

Direction de la communication et du marketing  
Service de communication externe

**Communiqué de presse**

**Journée mondiale de l'ostéoporose :  
les HUG informent à Planète Charmilles**

*Genève, le 18 octobre 2012 – A l'occasion de la Journée mondiale de l'ostéoporose qui aura lieu le samedi 20 octobre 2012, les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) proposent un programme grand public visant à faire mieux connaître une maladie qui représente une véritable « épidémie silencieuse ». Toutes les trois secondes dans le monde, une personne est victime d'une fracture due à l'ostéoporose. Fortement impliqué dans la lutte contre ce problème de santé aux conséquences souvent invalidantes, le service des maladies osseuses des HUG, en collaboration avec l'IOF (International Osteoporosis Foundation) et Osteoswiss, donne rendez-vous ce samedi à Planète Charmilles, pour y expérimenter notamment un ostéoparcours très instructif.*

Depuis le début de la semaine déjà, le programme d'information bat son plein aux HUG. Sur la rotonde, devant le bâtiment principal Cluse-Roseraie, l'exposition SNAP permet de faire connaissance, par le biais de photographies, avec six patients touchés par la maladie et de prendre conscience de l'impact de l'ostéoporose dans leur vie quotidienne.

**Un ostéoparcours simulant les handicaps au quotidien**

L'événement –phare de la semaine se déroule samedi de 11h à 16h au centre commercial de Planète Charmilles. Dans le cadre d'une manifestation grand public, c'est d'une autre façon, plus expérientielle, que les HUG inviteront les visiteurs à se mettre dans la peau d'une personne invalidée par la maladie. Pour la première fois, l'ostéoparcours est présenté hors du cadre hospitalier. Au moyen de divers équipements, cette infrastructure limite les mouvements, entrave les déplacements, simulant ainsi ce que vit dans les plus simples activités quotidiennes une personne fragilisée et handicapée. Fracture de la hanche ou du fémur, arthrite de l'épaule : la préparation d'une tasse de thé tout comme la traversée d'une rue peut alors se muer en pénible marathon.

**Evaluer son risque personnel et prévenir la maladie**

D'autres ateliers interactifs contribueront à faire mieux connaître la maladie et ses causes. Ainsi, un questionnaire tenant compte des antécédents personnels et familiaux, mais encore de l'hygiène de vie, permettra de déterminer le risque de fracture à dix ans. Un stand consacré à l'alimentation mettra l'accent sur l'importance d'une nutrition équilibrée pour la bonne santé de ses os.

L'ostéomobile des HUG sera sur place pour une présentation d'un examen de densitométrie osseuse, ceci dans le but d'inciter toute personne à risque, à partir de la

mi-cinquantaine, à se rendre aux HUG pour se soumettre à cet examen préventif. Enfin, un concours avec tirage au sort permettra de gagner 20 densitométries et 20 entrées aux Bains de Cressy.

Pour le Pr René Rizzoli, chef du service des maladies osseuses aux HUG, ces messages préventifs et positifs sont particulièrement importants, quand on sait que « qui s'est fracturé se fracturera ». En effet, une première fracture augmente de manière très considérable le risque d'en être à nouveau victime.

### **La santé des seniors au cœur de deux études**

Maladie silencieuse mais extrêmement fréquente puisqu'elle entraîne des fractures chez une femme sur deux et un homme sur cinq à partir de 50 ans, l'ostéoporose n'est cependant pas une fatalité. S'il existe des traitements efficaces, la prévention joue en amont un rôle si déterminant que diverses études sont menées à ce sujet, et plus globalement sur le thème de la santé des seniors, un véritable défi dans nos sociétés vieillissantes.

Le service des maladies osseuses des HUG conduit actuellement une recherche sur le rôle de la rythmique pour prévenir les chutes et les fractures chez des personnes fragilisées. Une première étude en a déjà démontré l'efficacité. Cette deuxième phase de recherche a pour objectif d'en confirmer les bienfaits en comparaison avec une autre activité largement pratiquée, la gym seniors.

Les HUG participent par ailleurs à une étude à l'échelle européenne, en tant que centre recruteur. Il s'agit de l'étude *Do Health* lancée conjointement dans cinq pays, dont la Suisse, consacrée aux effets de la vitamine D, des oméga 3 et de l'exercice physique sur le maintien d'une bonne santé avec l'âge et la réduction de diverses maladies chroniques, dont celles touchant les os. Les participants volontaires à cette étude bénéficieront d'un suivi très régulier, gage supplémentaire d'une bonne prévention.

### **Pour de plus amples informations :**

Service de communication externe, tél. 022 372 60 06.