

Les patientes étaient chacune accompagnées d'un moniteur pour leur première plongée en mer à Sausset-les-Pins. /PHOTO E.S.



Plongée thérapeutique pour les malades du cancer du sein

Le Dr Véronique Vaini Cowen, chirurgien à l'Hôpital Privé de Provence, lance "Les Bulles Roses", un programme offrant une méthode innovante et thérapeutique de relaxation en milieu aquatique pour les personnes atteintes de la maladie.

Un aquarium géant qui soigne. C'est la sensation qu'ont ces malades du cancer du sein. "Quand on est sous l'eau les soucis restent en haut", souffle Antonella Bacchitta, 48 ans. Un cancer du sein a été diagnostiqué à cette mère de famille en août 2024. Opérée en septembre par le Docteur Véronique Vaini Cowen, à l'Hôpital Privé de Provence (HPP), elle a ensuite suivi un protocole de radiothérapie terminé mi-novembre. Elle doit désormais suivre un traitement d'hormonothérapie durant cinq ans. Fin novembre, avec dix autres guerrières qui se battent ou se sont battues contre le cancer, elle a fait sa première plongée thérapeutique en mer. Après avoir été briefées par leur moniteur, et avoir enfilé difficilement combinaisons, palmes et masques, elles se sont jetées dans le grand bain pour un baptême de plongée dans l'anse du petit nid, à Sausset-les-Pins. Accompagnée de sa monitrice Morgane du club de plongée aixois "Aixplo", Sylvie Cusimano a dû s'y reprendre à deux fois pour découvrir les fonds marins saussetois. "J'ai paniqué pour la première descente mais on s'y est repris et j'ai réussi", lance fièrement la quadragénaire, qui se définit comme "pas du tout à l'aise en milieu aquatique". Pourtant, elle a accepté de se lancer pleinement dans ce projet lorsque le Dr Vaini Cowen le lui a proposé. À son initiative, le projet médical "Les bulles roses" vise à aider les patientes atteintes d'un cancer du sein à surmonter leurs difficultés physiques et psychiques grâce à la plongée sous-marine en bouteille. "J'ai eu envie de faire

quelque chose pour les patients car je trouve que la technique, en tant que chirurgien, c'est important, mais je pense que la médecine manque de prise en charge globale", explique le docteur.

La plongée apaise les effets secondaires des traitements

Cette grande dame aux longs cils noirs recourbés a voulu allier ses deux passions : son métier et la plongée sous-marine. "J'avais vu sur moi les bienfaits de la plongée mais je n'en connaissais pas la physiopathologie. Il y a vraiment quelque chose qui se passe au niveau de l'organisme." Le projet s'est inspiré des travaux du Docteur Mathieu Coulangue, chef de service de médecine hyperbare et subaquatique à l'APHM qui étudie depuis 2015 la thématique des bienfaits de la plongée sur la santé psychique.

“ J'avais vu sur moi les bienfaits de la plongée mais je n'en connaissais pas la physiopathologie. Il y a vraiment quelque chose qui se passe au niveau de l'organisme. „

VÉRONIQUE VAINI COWEN, CHIRURGIEN À L'HÔPITAL PRIVÉ DE PROVENCE À L'INITIATIVE DU PROJET "LES BULLES ROSES"

Le projet du Dr Vaini Cowen est en passe d'être intégré dans le programme de recherche du Dr Coulangue. "Pendant un an, les patientes vont plonger régulièrement pour acquérir le niveau 1 de plongée (Ndr, la formation permet de plonger jusqu'à 20 mètres de profondeur). Ensuite, l'objectif est de partir plonger une semaine en octobre 2025 à l'étranger. Des études seront menées sur les patientes à ce moment-là." En attendant les conclusions scientifiques, le ressenti des patientes en dit déjà beaucoup sur les bienfaits de la plongée. "En ce moment je suis en radiothérapie donc j'ai des effets secondaires comme des nausées. Je n'étais pas sereine mais comme je m'étais engagée je suis quand même venue au cours de plongée. Je repars de là en allant beaucoup mieux, plus de nausées ni rien", constate la positive Aurélie Faivre à qui l'on a décelé un cancer du sein en août dernier. "Je l'ai bien vécu d'avoir un cancer, c'est une épreuve qui m'a permis de me secouer." Et l'expérience sous-marine ajoutée à cette épreuve une dimension hors du commun. "Cela fait des années que je n'ai pas senti ce moment-là où j'étais dans ma bulle. J'ai tendance à tout conscientiser et là j'ai totalement déconnecté", s'étonne Sylvie Cusimano. "Ça a duré au moins 10 minutes", renchérit sa monitrice. "Tant que ça ? Je pensais que ça avait duré quelques secondes !" Les corps et les esprits mis à rude épreuve par les traitements lourds peuvent, grâce à la plongée thérapeutique, prendre un moment de repos, en apesanteur.

Les effets thérapeutiques de la plongée sous-marine

Le projet "Les bulles roses" contre le cancer du sein s'est inspiré des travaux du Docteur Mathieu Coulangue, chef de service de médecine hyperbare et subaquatique à l'APHM. Depuis 2015, Mathieu Coulangue étudie la thématique des bienfaits de la plongée sur la santé psychique. Après l'attentat du Bataclan, il lance une étude sur le stress post-traumatique. Rapidement, les résultats sont concluants et ouvrent d'immenses perspectives, notamment pour la prise en charge de professionnels soumis à des stress extrêmes comme les militaires en opérations de guerre ou les sauveteurs intervenant sur les pires accidents ou attentats. "Il a démontré que le fait de respirer avec un détendeur, d'entendre sa respiration lorsqu'on est immergé, cela diminue les fréquences cardiaque et respiratoire", explique le Dr Vaini Cowen de l'Hôpital Privé de Provence. Elle-même a déjà constaté des résultats encourageants sur ses patientes. "Il y en a qui suivent un traitement en radiothérapie ou en hormonothérapie qui leur donnent notamment des douleurs et la plongée diminue ces effets secondaires. Il y a aussi un véritable sentiment d'apaisement, ce n'est pas simplement comme aller se baigner ou se promener, c'est beaucoup plus profond." D'autres études sur les bienfaits de la plongée sous-marine seront menées par le Dr Coulangue sur les patientes du programme "Les Bulles roses".

E.S.

Enora SEGUILLON
esequillon@laprovence.com

Onze femmes malades de l'HPP ont effectué leur première plongée en mer à Sausset-les-Pins. /PHOTO E.S.

