

LE PROGRAMME NEUROACTIVE

Une gymnastique cérébrale créée par un médecin de Québec

«SI VOTRE MÉDECIN VOUS DIT QUE VOTRE TAUX DE CHOLESTÉROL EST ÉLEVÉ ET QUE VOUS DEVRIEZ VOUS METTRE EN FORME, VOUS POUVEZ VOUS DIRIGER VERS DES CENTRES D'ENTRAÎNEMENT PHYSIQUE. MAIS SI JE VOUS DIS QU'À 50 ANS, VOUS DEVRIEZ ENTRAÎNER VOTRE CERVEAU POUR FORTIFIER VOTRE RÉSERVE ET VOS CAPACITÉS COGNITIVES, VOUS N'AUREZ PROBABLEMENT AUCUNE IDÉE DE COMMENT Y PARVENIR ET DE VERS QUOI VOUS TOURNER.»

Un omnipraticien de Québec qui a délaissé la pratique clinique pour le milieu des affaires, le Dr Stéphane Bergeron, a trouvé la solution pour remédier à ce manque de ressources pour exercer et stimuler les fonctions cérébrales.



Le programme NeuroActive a été imaginé par un médecin de Québec, le Dr Stéphane Bergeron, qui a aussi participé à sa conception.

S'inspirant directement des conclusions d'une étude parue en 2006 dans le *Journal of the American*

Medical Association (JAMA), il a mis au point en 15 mois avec l'aide d'un docteur en neuropsychologie, Jean-Phillippe Marquis, un programme d'entraînement pour le cerveau qu'il a commercialisé sous le nom de NeuroActive.

Vendu sous la forme d'un CD qui est offert pour PC et depuis peu pour Mac, le programme comporte une série de 22 exercices visant à stimuler 16 fonctions différentes du cerveau, dont le calcul et plusieurs formes de mémoires. «C'est comme un *work-out* cérébral général pour maintenir l'ensemble du cerveau en forme», résume le Dr Bergeron.

Lancé au Québec en octobre dernier, NeuroActive a été traduit en anglais, et une version espagnole est actuellement en développement. Le Dr Bergeron et son frère Dan, un ophtalmologiste qui possède des parts dans l'entreprise Brain Center International, voient

haut et loin avec leur logiciel vendu au coût de 95 \$.

Utilisation du logiciel

Le programme NeuroActive n'est pas un jeu même si on le pratique sur ordinateur, mais il a été conçu par des spécialistes en technologies de l'information afin de le rendre attrayant et invitant pour ses usagers. Se fondant sur les conclusions de l'étude parue dans le *JAMA*, ses concepteurs recommandent un entraînement de 20 minutes trois fois par semaine. À cette fréquence, les effets se font sentir sur l'individu en quelques semaines et seraient durables pendant des années. Des résultats d'études post-dévoilés par le *JAMA* indiquent que ces effets persisteraient même jusqu'à cinq ans.

Le Dr Bergeron dit en avoir ressenti les répercussions positives sur le plan de «la mémoire sociale» (des noms et des visages). Il affirme que le programme permet d'améliorer les fonctions cognitives de 20 % à 30 % et d'augmenter sa réserve cognitive.

L'utilisateur de NeuroActive a le choix de se diriger vers un entraînement libre de son choix ou programmé. Le programme contient un algorithme sophistiqué qui analyse les réponses et détermine le degré de difficulté de la prochaine question.

NeuroActive s'adresse en particulier aux gens âgés de 50 ans qui craignent la détérioration de leurs capacités cérébrales avec le vieillissement et qui veulent garder leur cerveau en santé, mais tous les groupes de la population y trouvent leur intérêt. ◀

Profession: médecin entrepreneur

Le fondateur de Brain Center International, le Dr Stéphane Bergeron, appartient à une catégorie de médecins assez peu répandue au Québec: les médecins entrepreneurs. Le programme NeuroActive, qu'il a mis sur pied à Québec, n'est ni sa première expérience en affaires ni certainement sa dernière.

Diplômé de l'Université Laval en 1993, cet omnipraticien de 41 ans ne possède aucune formation en gestion ou en finances. Ce qui ne l'empêche pas d'avoir été à la tête de plusieurs sociétés et d'en avoir inscrit trois à la Bourse, un exercice extrêmement complexe. Ses aptitudes pour les affaires, le Dr Bergeron les tient de son père, un *self-made man* qui a réussi dans plusieurs secteurs différents et que son fils considère comme son mentor.

PRÉSIDENT DE BRAIN CENTER INTERNATIONAL, LE DR STÉPHANE BERGERON EST FIER DE PARTIR À LA CONQUÊTE DES MARCHÉS INTERNATIONAUX À PARTIR DE QUÉBEC.

De la médecine aux affaires

Après avoir terminé ses études en médecine familiale, le Dr Stéphane Bergeron a exercé à l'unité de médecine de famille (UMF) du Centre hospitalier de l'Université Laval (CHUL) pendant sept ans, et en 2001, il est devenu directeur de l'urgence du CHUL puis du Centre hospitalier universitaire de Québec (CHUQ) en entier. En même temps qu'il accomplissait ses tâches, il lançait Epiderma, un réseau de cliniques spécialisées dans l'épilation au laser. Créé à Québec, Epiderma s'est étendu à d'autres villes pour comprendre 47 points de service. Comme cette entreprise qui marchait rondement ne lui offrait plus de défis et de plaisir, il a tout vendu pour repartir dans une autre direction.

L'occasion s'est présentée sous la forme de Medical Intelligence Technologies, une entreprise de Québec qui a conçu un bracelet contre l'érrance pour les gens souffrant de la maladie d'Alzheimer. Même s'il n'en était pas le fondateur, le Dr Bergeron en est devenu le président, et c'est lui qui a dirigé l'inscription de l'entreprise en Bourse. Il l'a quittée en 2006 pour changer de secteur tout en restant dans le milieu médical. Il est maintenant président de Capital SEP, une compagnie qu'il a inscrite en Bourse en 2007 et qui est sur le point d'acquérir deux centres d'hébergement et de soins de longue durée d'importance. Il est aussi vice-président aux finances de Capital MEB, une autre compagnie qu'il a aussi inscrite en Bourse et qui a mis au point un visiophone, un casque qui pourrait avoir de multiples applications dans le domaine de la santé.

Un cœur de médecin

Le Dr Bergeron a aujourd'hui abandonné la pratique clinique, mais même s'il s'est converti aux affaires et qu'il n'a plus son stéthoscope à la main, il y a toujours un cœur de médecin qui bat sous sa cravate. Il se tient à l'affût de tout ce qui paraît en médecine. Sa grande force comme entrepreneur, c'est de lancer une application grand public à partir du milieu médical. C'est ce qu'il a fait avec son programme NeuroActive après avoir lu l'étude parue dans le *Journal of the American Medical Association*.

Sa grande fierté, dit-il, c'est que tout ce qu'il entreprend se passe à partir de Québec même s'il vise les marchés internationaux. Les Québécois, dit-il, sont forts sur le plan de l'entrepreneuriat, mais plus faibles sur celui des transferts technologiques vers des applications concrètes. NeuroActive pourrait devenir un bel exemple de réussite d'un médecin entrepreneur.