

## **Evaluation du système Huber dans le contrôle et l'amélioration de l'équilibre chez des sujets âgés**

**SAGGINI R., ACCORSI K., CAIRO M., SABLONE A.**

*Chaire de Médecine Physique et de Rééducation*

*Université G. D'Annunzio - Chieti - Italie*

### **Introduction**

L'équilibre global du corps et de la posture sont totalement dépendant de la colonne vertébrale, de son maintien et de sa robustesse. Le vieillissement est souvent associé à une fragilité, caractérisée par une dégradation progressive des capacités posturales et homéostatiques du sujet et par une diminution de la force et résistance musculaire conduisant à l'apparition d'un déséquilibre corporel et à des altérations de la posture.

### **Matériel et méthodes**

40 sujets (répartis en 2 tranches d'âge : 55-65 et 65-75 ans) ont été randomisés en 2 groupes :

Groupe A : entraînement de 3 mois avec HUBER (3 séances par semaine).

Groupe B : entraînement de 3 mois avec un protocole de rééducation classique (isocinétique).

Les sujets ont été évalués avant entraînement (T0), après 3 mois d'entraînement, 3 séances par semaine (T1), 6 et 12 mois après la fin de l'entraînement (T2 et T3). Les évaluations comprenaient une analyse de la marche (System Dynamic Foot), un test de stabilométrie (plateforme de stabilométrie), une mesure du coût énergétique fourni lors d'une marche de 400m (appareillage K4, Cosmed) et une analyse isocinétique de la flexion-extension du tronc (System Cybex TEF).

### **Résultats :**

Les premiers résultats obtenus avec le Groupe HUBER montrent une amélioration de la marche et de l'équilibre, un renforcement de la musculature du tronc et une gestion plus efficace de la dépense énergétique liée au geste moteur. L'évaluation de l'effet rémanent à 6 et 12 mois (T2 et T3) est en cours.