

POSTER - Age en Mouvement

Age en mouvement

Docteur Stephan Meyer, médecin coordonnateur Limoges, vice président de la FFAMCO
 Nathalie Mambourget, Gériatre, médecin coordonnateur d'EH PAD, Présidente de FFAMCO
 Odile Renaud-Levy, Gériatre, médecin coordonnateur d'EH PAD, 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 régulière améliore les capacités et l'autonomie des personnes âgées (après 60 ans). Il est plus aisé de trouver des activités qui, par leur régularité et leur plaisir, sont 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 résidents de grande diversité pour ce qui concerne les habitudes de vie. Pourtant, tous les patients doivent pouvoir bénéficier de séances adaptées à leur handicap.

METHODES
 Le déroulement d'une séance type : La séance se déroule en plusieurs temps : L'accueil ; C'est le moment pour s'installer, discuter, Certaines exercices peuvent être réalisés seuls ou en petits groupes ; L'autoévaluation ou l'avis du participant ;

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 les bénéfices de l'activité physique. Le plaisir participe à l'adhésion des résidents à cette activité. Enfin, par la mise en commun de leur expérience, les résidents des EHPAD ont pu bénéficier de conseils de personnes impliquées dans la pratique de l'activité physique.

C'est pour cette raison que les médecins coordonnateurs de la FFAMCO ont décidé de mettre en place le projet « Age en mouvement ». Il s'agit d'offrir à nos patients âgés des séances adaptées à leur handicap et de leur faire prendre conscience de leurs possibilités tout en respectant leurs limites.

2- Les animateurs : Les animateurs sont recrutés parmi les sportifs qui ont une pratique sportive régulière. Ils ont une expérience en matière de soins infirmiers ou de travail social. Ils ont également une expérience en matière de soins infirmiers ou de travail social. Ils ont également une expérience en matière de soins infirmiers ou de travail social.

3- Les techniques d'adaptation de l'activité : La séance d'initiation au mouvement dure environ 30 minutes pour 20 minutes de travail effectif. Toutefois, des séances plus longues peuvent être mises 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.

Le corps de la séance : Il est conseillé d'avoir en tête des idées d'activités adaptées à la diversité des résidents. Les animateurs doivent bien connaître les résidents afin de répondre à leurs besoins, d'adapter le matériel et de proposer des exercices adaptés à leurs capacités. Les exercices doivent être adaptés à la diversité des résidents afin de répondre à leurs besoins, d'adapter le matériel et de proposer des exercices adaptés à leurs capacités.

- ♦ Les critères à retenir :
 - ♦ de leur faciliter la sortie de leur isolement
 - ♦ de leur faire découvrir l'étendue de leur corps et leur faire prendre conscience de leurs possibilités tout en respectant leurs limites
 - ♦ de maintenir en état de vigilance et de disponibilité
 - ♦ d'atteindre ou améliorer leur autonomie physique et leur indépendance sociale.

4- Les précautions : L'accord des familles et l'avis du médecin traitant sont indispensables pour connaître les contre-indications médicales éventuelles. Pour se faire, il est utile de solliciter les soins infirmiers du personnel et d'obtenir l'avis des médecins d'urgence au sein du groupe et un meilleur dosage d'effort et de repos.

Le retour au calme : Il dure environ un quart d'heure. C'est le moment de réaliser des massages doux, adaptés, avec une petite ballons par exemple, lumbaires contre une chaise, piano du pied... et d'élirmer.

Le retour au calme : Il dure environ un quart d'heure. C'est le moment de réaliser des massages doux, adaptés, avec une petite ballons par exemple, lumbaires contre une chaise, piano du pied... et d'élirmer.

Ce 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'amélioration de la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile où les participants ont pu bénéficier de retour au domicile par le biais du service de soins infirmiers et de soins à domicile.

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'amélioration de la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile où les participants ont pu bénéficier de retour au domicile par le biais du service de soins infirmiers et de soins à domicile.

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'amélioration de la qualité des soins en EHPAD mais également au domicile où les participants ont pu bénéficier de retour au domicile par le biais du service de soins infirmiers et de soins à domicile.



L'Unité de Recours et de Soins Gériatriques

Docteur Stephan Meyer, médecin coordonnateur Limoges, vice président de la FFAMCO
 Nathalie Mambourget, Gériatre, médecin coordonnateur d'EH PAD, Présidente de FFAMCO
 Odile Renaud-Levy, Gériatre, médecin coordonnateur d'EH PAD, 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 charge des 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.

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



Association des Médecins Gériatres de la Haute-Vienne

