



Notre cerveau possède cinq vies

BIO EXPRESS

1959: naissance à Saint-Maurice (Val-de-Marne).
1978: concours d'entrée à la faculté de médecine d'Angers.
1985: internat des Hôpitaux de Paris.
1995: "visiting professor" à l'université de Miami (États-Unis).
2007: nommé chef de service en neurochirurgie au CHU d'Angers.
2016: première mondiale : patient placé dans la réalité virtuelle pendant une chirurgie cérébrale.
2021: publication de l'ouvrage « Voyage du cerveau gauche au cerveau droit », EDP Sciences Éditions.
1^{er} février 2022: conférence « Comment bien vieillir avec son cerveau », à 18 h 30, théâtre Brassens à Avrillé. Gratuit.

3 QUESTIONS À

Vous êtes à l'origine d'une première mondiale. En 2016, et pour la 1^{re} fois, vous avez opéré un patient éveillé et placé dans un univers virtuel.

Professeur Menei : « Opérer un patient éveillé n'est pas une technique nouvelle. Lorsqu'on opère l'hémisphère gauche, celui de la parole, il est intéressant de pouvoir faire parler le patient. En revanche, il manquait un moyen d'identifier les connexions globales. Par exemple, le langage non verbal, le langage du regard entre deux personnes. Notre originalité, et cette nouveauté en 2016, a été de plonger le patient dans la réalité virtuelle grâce à un écran casque. On le met fictivement assis à la terrasse d'un café et on peut voir comment son cerveau réagit aux interactions avec les clients, le serveur. »

Vous donnerez une conférence le

1^{er} février prochain à Avrillé sur le bien vieillir du cerveau. Au fil de la vie, chacun de nous est nourrisson, adolescent, jeune adulte, senior... Le cerveau suit-il la même évolution ?

« L'objectif de cette conférence est de dire que le vieillissement cérébral n'est pas la fin de quelque chose. On observe cinq vies cérébrales. La première débute avant la naissance. Il y a une prolifération explosive de neurones. La connexion de ces neurones s'effectue durant l'enfance, dans la période des apprentissages. C'est la deuxième vie. Dans le même temps, les neurones ou les connexions en surplus vont être élagués comme les branches mortes d'un arbre. La nature fait son travail dans ce phénomène de production importante. L'adolescence est le troisième stade de construction pour le cerveau. C'est la construction du réseau émotionnel. Ceci explique l'irrationalité de certains ados. À l'âge adulte, on continue à fabriquer des neurones. C'est une



Notre cerveau possède cinq vies

Famille du média : PQR/PQD

(Quotidiens régionaux)

Périodicité : Quotidienne

Audience : 281000

Sujet du média :

Actualités-Infos Générales



Edition : 25 janvier 2022 P.4

Journalistes : Bruno JEOFFROY

Nombre de mots : 627



Le neurochirurgien Philippe Menei.

découverte assez récente. Beaucoup de connexions nouvelles se font encore. C'est là que se forme véritablement notre capital cérébral. La cinquième vie cérébrale correspond au vieillissement. On perd des neurones mais le cerveau garde des capacités à effectuer des connexions. L'âge du début de ce vieillissement ? Il n'y en a pas de précis. On dit généralement la soixantaine, l'âge de la retraite. »

Est-ce qu'apprendre par cœur des poésies ou des tables de multiplication, faire des mots croisés ou jouer à certains jeux entretient la bonne santé de notre cerveau ?

« Faire travailler le cerveau vieillissant pour, justement, éviter son vieillissement, ça ne fonctionne pas si bien que ça. Je m'explique : faire des mots croisés ou des sudokus en se disant que l'on garde son cerveau à l'entraînement, ça ne marche que si l'on se lance dans des niveaux supérieurs à ceux auxquels on se confronte habituellement. Et là, on bloque, on lutte pour trouver les solutions sans y arriver et ça sous-entend des souffrances. Alors, on reste dans une zone de confort qui ne sert pas à grand-chose. La panacée, c'est le plaisir, pas la souffrance. Pour conserver une activité cérébrale, il faut conserver une interaction sociale. Être en société est plus efficace que d'être seul devant un mot fléché. »

Bruno JEOFFROY

