

MILITANTS JUGÉS À LYON

Trois membres du mouvement Extinction Rebellion Lyon seront jugés en mai pour « dégradations volontaires et recel ». Le 10 février, les militants avaient « redécoré » trois agences de la Société générale.

90 %

C'est la proportion de victimes de violences conjugales qui jugent « globalement satisfaisant » l'accueil reçu dans les commissariats, selon un audit du ministère de l'Intérieur.

Société & Solidarités**ATTENTATS**

Stress post-traumatique: comment le cerveau agit... ou pas

Dans le cadre du programme « 13-Novembre », consacré à la mémoire des attentats de 2015, des chercheurs ont étudié les mécanismes de contrôle des souvenirs douloureux. Ils avancent de « nouvelles pistes » thérapeutiques.

Comment le cerveau combat-il les traumatismes nés d'une exposition à des attentats terroristes comme ceux du 13 novembre 2015? Qu'est-ce qui peut expliquer que, sur deux rescapés du Bataclan ayant vécu exactement la même expérience, l'un sera touché par un trouble de stress post-traumatique (TSPT), quand l'autre fera preuve d'une parfaite résilience, poursuivant son existence sans séquelles psychologiques? Réalisée dans le cadre du vaste programme de recherches baptisé « 13-Novembre » sur la mémoire (individuelle et collective) des attentats, une étude, publiée ce vendredi 14 février dans la prestigieuse revue *Science*, amorce un début de réponse. « *La résurgence intempestive des images et pensées intrusives chez les patients atteints de stress post-traumatique, longtemps attribuée à une défaillance de la mémoire, serait également liée à un dysfonctionnement des réseaux cérébraux qui la contrôlent* », résume l'étude. En clair, la capacité à faire taire des souvenirs douloureux ne serait pas également répartie selon les individus. Surtout, ces aptitudes pourraient être renforcées, développées, comme un muscle que l'on ferait travailler, sans centrer ce travail sur l'événement traumatique lui-même.



Suite aux attentats du 13 novembre 2015, 1 000 rescapés vont être suivis pendant douze ans par les chercheurs. Parmi ces survivants, de nombreux ont développé un trouble de stress post-traumatique. Antoine Antoniol/Getty Images/AFP

Une étude pour observer la construction de la mémoire

Pour arriver à une telle conclusion, les chercheurs ont analysé les données compilées grâce à l'étude d'imagerie cérébrale Remember, menée, sous l'égide de l'Inserm, au CHU de Caen. Son objectif: « *Regarder quels sont les réseaux cérébraux à l'œuvre dans le trouble de stress post-traumatique, mieux comprendre cette pathologie et, si possible, mieux aider les victimes* », énumère Francis Eustache, le directeur du laboratoire de neuropsychologie et imagerie de la mémoire humaine, également copilote, avec l'historien Denis Peschanski, du programme 13-Novembre. Dans le cadre de ce dernier, 1 000 personnes, touchées de façon plus ou moins directe par les attentats, vont être suivies pendant douze ans, pour observer la construction de la mémoire de ces événements et son évolution. Sur cette cohorte, 175 ont accepté de passer des tests d'imagerie cérébrale au CHU de

Caen. « *Parmi elles, 102 étaient des survivantes des attaques de Paris, dont la moitié souffrait de TSPT* », détaille la chercheuse Alison Mary, première auteure de l'article dans *Science*.

Des cobayes tous volontaires, bien sûr, et même enthousiastes à l'idée de transformer leur douloureuse expérience personnelle en avancée pour la science. « *Comme survivant, on peut ressentir une forme de culpabilité. J'avais envie d'agir, d'apporter une contribution pour que les choses avancent après ces événements* », explique ainsi Dominique, rescapé de l'attaque sur les terrasses parisiennes. Pas toujours une sinécure quand il s'agit de passer une heure trente enfermé dans un appareil d'IRM,

sorte de gros caisson inconfortable et bruyant. « *C'était un vrai défi*, témoigne Dominique. *Je ne suis pas claustrophobe, mais on est tout de même confiné dans un espace étroit, dans la pénombre, et la machine produit des sons qui peuvent rappeler des coups de feu. Quand vous tentez de lutter contre vos souvenirs intrusifs, c'est très dur.* »

« Nous suggérons une voie qui passe par la stimulation des processus de contrôle du cerveau. »

PIERRE GAGNEPAIN
DIRECTEUR DU PROGRAMME
« 13-NOVEMBRE »

Heureusement, nul besoin pour les scientifiques de soumettre ces volontaires aux images des attentats. « *On leur a fait passer une sorte de test, appelé "think-no think", explique Pierre Gagnepain, le directeur de l'étude. Il leur fallait apprendre à associer des paires, par exemple le mot "table" avec l'image du*

"ballon". Et ensuite, on leur demandait, une fois prononcé le mot table, soit de visualiser l'image associée, soit au contraire de tout faire pour la bloquer. » Un verrouillage de la mémoire particulièrement visible sur les IRM chez les sujets les plus résilients.

Quelles peuvent être les conséquences de cette découverte sur le traitement des victimes de TSPT? « *Aujourd'hui, la plupart des thérapies visent à désapprendre la peur liée au souvenir traumatique. Là, nous suggérons une voie complémentaire, qui passe par la stimulation des processus de contrôle du cerveau* », explique Pierre Gagnepain. Ce que résume avec d'autres mots l'historien Denis Peschanski: « *Le traumatisme, c'est le surgissement du passé dans le présent. Si on arrive par ces mécanismes à remettre l'événement traumatique dans le passé, alors il ne sera plus traumatique.* »

ALEXANDRE FACHE