



## Le rêve éclairé par les neurosciences

Au cœur de la *Semaine du cerveau*, une conférence pour lever le voile sur un continent encore mal exploré : celui des rêves. RV le jeudi 17 mars à 19h, salle Pétrarque.

### COMMUNIQUÉ DE PRESSE

MONTPELLIER,  
LE 15 MARS 2016

#### CONTACT PRESSE

Anne Delestre  
04 34 43 31 93  
[anne.delestre@umontpellier.fr](mailto:anne.delestre@umontpellier.fr)  
[www.umontpellier.fr](http://www.umontpellier.fr)

Nous avons deux types de sommeil : le sommeil lent au cours duquel notre organisme récupère et le sommeil paradoxal, un état singulier marqué par la disparition de notre tonus musculaire, des mouvements oculaires rapides, accompagnés d'une intense activité cérébrale ...C'est au cours du sommeil paradoxal que nous rêvons le plus. « *Étudier le rêve, c'est avant tout étudier le sommeil paradoxal* » explique Régis Lopez, doctorant à l'Université de Montpellier et médecin au CHU. « *Un état d'activité cérébrale particulier pendant lequel des connexions cérébrales spécifiques se produisent avec notamment une hyperactivation de l'amygdale. Cette structure cérébrale a un rôle essentiel dans les émotions* ». Mais que se passe-t-il exactement ?

Sur le rêve, tout a été dit, ou presque. Mais bien peu de choses reposent sur de solides bases scientifiques, prévient Régis Lopez. Spécialisé dans le domaine du sommeil, ce psychiatre mène actuellement une thèse sur le somnambulisme. Pour lui, le rêve reste un domaine d'études encore largement méconnu... « *Que sait-on ? Mais aussi, que peut apporter l'étude du rêve à la compréhension de certaines maladies et l'étude du cerveau ? Telles sont les questions que se posent aujourd'hui chercheurs et praticiens* ».

#### « Rêves de neurosciences »

A quel moment du sommeil surviennent les rêves ? Est-il possible de ne pas rêver ? Quelle est la fonction des rêves ? De quoi rêvons-nous ? Quelles sont les maladies liées ou associées aux rêves ? Peut-on contrôler ses rêves ? Grâce à des techniques sophistiquées de neuro-imagerie et d'électrophysiologie, les chercheurs en neurosciences parviennent de mieux en mieux à percer les mystères de cette énigmatique et fascinante activité cérébrale.

**Jeudi 17 mars de 19h à 22h**

**Salle Pétrarque, 2 place Pétrarque, Montpellier**

Intervenants : Régis Lopez, laboratoire de neuropsychiatrie : recherche épidémiologique et clinique (Inserm, Université de Montpellier) et Lucie Barateau, CHU.

