



Première au Québec La réadaptation pulmonaire par le chant

Sherbrooke, le 1er novembre 2018 – Le Centre de recherche sur le vieillissement (CdRV) accueille dans ses murs une réadaptation en santé pulmonaire non conventionnelle : le chant choral! Chanter représenterait une forme très intéressante de réadaptation et pourrait soutenir le traitement médical des participants. En plus d’offrir une prise en charge démedicalisée de la maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), le chant pourrait être un atout pour améliorer la capacité fonctionnelle et la fonction pulmonaire, tout en exerçant les facultés cognitives et améliorant la qualité de vie des personnes atteintes.

Chanter à mon rythme!

Participer à la chorale pour les personnes atteintes de MPOC, c’est apprendre des techniques pour mieux gérer la maladie, faire des exercices de souffle, d’assouplissement, de posture, c’est aussi chanter, rire et se divertir!

« C’est interpréter des pièces qu’on aime pour le plaisir! Pas besoin de formation musicale, pas besoin d’expérience en chant. Chanter, c’est bon pour tous! Même les proches et les accompagnateurs étaient bienvenus dans la chorale » souligne Louise Drouin, formée en chant classique et en direction chorale, maintenant étudiante au doctorat en gérontologie.

Chanter, c’est bon pour la santé!

Le chant choral améliorerait le contrôle respiratoire et la posture permettant aux participants de ressentir moins d’essoufflement à l’effort. La respiration diaphragmatique et les longues expirations permettent une meilleure maîtrise de son souffle. L’apprentissage de techniques respiratoires par le chant aiderait les participants dans leur quotidien tout en leur permettant de réaliser une activité de groupe, d’éprouver du plaisir à chanter et à partager leurs conseils en se soutenant face à leur maladie.

La réadaptation pulmonaire par l’entremise d’exercices physiques n’est pas toujours accessible rapidement pour les gens atteints de MPOC et ses effets ne semblent pas perdurer très longtemps. Avec le chant, il semblerait que les effets à long terme soient prometteurs dans le maintien de plusieurs aspects, tel que la participation sociale.



Centre de recherche
sur le vieillissement

Ce projet de recherche a été mis en place pour des personnes de la région sherbrookoise, de 50 ans et plus, qui sont atteintes de MPOC à raison de 2 séances de 2 heures par semaine pendant 12 semaines. Cette approche innovante bénéficie d'une subvention du Réseau provincial de recherche en adaptation-réadaptation (REPAR), des fonds de recherche de la professeure-chercheuse Marquis et de la Fondation Vitae.

L'étude implique plusieurs partenaires de recherche :

- **Louise Drouin** à la direction musicale et étudiante au doctorat en gérontologie de l'Université de Sherbrooke (UdeS)
- **Dr Pierre Larivée**, pneumologue, à la direction médicale. Le Dr Larivée est également professeur-chercheur à la Faculté de médecine et des sciences de la santé (FMSS) de l'UdeS et au Centre de recherche du CHUS
- **Nicole Marquis**, professeure-chercheuse à la FMSS de l'UdeS, programme de physiothérapie de l'école de réadaptation
- **Véronique Provencher**, professeure-chercheuse à la FMSS de l'UdeS, programme de physiothérapie de l'école de réadaptation, et au CdRV
- **Lise Gagnon**, professeure-chercheuse à la Faculté des lettres et des sciences humaines de l'UdeS et au CdRV

Cette étude pilote pourrait permettre de lancer une recherche auprès d'un grand nombre de participants. Si les résultats sont probants, nous pourrions assister au développement de chorales thérapeutiques MPOC à travers le Québec, à l'exemple de la Grande-Bretagne, qui en compte maintenant des dizaines. Nos mentors Stephen Clift et Ian Morrison du Centre de recherche Sidney de Haan, au sud de l'Angleterre, auraient largement contribué à la naissance de ce réseau.

Pour information et entrevue :

Nathalie Poirier, M.Env.

Conseillère en communication, CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Téléphone : 819 346-1110, poste 12871

Cellulaire : 819 574-7286

nathalie.poirier.ciussse-chus@sss.gouv.qc.ca

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

