

## Prévention du déclin fonctionnel précoce post-COVID



Pr Gaëtan GAVAZZI (Grenoble)  
Pr Yves ROLLAND (Toulouse)  
Modérateurs : Pr Gaëtan GAVAZZI (Grenoble), Pr Yves ROLLAND (Toulouse)



Les **infections à SARS-CoV2** revêtent des caractéristiques différentes en fonction des individus, des variants et du statut vaccinal. Mais toutes ont pour conséquences, à des degrés divers, des mesures de distanciation physique, une diminution des interactions sociales voire une quarantaine en chambre ! Cette **sédentarité extrême** peut conduire à une sarcopénie rapide, elle-même à risque de vieillissement accéléré.

L'étude COVID-OLD a permis de montrer l'importance de ce **déclin fonctionnel à court et moyen terme** chez les individus de plus de 70 ans infectés par le SARS-CoV2. Les facteurs associés identifiés étaient la perte d'indépendance fonctionnelle sur les ADL entre 15 jours avant l'hospitalisation et l'entrée dans le service et la survenue d'une confusion au cours de l'hospitalisation.

Afin de diminuer ce déclin fonctionnel, des expérimentations sont en cours pour promouvoir la mobilité du patient dans les unités. Le **programme MATCH** (*Maintenance of Autonomy Through exercise Care during Hospitalization*), créé à l'université de Montréal, permet de **personnaliser l'activité physique** selon les capacités mesurées à l'entrée (nombre de levers de chaise en 30 secondes, test d'équilibre pieds joints et en semi-tandem, vitesse de marche sur 4 mètres). Le programme comprenant des exercices de renforcement musculaire et de la marche est expliqué et remis au patient qui doit le réaliser de manière **autonome tous les jours**. L'étude pilote montre une faisabilité intéressante avec une adhésion à plus de 50% et une satisfaction importante des patients. L'étude multicentrique est en cours d'analyse et les résultats seront connus cet été.



Les **mesures de prévention de la dépendance iatrogène** (cf. fiche Prévention de la dépendance iatrogène) **doivent s'appliquer aussi pour les patients atteints de COVID**.

Dès le diagnostic d'infection à SARS-CoV2, les facteurs de risque de déclin fonctionnel et de confusion doivent être recherchés et prévenus. **L'auto-exercice physique adapté** doit être prescrit pour tous les patients et il faut insister pour proposer de la réhabilitation précoce et à moyen terme.

**Le programme MATCH, personnalisé selon les capacités fonctionnelles initiales, est bien accepté par les patients et mérite d'être appliqué.**

