

**Les types d'exercices à privilégier dans la sclérose latérale amyotrophique. Une revue systématique de la littérature.**

**Introduction :** La Sclérose latérale amyotrophique (SLA) est une pathologie irréversible caractérisée par une dégénérescence des motoneurones. À terme elle conduit au décès des personnes atteintes, dont l'espérance de vie varie entre 3 et 5 ans. De nombreuses études ont été réalisées dernièrement, afin d'évaluer l'impact d'exercices actifs réalisés par des patients atteints de SLA sur la progression de leur pathologie. Cette revue a cherché à identifier le type d'exercices à privilégier dans son traitement afin de ralentir la progression des conséquences de la pathologie.

**Matériel et méthode :** Les bases de données PubMed, PEDro et Science Direct ont été employées afin de rechercher les essais cliniques randomisés et non randomisés datant de 2012 à 2022 portant sur l'évaluation d'exercices, avec intégration de l'échelle ALSFRS-R dans leurs critères d'évaluation.

**Résultats :** Sur un total de 615 résultats, douze études ont été retenues, neuf essais contrôlés randomisés, un essai contrôlé non randomisé et deux séries de cas sans groupe de comparaison. Cinq études ont mis en évidence une différence significative dans les scores ALSFRS-R entre les groupes comparés et en faveur du protocole d'exercice étudié.

**Discussion :** Suite à la comparaison des résultats, les études tendent à montrer que les types d'exercices à privilégier dans la SLA semblent être ceux associant un travail en endurance et contre résistance.

**Mots clés :** Exercices d'endurance, exercices physiques, kinésithérapie, renforcement musculaire, SLA

---

**Types of exercise to prioritise in amyotrophic lateral sclerosis. A systematic review.**

**Introduction :** Amyotrophic lateral sclerosis (ALS) is an irreversible disease characterised by motor neuron degeneration. Ultimately, it leads to the death of those affected, whose life expectancy varies between 3 and 5 years. Several studies have recently been conducted to assess the impact of active exercise in ALS patients on the progression of their disease. This review sought to identify the type of exercise to be favoured in the treatment of ALS in order to slow down the progression of the consequences of the disease.

**Materials and methods :** PubMed, PEDro and Science Direct databases were used to search for randomised and non-randomised clinical trials from 2012 to 2022 evaluating exercise with the ALSFRS-R as an assessment tool.

**Results :** From a total of 615 results, twelve studies were included, nine randomised controlled trials, one non-randomised controlled trial and two case series without a comparison group. Five studies found a significant difference in ALSFRS-R scores between the comparison groups and in favour of the exercise protocol studied.

**Discussion :** Based on the comparison of results, the studies tend to show that the types of exercise to be prioritized in ALS are those combining endurance and resistance.

**Key words :** Aerobic exercise, physical exercise, physiotherapy, strength training, ALS