

Optimisation du suivi des patients après chirurgie bariatrique : le rôle de l'exercice physique démontré

L'équipe du service de Nutrition de l'hôpital la Pitié-Salpêtrière, AP-HP, de l'Inserm et de Sorbonne Université, en collaboration avec les services de chirurgie digestive de l'hôpital Ambroise Paré, et de la Pitié-Salpêtrière, AP-HP, ont réalisé pour la première fois un essai contrôlé randomisé incluant 76 femmes pour tester l'efficacité d'un programme de renforcement musculaire avec un apport supplémentaire en protéines après chirurgie bariatrique. Cette opération est associée à une diminution de la force musculaire des patients. L'étude montre après 6 mois de suivi qu'un programme d'exercice après chirurgie bariatrique a des effets positifs pour le maintien de la force musculaire, fonction physiologique essentielle. Les résultats sont publiés le 25 octobre dans la revue *Obesity*.

L'activité physique a de façon générale un rôle important dans la prise en charge des patients obèses, en améliorant la capacité physique, les comorbidités (comme le diabète) et en facilitant le maintien du poids. En revanche, le rôle de l'activité physique après chirurgie bariatrique est encore mal connu.

La chirurgie bariatrique est de plus en plus pratiquée pour le traitement des patients souffrant d'obésité sévère. D'après les données de l'Assurance Maladie, près de 60 000 interventions bariatriques ont été réalisées en France en 2017, soit à un quadruplement du nombre d'interventions pratiquées sur les 12 dernières années. Les effets favorables de la chirurgie bariatrique sont connus : perte de poids conséquente et maintenue sur le long terme, amélioration significative des complications associées à l'obésité, comme le diabète de type 2, réduction de la mortalité et amélioration nette de la qualité de vie. Le suivi est un enjeu crucial pour ces patients de plus en plus nombreux. Si sa fréquence est bien codifiée (en nombre de visites après l'opération par exemple), les modalités de ce suivi restent à mieux préciser.

Dans cette étude, 76 femmes présentant une obésité ont été réparties en 3 groupes au moment de leur intervention par bypass gastrique en Y et suivi pendant 6 mois : 1) suivi habituel, 2) suivi habituel et apport supplémentaire en protéines, 3) suivi habituel, apport supplémentaire en protéines et programme de renforcement musculaire.

L'apport supplémentaire en protéines correspondait à une prise deux fois par jour de protéines de haute valeur biologique (protéines de petit lait) en poudre.

Le programme d'entraînement était supervisé par des éducateurs sportifs et correspondait à 2 à 3 séances par semaine d'une heure portant principalement sur le renforcement des grands groupes musculaires (entraînement en résistance).

Des mesures précises de la composition corporelle (masse grasse, masse maigre), de la force musculaire (membres supérieurs et inférieurs), de la capacité physique d'endurance (VO₂max) et de l'activité physique habituelle quotidienne (par compteur de mouvement) ont été effectuées avant et 6 mois après le bypass.

Les résultats principaux de cette étude d'intervention révèlent à l'issue des 6 mois de suivi une augmentation de la force musculaire après le programme dans le groupe entraînement et apport supplémentaire en protéines par rapport aux deux autres groupes.

La perte de poids et de masse grasse, l'amélioration de la capacité physique d'endurance (VO₂max) et de l'activité physique habituelle étaient significatives après l'opération mais n'étaient pas différentes entre groupes.

En conclusion, l'étude démontre qu'un programme d'exercice après chirurgie bariatrique a des effets positifs pour le maintien de la fonction physiologique essentielle qu'est la force musculaire. Ces données participent à l'optimisation du suivi des patients après chirurgie de l'obésité, en indiquant des éléments du mode de vie essentiels à cibler.

L'étude a été financée par le PHRC et a bénéficié du soutien de l'unité de recherche clinique (URC) de l'hôpital la Pitié-Salpêtrière, AP-HP.

Référence:

Resistance Training and Protein Supplementation Increase Strength After Bariatric Surgery: a Randomized Controlled Trial.

Oppert JM, Bellicha A, Roda C, Bouillot JL, Torcivia A, Clement K, Poitou C, Ciangura C.

Obesity 2018, 25 octobre - 3 am US ET

DOI: 10.1002/oby.22317

À propos de l'AP-HP : L'AP-HP est un centre hospitalier universitaire, acteur majeur de la recherche clinique en France et en Europe mondialement reconnu. Ses 39 hôpitaux accueillent chaque année 10 millions de personnes malades : en consultation, en urgence, lors d'hospitalisations programmées ou en hospitalisation

à domicile. Elle assure un service public de santé pour tous, 24h/24, et c'est pour elle à la fois un devoir et une fierté. L'AP-HP est le premier employeur d'Île-de-France : 95 000 personnes – médecins, chercheurs, paramédicaux, personnels administratifs et ouvriers – y travaillent. <http://www.aphp.fr>

À propos de Sorbonne Université :

Née le 1er janvier 2018 de la fusion des universités Pierre et Marie Curie (UPMC) et Paris-Sorbonne, Sorbonne Université est une université pluridisciplinaire, de recherche intensive avec trois facultés : Lettres, Médecine et Sciences & ingénierie. Ancrée au cœur de Paris, présente en région et de rang mondial, elle est pleinement engagée pour la réussite de ses étudiants.

Contact presse :

Service de presse de l'AP-HP : Juliette Hardy & Marine Leroy - 01 40 27 37 22 - service.presse@aphp.fr

