

---

**Place de la masso-kinésithérapie dans la prise en charge de la sarcopénie chez la personne âgée.  
Points de vue de masseurs-kinésithérapeutes spécialisés.**

**Introduction :** La sarcopénie est une maladie du système musculaire, reconnue seulement en 2016 à la CIM-10. Il s'agit d'une pathologie altérant la qualité musculaire et par conséquent la fonction. Elle touche 7,1 % des plus de 65 ans. Elle entraîne une augmentation du risque de chute et une diminution de l'autonomie. La prise en charge kinésithérapique ne semble pas être systématique, pourtant les études démontrent que l'exercice physique est le moyen de traitement principal pour lutter contre cette pathologie. Nous pouvons alors nous demander quelle est la place de la masso-kinésithérapie dans la prise en charge de la sarcopénie chez la personne âgée ?

**Matériel et méthode :** Nous avons choisi une méthode qualitative par entretiens semi-directifs. L'objectif était d'interroger des masseurs-kinésithérapeutes (MK) libéraux et salariés travaillant ou ayant travaillé dans le domaine de la gériatrie. Nous avons cherché à recueillir leurs expériences et leurs opinions sur la place du MK dans la prévention de la sarcopénie, la prise en charge de cette maladie ainsi que sur l'aspect relationnel de cette prise en charge.

**Résultats :** Nous avons interrogé sept MK via un guide d'entretien. L'activité physique fait partie des éléments principaux de la prise en charge préventive chez la personne âgée. Parmi ces activités physiques, le renforcement musculaire est la stratégie de prise en charge la plus utilisée par les MK interrogés. Nous remarquons aussi que les MK accordent une place importante à la relation soignant-soigné. L'adaptabilité et le dynamisme sont indispensables pour une prise en charge efficace.

**Discussion et conclusion :** Le terme de sarcopénie est globalement connu des MK mais les éléments qui composent cette maladie sont encore insuffisamment maîtrisés. Cela est dû au faible nombre de prises en charge de la part des MK. Des protocoles de renforcement musculaire existent mais ne sont pas toujours réalisables sur le terrain. L'augmentation de la prévention primaire permettrait de réduire l'incidence de la sarcopénie, ceci doit passer par une sensibilisation accrue autour de cette pathologie.

**Mots clés :** entretiens semi-directifs ; kinésithérapie ; personne âgée ; renforcement musculaire ; sarcopénie

---

**Physical therapy role in the care of sarcopenia in the elderly.  
Point of view from specialized physiotherapists.**

**Introduction:** Sarcopenia is a muscular system disease, recognized only in 2016 at ICD-10. It is a pathology that alters muscle quality and consequently function. It affects 7.1% of people over 65. It leads to an increased risk of falling and a decrease in autonomy. Physiotherapy care does not seem to be systematic, while studies show that physical exercise is the main way of treatment to fight against this pathology. We can then ask ourselves what physical therapy role in the care of sarcopenia in the elderly ?

**Material and method:** We chose a qualitative method using semi-structured interviews. The objective was to interview physiotherapists working or having worked in the field of geriatrics. We sought to collect their experiences and opinions on the role of the physiotherapist in the sarcopenia prevention, the care of this disease as well as on the relational aspect of this care.

**Results:** We interviewed seven physiotherapists using an interview guide. Physical activity is one of the main elements of preventive care in the elderly. Among these physical activities, muscular strengthening is the care strategy most used by the interviewed physiotherapists. We also note that the physiotherapists grant great importance on the caregiver-patient relationship. Adaptability and dynamism are essential for effective care.

**Discussion and conclusion:** The term sarcopenia is generally known by physiotherapists but the elements that make up this disease are still insufficiently understood. This is due to the low number of treatments provided by physiotherapists. Muscle strengthening protocols exist but are not always feasible in the field. The increase of primary prevention would allow to reduce the incidence of sarcopenia, this must be done by an increased awareness of this pathology.

**Key words:** semi-structured interviews ; physiotherapy ; elderly person ; muscle strengthening ; sarcopenia