

**COMMUNIQUÉ  
DE PRESSE**

Genève, le 12.04.2018

**LES HUG CHERCHENT DES SENIORS POUR  
UNE ÉTUDE SUR LES BIENFAITS DE LA  
RYTHMIQUE JAQUES-DALCROZE CONTRE LA  
PERTE MUSCULAIRE**

**Les chercheurs du service des maladies osseuses des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) font appel aux personnes de + de 65 ans intéressées à participer à une étude en lien avec la « sarcopénie ». Cette perte musculaire survenant avec l'avancée en âge augmente le risque d'incapacités physiques, de chutes et d'entrée dans la dépendance. Le but de cette étude est d'évaluer l'effet d'un programme de 12 mois de rythmique Jaques-Dalcroze sur les performances physiques et mentales et le risque de chute chez environ 200 seniors issus de la région genevoise.**

**Critères de participation**

Les chercheurs genevois, sous la direction du Dr Andrea Trombetti, médecin adjoint agrégé au service des maladies osseuses, recherchent près de 200 personnes de 65 ans et plus et ressentant quelques difficultés pour monter les escaliers ou se lever d'une chaise ou porter leurs courses. La sarcopénie peut également se révéler par une propension aux chutes. La participation à l'étude implique de prendre éventuellement part à un programme régulier de rythmique Jaques-Dalcroze ou de faire l'objet d'un suivi. Des tests simples évaluant les performances physiques et mentales seront menés. La participation est gratuite, libre et volontaire. Le protocole de l'étude a été accepté par la commission d'éthique. L'équipe en charge du recrutement est disponible pour toute demande ou inscription au +41 22 305 63 28 (répondeur) ou par e-mail à melany.hars@hcuge.ch.

**Vieillir et garder la forme**

Après une étude publiée par les HUG en 2011 et démontrant qu'une activité régulière de rythmique Jaques-Dalcroze réduisait les chutes de moitié chez les seniors, les HUG lancent cette fois-ci, SARCAR. Cette nouvelle étude est soutenue par le Fonds National Suisse de la recherche scientifique (FNS) et réalisée en collaboration avec l'Institut Jaques-Dalcroze. Elle vise à prouver l'efficacité du programme de rythmique chez les personnes de plus de 65 ans présentant une sarcopénie et d'explorer les spécificités de ses effets bénéfiques



Hôpitaux  
Universitaires  
Genève

Rue Gabrielle-Perret-Gentil 4  
CH – 1211 Genève 14

selon des références différentes : l'état musculaire, les performances physiques et cognitives, la qualité de vie ainsi que le risque de chutes de la personne.

**Pour de plus amples informations**  
HUG, Service de presse et relations publiques  
+41 22 372 60 06