

# Réadaptation à l'effort des obèses : apport du renforcement musculaire isocinétique

S. Zahi; L. Mahir; N. KYAL; F. Lmidmani; A. El fatimi

Service de médecine physique et réadaptation fonctionnelle  
CHU Ibn Rochd Casablanca, Maroc.

## Objectif :

Apprécier l'apport du renforcement musculaire isocinétique chez l'obèse adulte.

Méthodes.– Étude prospective de 40 patients obèses : un groupe (G1) ayant bénéficié d'un réentraînement sur tapis roulant et des exercices de renforcement musculaire isocinétique du rachis et des genoux et un groupe (G2) ayant bénéficié d'un réentraînement sur tapis roulant.

## Résultats :

Après le protocole de réentraînement, on a noté une amélioration des paramètres anthropométriques (le poids, l'indice de masse corporelle [IMC], la masse grasse [MG] et la masse maigre [MM]) ainsi que les paramètres cardiovasculaires (fréquence cardiaque au repos et à l'effort, tension artérielle systolique et diastolique au repos et à l'effort, charge de travail maximale et équivalent métabolique).



Cette amélioration était significativement plus importante dans le G1 que dans le G2. On a noté aussi une amélioration des paramètres de la force musculaire isocinétique dans les deux groupes à savoir le pic de couple des fléchisseurs et des extenseurs du rachis et des deux genoux. Celle-ci était plus significative dans le G1.

## Conclusion :

Notre étude a confirmé l'effet bénéfique de l'association du renforcement isocinétique au travail aérobie sur tapis roulant chez les obèses.