

## **DIAGNOSTIC, EVALUATION ET PROTOCOLE DE PREVENTION DES CHUTES DES PERSONNES AGEES**

### **A. Présentation de l'action**

Cette action de formation innovante est initiée et conduite par Yves DEVEZE. Elle est née d'une triple expérience :

- ✦ De kinésithérapeute, durant de nombreuses années, en établissements de soins, mettant en place une démarche de prévention des chutes.
- ✦ De formateur d'Aidants auprès de personnes âgées à leur domicile.
- ✦ D'ergonome en entreprises dont une des composantes est d'améliorer les conditions de vie au travail.

Cette action apporte aux associations ou aux établissements qui le souhaitent une autre dimension à leur engagement auprès des personnes âgées et leur propose de répondre à un besoin, normalement pris en charge en institutions, mais pas encore au domicile des personnes âgées.

Elle apporte aux Aidants, ayant déjà une expérience professionnelle, une compétence complémentaire, l'impliquant dans une autre approche valorisante d'accompagnement et de vigilance.

### **B. Objectifs de la formation**

- ✦ Préserver et améliorer l'état fonctionnel d'une personne âgée fragile afin d'éviter les conséquences négatives liées à une chute.
- ✦ La fragilité correspond à une atteinte des capacités de résistance physiologiques de l'individu âgé qui provoque une incapacité d'adaptation face à des stressseurs environnementaux. Elle l'entraîne alors dans une spirale de décompensations engendrant la perte de l'autonomie et augmentant l'effet de dépendance.
- ✦ Eviter la perte d'autonomie et l'enfermement en soi.
- ✦ Entretenir les capacités physiques, redonner confiance en soi, mais aussi satisfaire les besoins de certaines personnes âgées et de leur entourage.
- ✦ Aider à la prise de conscience de son corps, connaître ses capacités et les renforcer, redonner le goût de l'activité physique.
- ✦ Limiter le risque de chutes, de pertes d'équilibre et proposer plus d'indépendance aux personnes âgées.

## C. Programme

- ✦ Diagnostic et mise en place de l'action
  - Etude rétrospective, planification de l'action, réalisation des tests d'évaluation, recensement des partenaires de la mise en place de l'action de prévention, recommandations.
- ✦ Action

Les stagiaires formés seront capables :

  - D'élaborer des protocoles et des recommandations pour la prévention des chutes de la personne âgée.
  - D'établir un bilan diagnostique ergonomique des lieux de vie des personnes âgées.
  - D'animer une séance de prévention des chutes.
- ✦ Lister et rechercher du matériel pour animer une séance de prévention des chutes
- ✦ Programme et principes d'animation
  - La place de l'Aidant dans la prévention des chutes
  - Les caractéristiques spécifiques à ce type d'animation.
  - Connaître, approcher, solliciter, guider la personne âgée.
  - Pathologies de la personne âgée, ses conséquences psychiques et fonctionnelles.
  - Intérêt de la gymnastique et prévention de la dépendance.
  - Concevoir un atelier de gymnastique : le local, le matériel, la musique....
  - Pour apprendre à se relever du sol
  - Approches complémentaires : massages divers, relaxation, respiration, chant, mimes, expressions corporelles.
  - Notion générale d'ergonomie et de facilitation du lieu de vie
  - Identification des personnes en situations à risques.

## D. Méthode pédagogique

- ✦ Formation action proposant un apport théorique initial indispensable et un apport pratique expérimental.
- ✦ Partage d'expériences, études de cas proposées par les stagiaires, recherche de solutions.
- ✦ Réflexion sur les voies d'amélioration de la prise en charge des personnes à risque de chute et élaboration de recommandations :
  - Création d'un protocole initial avec prise de conscience du risque de chute
  - Evaluation du risque de chute
  - Information et éducation de la personne âgée
  - Formation des personnes proches de la personne âgée : famille, entourage.

## **E. Protocole d'évaluation de la fragilité musculo-squelettique et fonctionnelle des personnes âgées**

### Pourquoi mettre en place un programme de prévention des chutes chez les personnes âgées ?

L'objectif est d'identifier les mesures préventives dont peuvent bénéficier les personnes à risque de chutes. Pour cela, il faut décomposer le programme en deux temps : une phase diagnostique qui vise à repérer les chutes et une phase d'élaboration de recommandations.

L'étude des chutes apporte un nouvel éclairage dans la manière de prévenir l'évènement. Les recommandations proposées ne visent pas un objectif zéro illusoire mais cherchent à réduire les chutes évitables et à minorer les conséquences des autres.

Malgré la fréquence et les conséquences des chutes chez les personnes âgées, la prévention de cet évènement reste très difficile : vécue comme inévitable par l'entourage, sa prise en charge doit se faire en termes de prévention primaire, secondaire (éviter les récurrences) et tertiaire (éviter les complications).

### La méthode

Il faut tout d'abord procéder à une étude rétrospective visant à quantifier le phénomène des chutes.

Puis, construire une typologie qui distingue :

- les personnes à risque
- les situations à risque

Les personnes à risque, renvoient à des caractéristiques cliniques, de dépendances, de traitement, de comportement.

Les situations risquées mettent en évidence différents facteurs favorisant ou déclenchant la chute indépendamment des caractéristiques de la personne âgée :

- mauvaise perception du risque par l'entourage de la personne âgée
- modes d'organisation responsables d'un manque de disponibilité
- manque de vigilance dans des périodes à haut risque
- mauvaise appréciation du besoin de la personne âgée dans l'usage du matériel

### Les tests

- Evaluation de trois tests spécifiques

### L'élaboration des recommandations

A partir de l'ensemble de ces résultats, il faut développer une réflexion sur les voies d'amélioration de la prise en charge des personnes âgées à risque de chute et de soumettre des recommandations :

- Création d'un protocole initial avec prise de conscience du risque de chute
- Evaluation du risque de chute
- Information et éducation de la personne âgée
- Organisation interne des lieux de vie
- Formation de l'entourage

## **F. Population ciblée**

- ✦ Toute personne âgée présentant une perte d'autonomie ou un déficit moteur même mineur.