

L'impact du port de souliers de dorsiflexion Springboost sur la fonction du plancher pelvien et les symptômes d'incontinence urinaire; un projet pilote

Contexte : Il est établi qu'une femme sur deux, après 65 ans, souffrira d'incontinence urinaire (IU), affectant souvent sa qualité de vie. Une compagnie Suisse, SpringBoost, a développé un prototype de souliers visant à augmenter la force des membres inférieurs et ainsi à améliorer la posture et l'alignement du corps. Les souliers, grâce à une semelle plus épaisse à l'avant pied, amènent les chevilles en légère dorsiflexion, ce qui a un effet sur la position du bassin et possiblement sur l'action EMG du plancher pelvien (PP) et sur l'IU.

Objectif : Déterminer si l'angle de dorsiflexion à la cheville 1) influence l'activité des muscles du PP au repos et à l'effort, et 2) diminue l'IU chez des femmes âgées souffrant d'incontinence urinaire d'effort (IUE) ou mixte à prédominance d'effort après trois mois.

Méthodologie : L'étude vise le recrutement de 20 femmes de 65 et plus souffrant d'IUE ou mixte à prédominance d'effort. L'activité électrique des muscles du PP des femmes est évaluée par sonde électromyographique (EMG); l'activité moyenne au repos et l'activité maximale lors d'une contraction des muscles est mesurée en position neutre et à différents angles de dorsiflexion et de flexion plantaire. Pour la deuxième phase du projet, les sujets suivent un protocole précis de port des souliers pour 12 semaines et l'impact du port des souliers sur l'incontinence est mesuré.

Résultats : Seulement 2 femmes ont été recrutées, suite à des difficultés de recrutement. L'évaluation initiale ne supporte pas que l'angle à la cheville et le port des souliers SpringBoost ont un effet immédiat sur l'activité EMG des muscles du PP au repos et à la contraction maximale.

Recommandations : Le recrutement de sujets pour l'étude se poursuivra dans les prochains mois ; nos évaluations pilotes ont permis de tester et d'améliorer le protocole.