

## **Contre les impacts musculaires de la dystrophie myotonique de type 1 chez des femmes par un programme d'entraînement en force de 12 semaines : de la cellule à la fonction.**

Des études ont déjà démontré les effets bénéfiques de l'entraînement en force dans des groupes mixtes ou d'hommes atteints de dystrophie myotonique de type 1 (aussi nommée DM1), mais qu'en est-il spécifiquement chez les femmes? C'est la question à laquelle ce projet de recherche pourra répondre. Il faut savoir que la DM1 est une maladie génétique dégénérative qui s'attaque à plusieurs systèmes du corps humain, mais affecte particulièrement les muscles. Les personnes atteintes de DM1 perdent graduellement leur force musculaire avec l'évolution de la maladie. Des preuves émergentes montrent que la DM1 affecte les hommes et les femmes de façon différente. En comprenant mieux ces différences, de nouvelles approches thérapeutiques plus personnalisées et efficaces pourront être développées. Une des approches thérapeutiques pour combattre la faiblesse musculaire est l'entraînement en force. L'entraînement est sécuritaire et peut même entraîner plusieurs effets bénéfiques chez les personnes avec la DM1. Une des études réalisées par notre groupe de recherche chez des hommes atteints de DM1 a montré une augmentation de la force musculaire qui persiste même plusieurs mois après l'arrêt de l'entraînement. Malheureusement, aucune étude sur l'entraînement et la DM1 n'a évalué les femmes de façon spécifique. Pour ce projet, 20 femmes atteintes de DM1 seront donc évaluées avant, pendant et après le même programme d'entraînement en force qui a été fait dans notre projet précédent avec les hommes. Ces résultats permettront de comprendre comment les femmes atteintes de DM1 répondent à l'entraînement et même de comparer cette réponse à celle des hommes.