

**HYPERACTIVITÉ**

## UNE TECHNIQUE QUI RETIENT L'ATTENTION

Le neurofeedback pourrait être un traitement prometteur chez les enfants et adolescents atteints d'un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH). La technique : l'activité cérébrale de l'enfant est enregistrée (*photo*) puis retransmise en temps réel sur un écran en une représentation graphique ludique qu'il devra apprendre à maîtriser. Dans une étude menée au CHU d'Amiens, les effets du neurofeedback ont été comparés à ceux du médicament standard, le méthylphénidate, sur des enfants TDAH de 7 à 12 ans (1). Ces derniers visionnaient un film, qui était interrompu lorsque leur attention diminuait. Ils devaient alors se reconcentrer pour que la vidéo reprenne. Résultat, bien que moins efficace que le médicament, la technique a tout de même permis d'améliorer les symptômes. Le Dr Alain de Broca, neuropédiatre au CHU d'Amiens et coauteur de l'étude, explique : « La difficulté à se concentrer est due à une immaturité du cerveau. Apprendre à se focaliser sur une tâche permet d'améliorer sa capacité de concentration. » Ce qui laisse entrevoir des bénéfices à long terme. Reste que l'enfant doit être impliqué dans le processus, ce qui demande une certaine maturité, et surtout de la volonté. « Le neurofeedback n'est pas adapté aux enfants trop jeunes ou grandement éprouvés par leurs troubles », souligne Alain de Broca. Finalement il s'agit d'une méthode efficace pour apprendre à maîtriser son attention, comme la méditation ou la relaxation.

**STÉPHANE DESMICHELLE**

(1) Neuroscience & Medicine, 2011.

