

LA PROPRIOCEPTION : LE RÔLE CLÉ DANS LA LOCALISATION SPATIALE DES INFORMATIONS SENSORIELLES

D'APRÈS LES TRAVAUX DU Pr JP ROLL

LA PROPRIOCEPTION, NOTRE RÉFÉRENCE INTERNE

La proprioception informe en permanence le cerveau sur la position de notre corps, ses mouvements et les forces exercées dans l'espace.



Muscles



Tendons



Articulations



Peau

Ces informations montent vers le cerveau via les nerfs sensoriels.



Le cerveau intègre ces signaux pour construire une carte interne de notre corps et de sa position dans l'espace.

✓ Cette carte corporelle interne est mise à jour en permanence. Elle sert de référence pour localiser et interpréter toutes les autres informations sensorielles.

LOCALISER POUR DONNER DU SENS

Pour savoir où se trouve un son, un objet ou une douleur, le cerveau doit d'abord savoir où est le corps.



Un son est localisé par rapport à la tête.



Un objet est localisé par rapport à la main et au corps.



Une douleur est localisée par rapport à la partie du corps concernée.

Sans proprioception, pas de localisation fiable, pas de perception consciente cohérente.

COMMENT LA PROPRIOCEPTION LOCALISE LES INFORMATIONS SENSORIELLES

1 Le corps envoie en permanence des signaux proprioceptifs.



2 Le cerveau construit une carte interne de la position du corps dans l'espace.



3 Les informations des 5 sens arrivent au cerveau.



4 Le cerveau utilise la carte proprioceptive comme référence pour situer ces informations.



5 Les perceptions sont alors localisées, intégrées et dotées de sens.



SANS PROPRIOCEPTION FIABLE



- ⊗ Repérage spatial incertain
- ⊗ Perceptions confuses
- ⊗ Mouvements maladroits
- ⊗ Perte de repères corporels
- ⊗ Difficulté à se projeter dans l'action

Troubles observés dans certaines pathologies (ataxies, troubles du spectre autistique, schizophrénie, etc.)

LE RÔLE FONDAMENTAL



LE MOT DU Pr JP ROLL

“ Plus qu'un « sixième sens », la sensibilité proprioceptive pourrait être un sens premier indispensable à l'émergence de la conscience de soi en tant qu'être capable d'action. De sorte que nos actions, connues de nous, seraient à même de donner du sens à nos cinq autres sens, » ”



EN RÉSUMÉ

La proprioception n'est pas seulement un sens parmi d'autres : elle est la condition de possibilité de toutes nos perceptions conscientes.

Elle nous situe, nous oriente et donne du sens à notre expérience du monde.