

Zeitschrift:	Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti
Herausgeber:	Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband
Band:	- (1974)
Heft:	254
Artikel:	La rééducation par l'équitation : qu'est-ce? : Information générale
Autor:	Benz, F.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-930622

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

La rééducation par l'équitation — qu'est-ce ?

Information générale

Exposé de M. Martin-F. BENZ, physiothérapeute, à l'occasion de l'assemblée annuelle de la Société des cavaliers Séduinois

Je réponds aujourd'hui avec plaisir à l'invitation que m'a faite un grand ami et connaisseur du cheval et de l'équitation, Monsieur Widmann. Un plaisir, car pour moi l'équitation et spécialement le sujet dont j'ai à vous référer ce soir «la rééducation par l'équitation» peut et doit trouver un échos toujours plus grandissant dans votre société, ainsi que dans le public en général.

Pour parler d'abord de l'«instrument» de travail, le cheval, et de son utilisation, on voit par la rééducation se réunir deux éléments presque contradictoires: la force du cheval et la maladie du patient. Pourtant, c'est dans cette force du cheval que l'on va retirer le «fluide» nécessaire à aider le malade à remonter d'un, deux ou plusieurs échelons vers une situation meilleure. La grandeur et la force de l'animal vont en «remettre» un peu à son cavalier. N'est-ce pas aussi le cas chez un autre cavalier? L'équitation faisait et partiellement fait encore partie de l'éducation. Savoir maîtriser et dresser (non pas dompter, mais bien dresser!) un cheval imprime dans le subconscient une assurance, une fermeté, une force qui inévitablement auront une influence directe sur la manière de vivre.

N'étant pas psychologue ou psychiatre, ni maître d'équitation, je ne vais pas m'aventurer dans des explications plus complexes sur le cheval et sa relation intérieure avec l'individu qui se trouve dessus. Surtout sachant que tout un chacun ici est plus expert que moi dans la matière. Mais en tant qu'individu, je vais essayer d'expliquer, dans le cadre de la rééducation, ce qu'est le cheval, à quoi il sert et quand et comment on s'en sert.

Lorsque l'on se met sur le dos d'un cheval, l'on s'aperçoit immédiatement que, pour s'y maintenir, un certain équilibre est nécessaire. Cet équilibre est dynamique, c'est-à-dire qu'il ne s'agit pas d'une point

fixe et stable, mais bien de quelque chose en mouvement sur laquelle on doit se rétablir constamment sagitalement et latéralement. Chaque mouvement de l'homme ou de l'animal demande un nouveau réajustement de l'équilibre. (C'est ce que nos maîtres d'équitation ne cessent de nous répéter: «il faut suivre le mouvement du cheval»!) Ce réajustement ne se fait pas par simple mouvement du pied ou de la tête, mais porte toujours sur le corps en entier, donc un réajustement complexe. L'épicentre de ce réajustement se trouve dans une «nouvelle articulation» (Lubersac), celle formée entre les fessiers de l'homme et le dos du cheval. Chaque mouvement du cheval y est transmis comme chaque mouvement de tout ou partie du corps de l'homme se trouvant sur l'animal. Le rééquilibre s'effectue ensuite au départ des lombes. Ainsi tout mouvement de membre perturbant l'équilibre est rétabli au niveau des lombes; réciproquement, tout mouvement des lombes provoque un réajustement au niveau des membres, ainsi chaque mouvement du cheval provoque un réajustement de l'équilibre à travers le corps tout entier. Cette boucle fermée vous démontre le côté *gymnique* de l'équitation. Cette gymnastique corporelle complexe est un des facteurs importants pour la rééducation par l'équitation. Au passage, je me permets de relever l'écrit de Monsieur Michel Perrière dans Tribune le Matin du samedi 8 décembre 1973 où il met un accent tout particulier sur la valeur du dressage, pierre angulaire fondamentale de tout développement équestre. Car sans «assiette», c'est-à-dire équilibre parfait entre cavalier et animal, il n'y a pas de possibilité sans danger de monter les échelons de la carrière équestre.

Mais revenons à notre malade et son cheval! Une fois assis sur le dos du cheval, ce sont ses mouvements qui vont préoccu-

per le cavalier! (chaque débutant ne crie-t-il pas: «Monsieur, le cheval bouge!») Le débutant comme notre malade auront à s'y soustraire. Ce balancement cadencé est en général bien vite accepté, car l'homme aime se laisser balancer. Dans le corps maternel, dans les bras de la maman, le bercement apporte une sécurisation, d'où une décontraction. Cette première phase absolument passive est d'une utilité certaine (spécialement chez un spastique).

Pour contrecarrer la passivité, d'ailleurs dans la vie en général, l'échelon suivant sera le passage à la participation active du cavalier. On lui fera faire des mouvements avec les mains, les bras, la tête, ou les jambes; des rotations du torse; se coucher sur le cheval en avant, puis en arrière. Demander à toucher le cheval à l'encolure, à la croupe, etc. En exhortant ainsi le cavalier à changer tout ou partie de son corps de position, on dérange consciemment l'équilibre agréable qu'il venait juiste d'atteindre et nous l'obligeons à se réajuster à nouveau avec les mouvements du cheval. Faire lâcher prise une main du pommeau un handicapé physique peut être pour lui un effort physique considérable. Que cela soit possible tout de même, c'est un des secrets de l'équitation qui n'est explicable que par l'abandon total au rythme de l'animal.

Dans la rééducation par l'équitation, on ose dire que nous sommes à nos limites du possible et si l'un ou l'autre monte un échelon plus haut dans cette «science équestre», c'est déjà un cadeau de Dieu. Notre but, ainsi est d'amener constamment en harmonie l'homme et la bête, et cette harmonie — qui peut être aussi psychique que physique — dépendra de la ou des maladies du cavalier. C'est à se demander qui va pouvoir être mis en selle; contrairement au Dr Satter (Salzbourg) qui demande un quotient d'intelligence supérieure à 75 %, un âge minimum de 7 ans, le Dr Reichenbach (Birkreuth R. F. A.) a prouvé par ses expériences que l'on peut descendre très bas dans les possibilités physiques, psychiques et intellectuelles (des mongoloïdes avec un Q. I. de 35 %, des poliomyélites avec un handicap physique de 70 %, des déficients mentaux graves sont à cheval lors de ses séances de rééducation).

Tout aujourd'hui, lors d'un récent séminaire à Birkreuth (R. F. A.), à été démontré scientifiquement (en théorie et en pratique) quant à la valeur et la nécessité de la rééducation par l'équitation. Outre des fervents du cheval, des professeurs en neuro-psychiatrie, en médecine interne, en rééducation physique, en chirurgie, en urologie, en gériatrie, en pédiatrie et en orthopédie sont venus expliquer et détailler leurs expériences, analyses et résultats sur la valeur de cette rééducation ancienne comme le monde, maintes fois utilisée et à nouveau délaissée, non sans la critiquer, surtout par son effet soi-disant nocif des vibrations du cheval! Tout est nocif lorsque l'on abuse, il suffit d'en savoir les limites et j'en viens ainsi au dosage — troisième point important.

Le premier étant une analyse complète du médecin sur l'état physique et psychique du malade (aucun malade ne doit monter sur un cheval sans une analyse préalable).

Le deuxième point est le côté positivement gymnique — cette mise en jeu des fonctions neuro-musculaires (l'équitation agit sur la *musculature*; aiguise le sens de l'*équilibre* et la *coordination tête/mains/bras/buste/bassin/jambes/regard*; provoque une *dissociation* (spécialement au niveau du tronc) et une bonne coordination/dissociation n'est valable qu'accompagnée du tonus adéquat, d'où *ajustement du tonus* (autre point important dans cette rééducation par l'équitation, déjà mentionné partiellement plus haut en tant que facteur sécurisant-décontractant).

Revenons à notre dosage! L'équitation fait partie des quelques rares sports provoquant, lors de sa pratique, une mobilisation générale et douce sur tout le corps et où les capacités des uns et des autres peuvent être adaptées individuellement. On aura soin au début de prendre les patients seuls à la longe avant de les introduire dans un groupe. Cela permettra de bien connaître les possibilités et les limites, tout cela pour éviter des surprises, voire des accidents.

L'équitation nous apporte des relations nouvelles:
le cheval avec nous au sol,
nous avec lui,

ainsi le cavalier avec le cheval; le cheval avec lui;

nous avec le cavalier; lui avec nous;
ainsi que les cavaliers entre eux.

Ce chassé croisé des relations nous ramène au bercement (à gauche, à droite, en avant, en arrière), à la lutte constante de la recherche de l'équilibre, ce que nous avons durant toute notre vie à faire et ici aussi sur le cheval. Atteindre l'harmonie, n'est-ce pas l'accomplissement de la vie? En mettant un malade à cheval, il se trouve être un peu comme lancé sur le circuit de la vie, perpétuellement en mouvement et à la recherche d'un équilibre. On lui donne ou redonne des sensations qu'il n'a jamais eues ou déjà longtemps oubliées et le stimule à rechercher lui-même — en l'aïdant naturellement — la clef de son problème. C'est à partir de carrefour complexe que vous arrivez peut-être à comprendre le succès de la rééducation par l'équitation. Selon Seydlitz (général allemand du XVIII^e siècle), «l'équitation est une affaire à mééditer. Il vaut la peine de savoir monter; car la vie et la mort pourraient aussi dépendre des «gamaches».

Quel malade, ou disons tout court, qui ose aller à cheval, faire de l'équitation (ne dites pas «faire du cheval», car seule la jument en est capable!)? Tout le monde dès 4 à 5 ans, jusqu'à l'honorables de 80, voire 90 ans. (A. Birkenreuth montait une amazone de 86 ans! Sa première séance à cheval eut lieu voici 4 ans). Mais si l'équitation est utilisée à un but thérapeutique, un contrôle médical est absolument indispensable, car aucun processus inflammatoire, aucun trouble cardiaque grave ne doivent être présents. C'est par un schéma très général et superficiel que je me permets de vous montrer les champs d'application de la thérapie par l'équitation. Selon Reichenbach, l'hyppothérapie n'est pas un sport mais un «travail pour la santé» (Gesundheitsarbeit). Dans un premier groupe je classerais les paralysies (tant d'origine céphalique, médulaire que musculaire). La thérapie consistera à renforcer la musculature existante et rétablir un jeu musculaire optimal (chez une séquelle de poliomyalgie par exemple). Ou alors obtenir une décon-

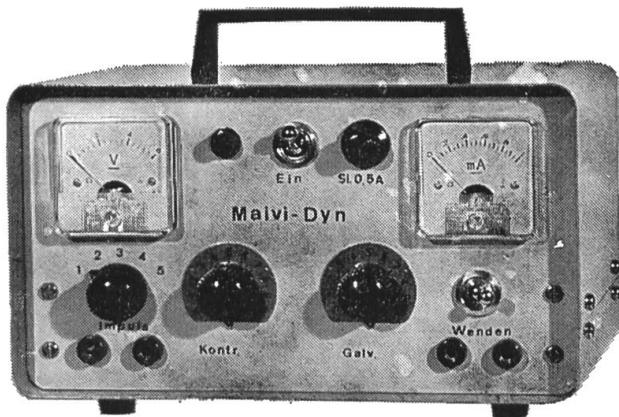
traction, avant de faire exécuter des mouvements de bras, de tête ou de tronc (cela par exemple chez un spastique ou une sclérose en plaques). La complexité dans ce groupe numéro un est grande et demande une expérience certaine dans le domaine des traitements neuro-physiologiques (Kabat et Bobath). Dans le deuxième groupe, je classerais les malades avec troubles psychiques ou mentaux. Ce domaine est complexe aussi, mais très heureux. Le cheval peut calmer un «nervieux»; enlever la «crainte» d'un névrosé ou complexé; faire sortir de lui-même un autiste ou un timide. Par le fait d'entrer en contact avec le cheval et d'avoir à se démêler avec lui, on arrive sans s'en apercevoir à se confronter avec soi-même et cela en relation avec notre alentour. Cela «arrondit les coins» et nous ramène à un certain équilibre intérieur. Dans le troisième groupe, il y a le reste. Les rhumatisants d'abord (entre les périodes inflammatoires). La mobilisation activo-passive, l'irrigation sanguine supplémentaire, l'ajustement du tonus et la décontraction anti-algique sont des facteurs qui incitent à conseiller l'équitation dans ce domaine. Viennent ensuite des cas en urologie; des malades aux troubles cardio-vasculaires (où une augmentation progressive à l'effort est possible et souhaitable). Reste encore de nombreuses possibilités en médecine interne, en gériatrie, chirurgie et orthopédie.

Mais je ne pourrais tout à fait terminer sans revenir sur un point, celui concernant l'absolue nécessité d'avoir dans la rééducation par l'équitation un groupe composé de médecin, thérapeute et maître d'équitation, s'aidant et se complétant mutuellement. Sans ce travail en commun, rien de valable, de sérieux et de sûr ne peut être entrepris.

Il y aurait encore mainte problème à discuter. Quel genre de cheval, quand et combien de fois à cheval? Où sont les limites? qui paie ce genre de rééducation? Ce sont des questions auxquelles je ne peux tout ou partiellement vous répondre, car je ne suis moi-même qu'à Katmandou (partiellement dans le vague) et jusqu'à l'Everest il reste encore un bon bout de chemin. Je sais où je veux aller, c'est déjà un grand pas de franchi.

Maivi® - DYN

Reizstrom-Gerät mit Impuls-Intervallen



Electro-
Neural-
Therapie

**Impuls-Dauer + Pausen-Dauer
stufenlos zu regeln**

- **Massagen**
sehr tiefgreifend über Nervenpunkte und Reflexzonen
- **Enervationen punktal gezielt**
mit der Pinzett-Elektrode
- **Elektro-Kinesie**
- **Galvanisation**
mit absolutem Feinstrom

für Praxis,
Hausbesuche
und Sport

MODERN, ELEKTRONISCH — Kein Netzstrom
Accumulator mit vollautomatisch arbeitendem Aufladegerät

Maivi-Dyn hat sich bei grossen Sportveranstaltungen wie den Olympischen Spielen usw. bestens bewährt.

VORFÜHRUNG unserer Geräte an Wochenenden in verschiedenen Städten.

MAIVI-ELECTRONIC D-668 Neukirchen, Brückenstr. 11 Tel. (0049 6821) 23710

Gegen diesen Bon senden wir Ihnen eine Mastiplast 70 Übungsbroschüre

Mastiplast 70
unsere therapeutische
Silikonknetmasse für
die Rückgewinnung der
Beweglichkeit der Hand-
und Fingergelenke.

Fango Co

Fango GmbH
8640 Rapperswil Tel. 055 27 24 57



AZ
8800 THALWIL



Eine neue gastronomische Formel Vegi (hoch 2) nämlich:
VEGITINI im Parterre — ein junger, frischer Wind. Für Leute von heute
VEGITABLE im 1. Stock — gute alte Vegi-Tradition im neuen, schönen Kleid,
mit Zürich's erstem «Indian Tea + Ravaya Corner»
8001 ZÜRICH — Stadtzentrum — Sihlstrasse 28 — zwischen Jelmoli-Parkgarage und
St. Annahof, Telefon (01) 25 79 70 / 71

Medizinische Bädereinrichtungen

Apparatebau
KARL SCHREINER
Freiburg i. Br.
Schreiberstr. 8

Unverbindliche Planung
und Beratung

»KOMBINA 61 H«
Kombinationsanlage

Redaktion: Für den deutschen Teil: Oskar Bosshard, Tödistr. 53, 8800 Thalwil, Tel. 01 / 720 09 18
Administration und Expedition: Schweiz. Physiotherapeuten-Verband, Thalwil
Inseratenteil: Plüss Druck AG, Postfach 1301, 8036 Zürich, Tel. 01 / 23 64 34
Rédaction pour la partie française:
Jean-Luc Rossier, rue du Simplon 35, 1800 Vevey, Tél. 021 / 51 18 33
Expédition pour la Suisse Romande: Société Romande de Physiothérapie
Secrétariat: rue St-Pierre 2, 1003 Lausanne, Tél. 021 / 23 77 15
Erscheint 2monatlich / Parait tous les 2 mois — Druck: Plüss Druck AG, 8004 Zürich