

POSTER - Age en Mouvement

Age en mouvement

Docteur Stephan Meyer, médecin coordonnateur Limoges, vice président de la FFAMCO
 Nathalie Mambourget, Gériatre, médecin coordonnateur d'EHPAD, Présidente de FFAMCO
 Odile Renaud-Levy, Gériatre, médecin coordonnateur d'EHPAD, vice présidente de la FFAMCO
 Philippe VERGER, Directeur délégué au pôle Personnes Agées et Soins à Domicile du CHU de Limoges

INTRODUCTION OBJECTIFS METHODES RESULTATS

Les études ne manquent pas pour démontrer que l'activité physique pratiquée régulièrement améliore les capacités et l'autonomie des personnes âgées (après 60 ans), il est plus rare de trouver des articles qui, par leur rigueur et leur raisonnement, soient susceptibles de braver les résistances des EHPAD ou certains des éléments, des occasions de pratiquer des exercices physiques adaptés.

C'est pour cette raison que les médecins coordonnateurs de la FFAMCO ont décidé de mettre en place le projet « Age en mouvement ». Ce projet a pour objectif de proposer aux personnes âgées dépendantes des exercices destinés à maintenir leur autonomie physique.

L'initiative, qui fait partie intégrante du projet de vie des EHPAD, est un outil de gestion de l'activité physique, psychologique et sociale. Redonner le goût du mouvement aux personnes âgées, c'est :

Le but attendu de ces séances est non seulement d'améliorer la mobilité et l'autonomie des résidents des EHPAD mais également de leur donner un certain plaisir en leur permettant de réaliser une activité qui leur apporte du bien-être. Le projet a pour objectif de proposer aux personnes âgées dépendantes des exercices destinés à maintenir leur autonomie physique.

- ◆ leur faire découvrir l'état de leur corps et leur faire prendre conscience de leurs possibilités tout en acceptant leurs limites
- ◆ les maintenir en état de vigilance et de disponibilité
- ◆ entretenir ou améliorer leur autonomie physique et leur indépendance sociale.

- 1 - Les patients et leur diversité :**
Souvent, il existe dans les EHPAD des séjours de gymnastique douce pour les personnes les plus vulnérables. Pourtant, tous les patients ne sont pas vulnérables. Certains, et ce sont eux, ont besoin de se mouvoir. Ce qui se traduit par le fait que les personnes se déplacent difficilement, souvent en fauteuil roulant ou pour les autres raisons, à l'exception des personnes âgées à leur condition physique et psychologique permettant d'entretenir ou améliorer leur autonomie.

- 2 - Les animateurs :**
Les animateurs sont recrutés parmi les sportifs qui ont une expérience professionnelle ou le bénévolat dans des associations sportives ou le fréquentement de salles de sport. Ils ont une expérience et un savoir-faire qui leur permettent de proposer des séances adaptées à leur public. Ces séances sont conçues pour être terminées. Cela-ci n'est pas sans conséquence car cela implique que l'animateur ait une expérience de ce public spécifique.

- 3 - Les techniques d'évaluation de l'effort :**
La séance d'initiation au mouvement dure environ 30 minutes pour 20 minutes de travail effectif. Toutefois, des séances plus longues sont mises en place lors de progression, des recommandations sont faites aux animateurs, des échanges au sein du groupe et un meilleur dosage d'effort sont recommandés en fonction de la situation individuelle ou collective.

Le projet « Age en mouvement » est également proposé à domicile pour des personnes âgées fragiles et leurs aidants familiaux.

Le projet « Age en mouvement » a permis d'améliorer la qualité de l'animation dans les EHPAD qui ont bénéficié de cette action. En effet, des séances proposées par des animateurs bénévoles jeunes ont permis d'augmenter dans une démarche d'implication de la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile ou lors d'activités de personnes âgées dépendantes et l'aider familial en centre de soins.

Le projet a été initié par la France pour être présenté comme action pilote au niveau Européen (Projet PASEO).

BIBLIOGRAPHIE :
 FABRE C., TRAINELA C. and MUGGER P.
 « Effet de la pratique de la gymnastique d'entretien chez des seniors sur la condition physique et la fonction cognitive et le bien-être médicamenteuse »
 Volume 18, Issue 4, août 2003, pages 198-209

Il est possible d'avoir un effet bénéfique à l'activité physique. Cette, sans passer nécessairement par un soutien musculaire. Il est possible d'être en situation de dépendance, mais de ne pas perdre sa mobilité et de continuer à bénéficier de la vie sociale. Il est également possible de pratiquer des séances d'initiation au mouvement et de bénéficier de leur effet bénéfique sur la santé et la qualité de vie.

Quant on fait faire des séances d'initiation au mouvement à des personnes âgées, il faut faire attention à leurs articulations. Il faut veiller à ne pas leur faire souffrir, mais leur permettre également de profiter de la vie sociale et de leur offrir un lieu de rencontre pour eux-mêmes.

Il est possible d'avoir un effet bénéfique à l'activité physique. Cette, sans passer nécessairement par un soutien musculaire. Il est possible d'être en situation de dépendance, mais de ne pas perdre sa mobilité et de continuer à bénéficier de la vie sociale. Il est également possible de pratiquer des séances d'initiation au mouvement et de bénéficier de leur effet bénéfique sur la santé et la qualité de vie.

Quant on fait faire des séances d'initiation au mouvement à des personnes âgées, il faut faire attention à leurs articulations. Il faut veiller à ne pas leur faire souffrir, mais leur permettre également de profiter de la vie sociale et de leur offrir un lieu de rencontre pour eux-mêmes.

Le projet « Age en mouvement » a permis d'améliorer la qualité de l'animation dans les EHPAD qui ont bénéficié de cette action. En effet, des séances proposées par des animateurs bénévoles jeunes ont permis d'augmenter dans une démarche d'implication de la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile ou lors d'activités de personnes âgées dépendantes et l'aider familial en centre de soins.

Le projet a été initié par la France pour être présenté comme action pilote au niveau Européen (Projet PASEO).

BIBLIOGRAPHIE :
 FABRE C., TRAINELA C. and MUGGER P.
 « Effet de la pratique de la gymnastique d'entretien chez des seniors sur la condition physique et la fonction cognitive et le bien-être médicamenteuse »
 Volume 18, Issue 4, août 2003, pages 198-209

BIBLIOGRAPHIE :
 FABRE C., TRAINELA C. and MUGGER P.
 « Effet de la pratique de la gymnastique d'entretien chez des seniors sur la condition physique et la fonction cognitive et le bien-être médicamenteuse »
 Volume 18, Issue 4, août 2003, pages 198-209

MEYER S.
 Le projet « Age en Mouvement, une action innovante pour la dépendance »
 Prétexte des EHPAD, Limoges, 21 avril 2011

FORNIU V.
 « Accompagnement en géronte : participations liées à l'âge »
 La revue Française de gérontologie et de gériatrie, mars 2007, tome XXV, n° 123

AGENCE NATIONALE D'ACCREDITATION ET D'EVALUATION EN SANTE
 « Mécanismes de la certification des capacités motrices de la personne âgée fragile à domicile »
 Gérontologie, tome 127-36, 2005

AGENCE NATIONALE D'ACCREDITATION ET D'EVALUATION EN SANTE
 « Mécanismes de la certification des capacités motrices de la personne âgée fragile à domicile »
 Gérontologie, tome 127-36, 2005

Le projet « Age en mouvement » a permis d'améliorer la qualité de l'animation dans les EHPAD qui ont bénéficié de cette action. En effet, des séances proposées par des animateurs bénévoles jeunes ont permis d'augmenter dans une démarche d'implication de la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile ou lors d'activités de personnes âgées dépendantes et l'aider familial en centre de soins.

Le projet a été initié par la France pour être présenté comme action pilote au niveau Européen (Projet PASEO).

BIBLIOGRAPHIE :
 FABRE C., TRAINELA C. and MUGGER P.
 « Effet de la pratique de la gymnastique d'entretien chez des seniors sur la condition physique et la fonction cognitive et le bien-être médicamenteuse »
 Volume 18, Issue 4, août 2003, pages 198-209

BIBLIOGRAPHIE :
 FABRE C., TRAINELA C. and MUGGER P.
 « Effet de la pratique de la gymnastique d'entretien chez des seniors sur la condition physique et la fonction cognitive et le bien-être médicamenteuse »
 Volume 18, Issue 4, août 2003, pages 198-209

L'Unité de Recours et de Soins Gériatrique

Docteur Stephan Meyer, médecin coordonnateur Limoges, vice président de la FFAMCO
 Nathalie Mambourget, Gériatre, médecin coordonnateur d'EHPAD, Présidente de FFAMCO
 Odile Renaud-Levy, Gériatre, médecin coordonnateur d'EHPAD, vice présidente de la FFAMCO
 Aline Bertin, chargée de mission au pôle Personnes Agées et Soins à Domicile du CHU de Limoges
 Philippe VERGER, Directeur délégué au pôle Personnes Agées et Soins à Domicile du CHU de Limoges

Introduction

L'URSG a pour but de proposer aux résidents des EHPAD présentant une pathologie aiguë de la prendre en charge directement évitant ainsi le passage aux urgences et le retard dans le traitement le plus efficace. Les EHPAD ne possèdent pas 24h/24 sur place d'IDE. La prise en soins de patients présentant une pathologie diagnostiquée est souvent rendue aléatoire (perfusions, surveillance, paramètres vitaux, applications de protocoles...). Ainsi, l'URSG propose à ces résidents une entrée dans la journée (validée par un FAX) pour prendre au plus tôt en charge ces patients âgés fragiles leur permettant ainsi un maximum de chances pour préserver leur potentiel restant.

Objectifs

Eviter les urgences aux personnes âgées
 Augmenter leurs chances de guérison après une pathologie aiguë diagnostiquée

Description de l'opération

Le constat du passage aux urgences des patients d'EHPAD en « urgence dépassée » pour des pathologies aiguës a amené la conception de l'URSG.

D'abord proposée à titre expérimental de 5 lits de SSR aux médecins coordonnateurs et aux EHPAD du Limousin, cette unité s'est vu pérennisée en avril 2009 sur 15 lits.

Activité 2010 de l'URSG	Journées-lits	Entrées	Journées	DMS
Janvier	465	23	390	16,96
Février	420	14	318	22,71
Mars	485	20	288	14,40
Avril	450	25	365	14,60
Mai	465	16	397	24,81
Juin	450	23	386	16,78
Juillet	465	14	218	15,57
AOût	465	19	266	14,00
Septembre	450	15	245	16,33
Octobre	465	13	216	16,62
Novembre	450	13	259	19,92
Décembre	465	13	351	27,00

Conclusion

Le succès de ce projet a été reconnu en Limousin puisque l'ARS de cette région a proposé de développer l'URSG sur les trois départements. (Creuse, Corrèze, Haute-Vienne)

Bibliographie

Une solution dans la prise en charge des résidents d'EHPAD
 Revue de gériatrie tome 36, n°4, avril 2011

Auteurs : Stéphane Meyer, Philippe Verger, Aline Bertin, Sophie Peyrichou

CHU Limoges
 Hôpital de la Vallée de la Vienne
 22 rue de l'Université
 37000 Limoges

FFAMCO
 Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne
 17 rue de la République
 37000 Limoges

EHPAD
 Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne
 17 rue de la République
 37000 Limoges

EHPAD
 Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne
 17 rue de la République
 37000 Limoges

CHU Limoges
 Hôpital de la Vallée de la Vienne
 22 rue de l'Université
 37000 Limoges

FFAMCO
 Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne
 17 rue de la République
 37000 Limoges

EHPAD
 Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne
 17 rue de la République
 37000 Limoges

EHPAD
 Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne
 17 rue de la République
 37000 Limoges

