

Fondation de l'Ataxie de Charlevoix-Saguenay

15 août 2013- Le programme de maîtrise en médecine expérimentale de l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) a élaboré une étude novatrice portant sur l'impact d'un programme d'entraînement périodisé sur la condition physique et sur les symptômes de spasticité chez les patients atteints de l'ARSACS. Celle-ci a été supervisée par les professeurs Mario Leone (direction de recherche), Hung-Tien Bui (Codirection de recherche) et l'étudiant à la maîtrise Olivier Audet (étudiant à la maîtrise).

Depuis quelques années, le groupe de chercheurs constate que la pratique de l'activité physique peut avoir un impact positif sur plusieurs pathologies ayant une étiologie neurologique comparable à l'ARSACS. En fait, de récentes études corrélient l'activité physique et l'entraînement avec une amélioration intéressante des symptômes chez les patients atteints de certaines formes de dystrophies, de sclérose en plaques, d'accidents vasculaires cérébraux, etc. Cependant, à leur connaissance, aucune étude ne met en corrélation l'impact d'un programme d'entraînement périodisé et les symptômes de l'ARSACS. C'est ce qui les a amenés à approfondir le sujet. Les objectifs principaux de l'étude étaient d'évaluer l'impact de l'entraînement sur la condition physique des patients et sur le degré de spasticité ainsi que d'améliorer la capacité fonctionnelle, la qualité de vie et l'autonomie des gens atteints de l'ARSACS.

Lors de cette étude, treize sujets, âgés de 17 à 45 ans et étant atteint de l'ARSACS, se sont portés volontaires pour y participer. Ceux-ci devaient suivre un programme d'entraînement périodisé de 8 semaines à raison de 2 séances de 1 h 30 chacune. Celui-ci était constitué d'exercices de musculation, d'entraînements de type aérobie (rameur, bicyclette, course, appareil elliptique, etc.) ainsi que différentes activités physiques et sportives.

Actuellement, les chercheurs en sont à l'analyse préliminaire des résultats. Bien qu'il soit trop tôt pour en tirer des conclusions, ils suggèrent une amélioration notable de la condition physique globale et de la capacité fonctionnelle des participants entre la phase initiale et finale du projet. Au total, 21 évaluations ont été passées par les sujets et les résultats de plusieurs d'entre elles permettent de croire en cette hypothèse favorable. À l'aide de questionnaires, passés au début et à la fin du projet et comprenant, en tout, près de 60 questions, ils ont aussi pu observer une tendance positive de changements sur l'état psychologique, la qualité de vie et l'autonomie de ces gens. En ce qui a trait à la spasticité, des analyses plus avancées seront nécessaires afin de documenter l'évolution de celle-ci.