



Centre
d'Expertise
de la Performance
Gilles Cometti

Instituts
thématiques



Inserm

Institut national
de la santé et de la recherche médicale

Avril 2015 - Communiqué de presse

SPORT ET HANDICAP : Un tout nouveau programme d'entraînement développé en collaboration avec l'Université de Harvard

Les chercheurs du Centre d'Expertise de la Performance (CEP) Gilles Cometti, rattaché à l'UFR STAPS de l'université de Bourgogne, ont développé, en collaboration avec le laboratoire de recherche cardiovasculaire de l'Université de Harvard, une nouvelle méthode de prise en charge de patients paraplégiques grâce à la mise au point d'un rameur adapté.

Si jusqu'à présent, l'essentiel des travaux du CEP était centré sur le sportif valide, les chercheurs ont décidé de s'intéresser aux personnes en situation de handicap.

Aujourd'hui, et après plus de 4 ans de recherche, cette nouvelle méthode est accessible à tous (lésés médullaires, personnes atteintes de sclérose en plaques ou encore de neuropathies périphériques, etc.).

Les travaux, réalisés par Gaëlle DELEY (chercheur au CEP Gilles Cometti et à l'INSERM U 1093) en collaboration avec les chercheurs de Harvard (Dr. Taylor, Cardiovasculaire Research Laboratory), ont permis de mettre au point un programme d'entraînement sur rameur et assisté par stimulation électrique, au cours duquel bras et jambes travaillent de façon coordonnée. Pour être efficaces, ces exercices doivent être réalisés à une intensité difficilement accessible aux personnes en fauteuil roulant qui connaissent, pour la plupart, une immobilisation complète au niveau de leurs membres inférieurs depuis plusieurs années.

L'implication des muscles membres inférieurs dans l'exercice est donc indispensable. Pour cela, des électrodes permettent de contracter automatiquement les muscles quadriceps et ischios à l'aide de courants électriques de faible intensité.

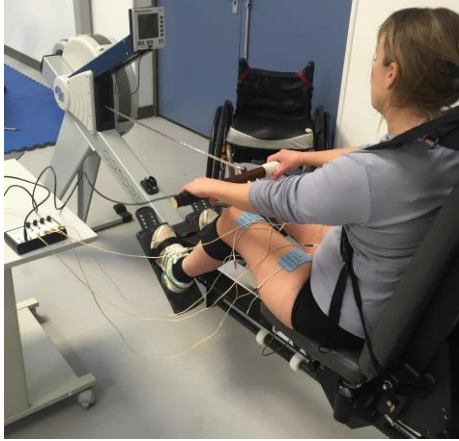
Les premiers résultats sont spectaculaires avec une amélioration atteignant 111% pour les capacités d'endurance, 136% pour la masse musculaire et 151% pour la force après seulement quelques mois d'entraînement.

Ces excellents résultats suggèrent que l'utilisation de cette méthode doit être partagée et donc rendue disponible à toute personne en situation de handicap, désireuse de pratiquer une activité physique régulière, que ce soit dans une perspective de santé, de loisir ou de performance.

Contact presse : audrey.rahali@u-bourgogne.fr. T .03.80.39.37.96/06 77 43 47 24

Les communiqués de presse sont sur <http://bourgogne.fr/-Medias-Journalistes-.html>

Avril 2015 - Communiqué de presse



Pour cela, le Centre d'Expertise de la Performance a décidé de proposer une nouvelle prestation :

« Stimule ton handicap »

Elle consistera en une prise en charge individualisée par des professionnels, avec un renforcement musculaire durant 3 mois puis, un programme adapté.

(La prestation est soumise à une contrepartie financière)

Le Centre d'Expertise de la Performance Gilles Cometti

Le Centre d'Expertise de la Performance Gilles Cometti (CEP) de Dijon, est l'une des plus grosses structures européennes dédiée à la préparation physique. Il a pour mission de préparer des entraînements adaptés et individualisés pour les sportifs de haut-niveau, grâce à une évaluation complète des qualités physiques de l'athlète au moyen d'appareils de mesure de haute technologie.

De nombreuses équipes professionnelles (équipe de France de ski, de rugby...) viennent régulièrement s'entraîner sur les quelques 150 machines de musculation du centre. Ils peuvent aussi se détendre dans un espace entièrement dédié à la récupération (sauna, jacuzzi, bains glacés, massages, etc.).

Depuis peu, le Centre s'est également ouvert au handicap puisqu'il est en charge de la préparation physique et des évaluations de la JDA fauteuil (Dijon Basket) et de pongistes internationaux paralympiques. Le CEP co-organise et/ou accueille également de nombreux événements liés aux handicaps tels que les journées « Stimule ton handicap » ou encore « APArkinson ».

Contact :

Gaëlle DELEY

Centre d'Expertise de la performance (CEP) Gilles Cometti, INSERM U 1093

Université de Bourgogne, UFR STAPS, Campus Montmuzard

BP27877 - 21 078 DIJON

Tél. : 03 80 39 67 43 – Mail : gaille.deley@u-bourgogne.fr

Site : www.cepcometti.com

Contact presse : audrey.rahali@u-bourgogne.fr. T .03.80.39.37.96/06 77 43 47 24

Les communiqués de presse sont sur <http://bourgogne.fr/-Medias-Journalistes-.html>