche

Cette étude originale aura pour cadre la réserve Cousteau à Bouillante. La Guadeloupe est le lieu adapté pour une telle étude car elle présente toute l'année **des conditions de plongée et un climat compatibles avec l'état de stress** des sujets (profondeur limitée, température agréable de l'eau, visibilité excellente et absence de courant).

L'occasion pour les victimes « de devenir *les principaux **acteurs** dans la recherche thérapeutique et **non plus de simples consommateurs de soins**, ce qui permet de les valoriser et de leur donner espoir en pleine période des commémorations des attentats de novembre 2015* », souligne l'équipe médicale.

Le trouble de stress post-traumatique (TSPT), une pathologie très invalidante

Le TSPT est un trouble chronique marqué par des reviviscences fréquentes de l'événement traumatique avec débordement émotionnel, peur, perturbation de la vie socio-affective favorisant un isolement, difficulté à sortir de chez soi. L'arsenal thérapeutique disponible (antidépresseurs, thérapies cognitives) ne permet pas un rétablissement de tous.

On estime qu'entre 60 et 80% des individus soumis à une expérience traumatique sévère développeront un TSPT.

30 % des patients ne répondent pas aux traitements et 40% de ceux qui se rétablissent présenteront une rechute dans l'année.

L'équipe scientifique et médicale :

-**Frédéric Bénétou**, initiateur et coordinateur du projet, ex-CEO d'une société de Biotech et consultant dans le domaine des sciences de la vie (Ancien Elève de l'Ecole Polytechnique, Master 2 physiologie)

-**Médecin en Chef Marion Trousselard**, médecin et chercheur, neurophysiologie du stress (IRBA)

-**Dr Mathieu Coulange**, urgentiste, chef de service de Médecine hyperbare AP-HM et vice-président de la Société de Médecine et de Physiologie Subaquatiques et Hyperbares, en lien avec le **Dr Henri Wind**, responsable du caisson hyperbare du CHU Pointe-à-Pitre

-**Dr Lionel Gibert**, psychiatre, AP-HP, Hôpital Paul Brousse

-**Dr Loraine Delsol**, médecin généraliste et hyperbare, Bouillante (Guadeloupe)

Plongée coordonnée par **Vincent Meurice**, BEES2 plongée, sophrologue, préparateur mental de sportifs de haut niveau

Lire le [Dossier de presse](#)

En savoir plus sur le service de médecine hyperbare de l'AP-HM

<http://fr.ap-hm.fr/service/medecine-hyperbare-sub-aquatique-et-maritime-hopitaux-sud>

En savoir plus sur l'IRBA

<http://www.defense.gouv.fr/sante/notre-expertise/recherche-biomedicale/recherche-biomedicale>





Assistance Publique
Hôpitaux de Marseille

Service Communication & Culture

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Contact :

Mathieu Coulange, MD, PhD

Médecine Hyperbare, Subaquatique et Maritime

Chef de service

CHU Ste Marguerite, 270 bd de Sainte Marguerite - 13274 Marseille Cedex 09

06 15 56 03 55

mathieu.coulange@ap-hm.fr

Bureau : 04.91.74.56.53

Secrétariat : 04.91.74.49.44