

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-Lévy, 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
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 aux résidents des EHPAD le concept des exercices physiques adaptés.

OBJECTIFS
1 - Les patients et leur diversité : Souvent, il existe dans les EHPAD des séjours de gymnastique douce pour personnes les plus vulnérables. Pourtant, tous les patients ne sont pas vulnérables. Ce qui se voit pour les personnes se déplaçant difficilement, souvent en fauteuil roulant ou pour les autres dimorphes, il existe des exercices adaptés à leur condition physique et psychique permettant d'améliorer ou d'entretenir leurs capacités.

METHODES
Le déroulement d'une séance-type :
Le séjourné se déroule en plusieurs temps :
- Accueil ;
- C'est le moment pour s'installer, discuter.
- Certains exercices peuvent être faits assis ou en fauteuil ;
- L'autoévaluation ou l'avis modifiable ;
- brouter les mains ;
- Hélicopter les articulations ;
- Faire des petits mouvements en tournant autour de chaque doigt dans le sens du sensillage des doigts ;
- Faire des pressions sur le bras fémoro-huméral avec les doigts ;
- Faire des pressions sur le bras fémoro-huméral avec les mains fémoro-humérales les mains ;
- brouter l'articulation du cou ;
- brouter l'articulation de la tête ;
- brouter les articulations ;
- brouter les articulations ;
- brouter les articulations ;
- brouter les articulations ;

RESULTATS
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 faisant découvrir de nouvelles possibilités de mouvement et de se sentir bien.
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'enrichir dans une démarche d'animation la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile car les participants de ces séances permettent de retrouver autour du plaisir de l'activité physique des échanges entre la personne âgée dépendante et l'aidant familial en dehors du domicile.

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 aux résidents des EHPAD le concept des exercices physiques adaptés.

OBJECTIFS
1 - Les patients et leur diversité : Souvent, il existe dans les EHPAD des séjours de gymnastique douce pour personnes les plus vulnérables. Pourtant, tous les patients ne sont pas vulnérables. Ce qui se voit pour les personnes se déplaçant difficilement, souvent en fauteuil roulant ou pour les autres dimorphes, il existe des exercices adaptés à leur condition physique et psychique permettant d'améliorer ou d'entretenir leurs capacités.

METHODES
Le déroulement d'une séance-type :
Le séjourné se déroule en plusieurs temps :
- Accueil ;
- C'est le moment pour s'installer, discuter.
- Certains exercices peuvent être faits assis ou en fauteuil ;
- L'autoévaluation ou l'avis modifiable ;
- brouter les mains ;
- Hélicopter les articulations ;
- Faire des petits mouvements en tournant autour de chaque doigt dans le sens du sensillage des doigts ;
- Faire des pressions sur le bras fémoro-huméral avec les doigts ;
- Faire des pressions sur le bras fémoro-huméral avec les mains fémoro-humérales les mains ;
- brouter l'articulation du cou ;
- brouter l'articulation de la tête ;
- brouter les articulations ;
- brouter les articulations ;
- brouter les articulations ;
- brouter les articulations ;

RESULTATS
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 faisant découvrir de nouvelles possibilités de mouvement et de se sentir bien.
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'enrichir dans une démarche d'animation la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile car les participants de ces séances permettent de retrouver autour du plaisir de l'activité physique des échanges entre la personne âgée dépendante et l'aidant familial en dehors du domicile.

Logos: CHU Limoges, HCL Centre Santé et Soins à Domicile, FFAMCO, Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne.

Il est prouvé d'avance 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 aux résidents des EHPAD le concept des exercices physiques adaptés.

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-Lévy, 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 vue pérennisée en avril 2009 sur 15 lits.

Table with columns: Mois, Journées-lits, Entrées, Journées, DMS. Rows: Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre.

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

Logos: CHU Limoges, HCL Centre Santé et Soins à Domicile, FFAMCO, Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne.

