

POSTER - Age en Mouvement

Age en mouvement

Docteur Stephan Meyer, médecin coordonnateur Limoges, vice président de la FFAMCO
Nathalie Mauborgne, Géronte, médecin coordonnateur d'EHPAD, Présidente de FFAMCO
Odile Renaud-Levy, Géronte, 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 régulière améliore les capacités et l'autonomie des personnes âgées (après 65 ans), il est plus aisé de trouver des activités qui, par leur régularité et leur aisé, sont susceptibles de braver ces résistances de l'EHPAD à proposer 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 ».

L'initiative, qui fait partie intégrante du projet de vie des EHPAD, est un outil d'ajustement physique, psychologique et social.

Redonner le goût de mouvement aux personnes âgées, c'est :

- ◊ leur faciliter à sortir de leur isolement
- ◊ leur faire découvrir l'état de leur corps et leur faire prendre conscience de leurs possibilités tout en respectant leurs limites
- ◊ les maintenir en état de vigilance et de disponibilité
- ◊ entretenir ou améliorer leur autonomie physique et leur indépendance sociale.

Ce projet Age en Mouvement est également proposé à domicile pour des personnes âgées fragiles et leurs aidants familiaux.



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 peuvent pas bénéficier de ces séances d'activités physiques adaptées. Ce qui se traduit pour les personnes se déplaçant difficilement, souvent en fauteuil roulant ou pour les personnes âgées, l'absence de séances adaptées à leur condition physique et psychique permettant d'entretenir ou d'améliorer leurs capacités.

Dans le domaine de l'activité ou du mouvement, quel que soit l'état de santé ou de dépendance, on admet de tous les patients âgés, les séances vont améliorer la qualité de vie, prévenir l'appauvrissement des capacités fonctionnelles et promouvoir les échanges et la socialisation.

2 - Les animateurs : Les animateurs sont recrutés parmi les sportifs qui ont une expérience préalable de l'enseignement de la gymnastique sportive ou le respectement de la sécurité des personnes âgées.

3 - Les techniques d'application de l'activité : La séance d'évaluation au mouvement dure environ 30 minutes pour 20 minutes de travail effectif. Toutefois, des séances plus longues incluent la mise en train lente et progressive, des commentaires appropriés à chaque exercice, les échanges au sein du groupe et un meilleur dosage d'effort et de repos.

4 - Les précautions : L'accord des familles et l'avis de médecin traitant sont indispensables pour connaître les contre-indications médicales éventuelles. Pour se faire, il est utile de solliciter l'avis de médecin traitant ou le médecin coordonnateur de l'EHPAD.

Le déroulement d'une séance-type : Le séminaire se déroule en plusieurs temps : L'accueil : C'est le moment pour s'installer, discuter. Certains exercices peuvent être réalisés seuls ou en binôme.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

Le déroulement d'une séance-type : Les exercices sont réalisés en binôme ou en trinôme en respectant toujours le sens du sang. Il s'agit de pousser sur la main tendue/écarter les bras, tirer l'arrière-bras jusqu'à l'épaule, se masser soi-même en respectant toujours le sens du sang.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.

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 des exercices adaptés à leur condition physique et psychique.



L'Unité de Recours et de Soins Gérontiques

Docteur Stephan Meyer, médecin coordonnateur Limoges, vice président de la FFAMCO
Nathalie Mauborgne, Géronte, médecin coordonnateur d'EHPAD, Présidente de FFAMCO
Odile Renaud-Levy, Géronte, 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	465	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 gérontologie tome 36, n°4, avril 2011

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



