

Ostéopathe Faut-il préférer le kiné ?

L'un et l'autre procèdent différemment. Ils paraissent avoir la même efficacité pour soulager lombalgies et sciatiques.

Kinésithérapeutes et ostéopathes devraient plutôt être consultés de façon complémentaire, si l'on en croit les études publiées sur le sujet. L'une, parue en 2010 et passant au crible de son analyse plusieurs dizaines de rapports américains et britanniques, pointe l'intérêt des manipulations de l'ostéopathe pour certaines indications comme les crises de lombalgie ou le torticolis. L'autre, publiée l'année d'après par une équipe néerlandaise et examinant une vingtaine d'essais cliniques, estime de son côté que l'ostéopathie ne présente pas plus d'intérêt que d'autres prises en charge pour le mal de dos. Un constat que ne partage pas tout à fait l'épidémiologiste Isabelle Boutron.

Dans le commentaire d'un rapport de l'Inserm datant de 2012, elle souligne précisément le manque de données fiables pour estimer l'efficacité de l'ostéopathie sur les maladies de la colonne vertébrale. Évaluation à trop court terme, hétérogénéité des interventions, critères subjectifs... nombreux semblent être les biais méthodologiques. Seul un vaste essai britannique, mené sur plus de mille

malades et concernant les lombalgies dont les douleurs persistent depuis moins de trois mois (on les dit subaiguës), trouve crédit à ses yeux. Or, d'après la chercheuse, il montre précisément « une supériorité des manipulations à la prise en charge courante. »

En pratique, comme l'explique le Dr Jean-Yves Maigne, rhumatologue à l'Hôtel-Dieu mais aussi ostéopathe, « il faudrait davantage d'études pour bien préciser les indications et les contre-indications des manipulations dans différentes situations. » Un constat appuyé par une récente enquête britannique, qui a examiné en détail 178 recherches publiées sur les indications de la thérapie manuelle, entre autres sur des troubles musculo-squelettiques.

Quant au nombre d'accidents graves en ostéopathie, il est très faible : entre 1 cas pour 400 000 et 1 pour 5,8 millions selon les estimations. La prudence doit évidemment être de mise. Et certains considèrent encore qu'une consultation chez le médecin se révèle indispensable avant d'aller se faire manipuler par l'ostéopathe, tout comme elle est nécessaire en préalable de massages chez le kinésithérapeute. Reste que Michel Sala, président de l'Association française d'ostéopathie, tient à souligner qu'un décret de 2007 précise que les ostéopathes ont les compétences pour intervenir en première intention sur les troubles fonctionnels sans cette consultation.

Manipulations

Lors de ses séances, après avoir effectué son diagnostic, l'ostéopathe manipule les articulations vertébrales de son patient afin d'inhiber les contractures musculaires et les douleurs. Tandis que le kinésithérapeute, lui, se concentre plutôt sur les muscles et les tendons, en cherchant à récupérer souplesse et force musculaire. A l'inverse du

premier, il dispose de toute une palette de moyens : il peut masser, étirer, faire pratiquer à son patient des exercices, recourir à de faibles courants électriques, aux ultrasons, utiliser le chaud et le froid, etc.

Autre différence de taille, les soins du kinésithérapeute peuvent être remboursés, quand ceux de l'ostéopathe ne le sont que par certaines mutuelles – à moins qu'il ne soit également médecin. Cela vient pour partie de la reconnaissance tardive de ce métier : bien que développée aux États-Unis dès le XIX^e siècle, l'ostéopathie n'est reconnue en France que depuis 2002. Elle est aujourd'hui en plein essor. Mais avant d'aller se faire manipuler, mieux vaut bien se renseigner sur l'expérience du praticien.

L'ostéopathe manipule les articulations vertébrales pour remédier aux douleurs.

