



# Activité physique chez les hémodialysés chroniques.

R.Sbai , M.Benkirane ,S.Masrour, M.Chettati, W. Fadili, I. Laouad

Service de néphrologie, CHU Mohammed VI de Marrakech, Marrakech, Maroc

## INTRODUCTION

L'activité physique est un élément important dans la qualité de vie chez toute personne. Elle prend un intérêt de plus chez les patients en insuffisance rénale terminale sous hémodialyse d'où la nécessité du maintien ou de la reprise d'une activité physique sur leur état de santé. L'objectif de notre étude est d'analyser le niveau d'activité physique chez nos patients hémodialysés chroniques et d'identifier les facteurs liés à une baisse de leur activité.

## PATIENTS ET METHODES

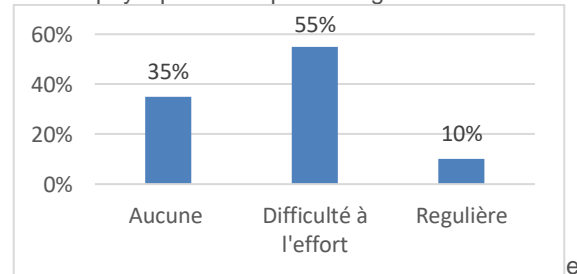
Il s'agit d'une étude descriptive transversale incluant 40 patients adultes hémodialysés chroniques, cette étude a été réalisée au centre public d'hémodialyse du chu de Marrakech. Nous avons évalué l'activité physique de nos patients à l'aide du Questionnaire de Baecke qui se base sur trois indices représentatifs : l'indice d'activité de travail, l'indice d'activité sportive et l'indice d'activité de loisir qu'on a adapté à notre contexte culturel marocain.

## RESULTATS

Quarante hémodialysés chroniques ont été inclus dans l'étude, 23 (57,5 %) femmes et 17 (42,5%) hommes.

Leur âge moyen était de 49,30±14,42 ans avec des extrêmes de 18 et 79 ans et une ancienneté moyenne en hémodialyse de 10,25±7,54 ans. L'HTA était associé chez 32,5% de nos patients, le diabète chez 15%, les maladies cardiovasculaires chez 20 % des patients et l'anémie dans 70% des cas.

Sur l'ensemble de nos patients HDC, 35% des patients déclarent n'avoir aucune activité physique ; Il s'agit essentiellement des patients assistés dans leurs activités quotidiennes par une tierce personne. 55% des cas rapportent des difficultés à effectuer des efforts physiques importants. Seul 10% des patients déclarent avoir une activité physique et/ou sportive régulière.



**Figure 1 : Activité physique de nos patients hémodialysés chroniques**

Paramètres	Activité réduite (55%)	Activité régulière (10%)
Age avancé (%)	30%	5%
Niveau d'instruction bas	60%	20%
Comorbidités cardio-vasculaires (%)	50%	10%
Anémie (%)	70%	25%
Diabète	30%	15%
Nombre de séance par semaine	70%	20%

**Figure 2 : Comparaison des facteurs de risque influençant l'activité physique**

La recherche des facteurs de risques d'une activité réduite a été réalisée par une étude univariée, qui a objectivé une association statistiquement significative

entre la diminution de l'activité physique et l'âge avancé, le niveau d'instruction bas, le diabète, les maladies cardio vasculaires, l'existence d'une anémie et le nombre de séances augmenté par semaine. Par contre aucune corrélation significative n'a été trouvée entre le sexe, l'HTA, l'ancienneté en hémodialyse et la diminution de l'activité physique.

## DISCUSSION

Le nombre des patients traités par HDC ne cesse de s'accroître et de vieillir, surtout avec l'amélioration des techniques d'HD et la meilleure accessibilité au traitement. Elle permet de prolonger la survie au prix de limitations fonctionnelles et d'un handicap assez importants, liés à l'insuffisance rénale, aux séances d'hémodialyse, aux comorbidités associées et à l'atteinte de l'appareil locomoteur. [1]

La diminution ou l'absence d'activité physique peut avoir des conséquences graves : une étude réalisée chez des patients hémodialysés, a montré que ceux qui étaient sédentaires avaient un risque de décès à un an, 62% plus élevé que ceux qui étaient plus actifs. [2]

## CONCLUSION

L'activité physique est un élément très important dans la prise en charge hémodialysés chroniques. Elle est souvent diminuée chez cette population à cause de différents facteurs, La prescription d'un programme adapté et personnalisé améliorerait le pronostic lié aux comorbidités et à la qualité de vie de nos patients.

## BIBLIOGRAPHIE

1. Byrne C, Vernon P, Cohen JJ, et al. Effect of age and diagnosis on survival of older patients beginning chronic dialysis. *JAMA*. 1994;271(1):34-6.
2. O'Hare AM, Tawney K, Bacchetti P, Johansen KL. Decreased survival among sedentary patients undergoing dialysis: Results from the dialysis morbidity and mortality study. *Am J Kidney Dis*. 2003 Feb;41(2):447-54.