



La neuroplasticité ou plasticité neuronale est la faculté du cerveau à récupérer et à se restructurer. Cette capacité adaptative permet au cerveau de récupérer après des traumatismes, troubles ou lésions mais aussi de réduire l'impact de maladies neurodégénératives (Alzheimer, dyslexie, TDA, maladie de Parkinson, sclérose en plaques, ...). Au cours des apprentissages et des expériences, c'est la structure même du cerveau qui se modifie, avec la fabrication de nouvelles connexions entre les neurones. On parle de « plasticité cérébrale » pour décrire cette capacité du cerveau à se façonner au gré de l'histoire vécue.