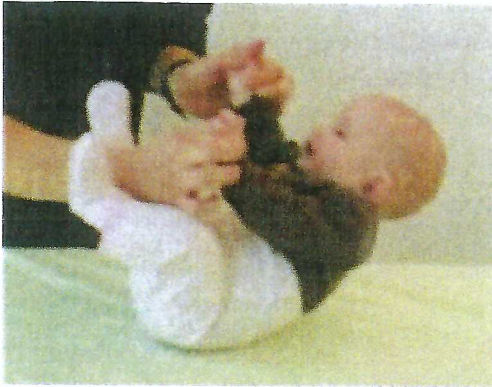


7. RÉFLEXE DE TRACTION DES MAINS



Lorsque le bébé, couché sur le dos et pris par ses poignets (ou avant-bras) avec le pouce de l'adulte dans ses paumes (pour activer le Réflexe de préhension) est tiré dans la position assise, il va automatiquement plier ses bras et essayer ainsi de soulever tout son corps.

Ce Réflexe va être intégré dans le fonctionnement du mouvement de la main à 2,5 mois après la naissance. Il permet un fonctionnement de traction et de flexion des mains pour s'asseoir et se relever et son intégration permet au bébé d'atteindre et de tirer des objets dans son espace.

34

Le Réflexe de traction des mains aide le bébé à développer les capacités à tenir et manipuler des objets dans sa main: amener à sa bouche, jeter, passer les objets d'une main à l'autre, etc... Lorsqu'il est bien intégré, il permet de soutenir les muscles dans le fonctionnement et le développement des mouvements précis des mains et des doigts lors de la préhension d'objet.

Grâce à cela, la cognition du bébé concernant les changements spatiaux change considérablement.

- ✓ Tout d'abord le bébé bouge d'un niveau spatial bas (couché) à un niveau médian (se redresser et s'asseoir).
- ✓ Puis la sphère de la bouche passe d'une aptitude élémentaire de survie (l'exploration par la bouche), à un système plus complexe, plus développé de cognition « paume-menton »
- ✓ Plus tard, l'enfant devient capable de fixer des objectifs et d'organiser ses mouvements et actions dans un espace plus large, afin d'atteindre des objets (attrapant, touchant, tirant, poussant...) pour les manipuler.

Ce Réflexe active aussi le réflexe de redressement de la tête et aide le bébé à organiser la position de la tête quand le corps est en mouvement. Par exemple la tête va vers l'avant quand le corps va vers l'arrière et vice versa, ou bien la tête va à l'inverse du mouvement du corps, vers les côtés.

Le Réflexe joue une part importante dans la construction de la dimension de la latéralité au niveau du corps et du cerveau et a aussi un effet sur la dimension du centrage.

Quand ce Réflexe n'est pas intégré dans l'ensemble du système moteur, il peut engendrer un mauvais tonus musculaire au niveau des mains soit parce qu'elles cherchent toujours à se mettre dans une position de flexion des coudes, soit au contraire parce qu'il est difficile de garder le coude fléchi. Vous pouvez observer des tensions musculaires non-intégrées chez l'enfant comme chez l'adulte, dans les avant-bras ou dans la zone des bras, lors d'activités comme le dessin ou l'écriture.

Ce mauvais fonctionnement musculaire peut affecter négativement le développement de la coordination motrice fine et conduire à un rejet de l'écrit ou d'activités manuelles ou corporelles. Souvent, on constate des difficultés d'orthographe et langagières voir d'attention et même d'hyperactivité



Rééquilibrage

A. Vérifications rapides (1 et 2)

1. La personne est sur le dos. Prenez-la par ses poignets, vos pouces dans la paume de ses mains. Donnez-lui la direction comme pour la mettre en position assise (Expression de l'intention : « Venez, on va s'asseoir »). La personne tire, en pliant ses bras, pour se mettre en position assise.



35

2. La vérification se fait ensuite **chaque main séparément**

B. Vérifications en profondeur 1 et 2 (pouces hors des paumes)



1. La personne est sur le dos. Prenez-la par ses poignets, vos pouces hors de la paume de ses mains. Donnez-lui la direction comme pour la mettre en position assise (Expression de l'intention : « Venez, on va s'asseoir »). La personne tire, en pliant ses bras, pour se mettre en position assise.

2. La vérification se fait ensuite **chaque main séparément**

C. Exercices d'activation et de remodelage (1 à 3)

Exercez lentement 3-4 fois et 7-8 secondes à chaque fois afin d'activer le Réflexe. Et demandez à la personne d'expirer lentement sur chaque activation de schème du Réflexe.

1. Dans le sens du Réflexe :

La personne est allongée sur le dos. Prenez-la par ses poignets et mettez vos pouces dans ses paumes. Donnez l'intention de la tirer vers la position assise et la personne initie le mouvement à 20-25% de sa force. Ses bras sont pliés, mais elle ne s'assied pas. Sa tête se décolle de la table.

2. Contre le sens du Réflexe :

Idem mais en poussant contre ses mains. La tête de la personne reste posée sur la table.

3. Diversifications (dans tous les sens) :

Alterner les mouvements dans toutes les directions : haut/bas, D/G etc... Pensez à respecter l'aspect isométrique du mouvement



D. Ancrage

Refaire toutes les observations rapides ET en profondeur effectuées en Tf pour constater et ancrer les changements positifs

E. Travail à faire à la maison

NB : Mouvements identiques aux exercices pour le Réflexe palmaire (p 21)

| MOUVEMENTS de BRAIN GYM | MOUVEMENTS de REMODELAGE |
|---|---|
| Activation du bras avec le bras vers l'avant | Contacts croisés couché/assis Détente de la main (P54) Rotation et activation du pouce |
| Mouvements croisés (debout, couché, tête tournée, tête droite, en fredonnant) | Pen spinning Froisser / Défroisser une feuille de papier Jeux de billes avec chaque doigt |
| 8 paresseux sur une surface | <u>Vision Gym :</u> <ul style="list-style-type: none">• Bracelet• Anneau |

