

Bilan à un an de la mise en place du dispositif de développement de la pratique sportive par les EAPA* en EHPAD

Auteurs: BETIRAC Estelle, cadre supérieur de santé pôle gériatrie, DAURES Alexandre, enseignant en activités physiques adaptées*, DIANA Myriam, enseignant en activités physiques adaptées*



Contexte

CONTEXTE :

Le projet débute en **février 2021** par le recrutement de deux EAPA soutenu par le dispositif grande dépendance 2019-2024.

→ Il couvre **4 sites** qui comptabilisent 353 lits d'hébergement permanent.

EAPA en EHPAD :

- Il prend sa place dans le projet d'accompagnement personnalisé
 - Il s'insère dans le projet général de développement de lieux de vie
- **Finalité ?**
Atteinte d'une qualité de vie satisfaisante pour chaque résident quelles que soient ses déficiences et incapacités tout au long du séjour

MISSIONS :

- Maintenir par la pratique physique les acquis et l'autonomie de la personne âgée dépendante accueillie dans les EHPAD du CHIVA
- Identifier et valider en équipe pluridisciplinaire les besoins des résidents
- S'insérer dans le projet d'accompagnement collectif et individuel

QUI EST IL ?

L'**EAPA** est titulaire d'une licence STAPS Activité Physique Adaptée - Santé (APA-S). Il encadre des séances d'activités physiques à destination de différents publics dans une perspective de **prévention santé, de réadaptation et d'intégration sociale** de personnes présentant une altération des fonctions physiques ou psychiques.

Pourquoi l'EAPA auprès des résidents d'EHPAD ?



Limitier les effets de la sédentarité et du vieillissement

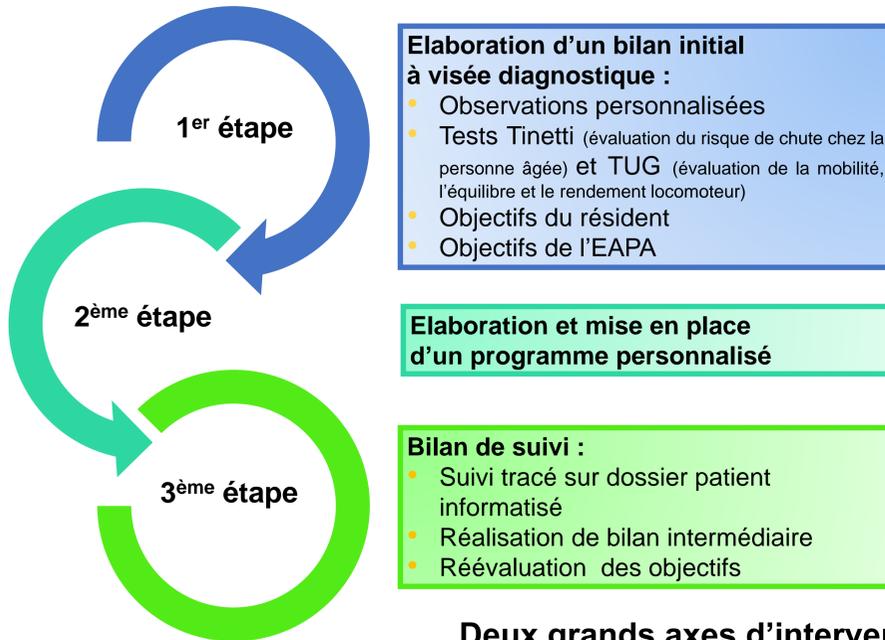
Solliciter les ressources :

- Physiologiques
- Fonctionnelles
- Relationnelles
- Émotionnelles

Valoriser et entretenir les capacités individuelles physiques et cognitives

Méthode

Programme d'intervention individualisé :



Deux grands axes d'interventions en 2021:

- ☞ Prévention des chutes
- ☞ Gym traditionnelle

Séance gym collective :



Résultats

- 2021 : >1/3 des résidents ont bénéficié de ces interventions
- Age moyen des résidents pris en charge : 86 ans
- Proportion homme/femme respectée : 70 % de femmes, 30 % d'hommes
- Prises en charge collectives favorisant la cohésion des résidents contribuant au maintien du lien social dans leur lieu de vie
- Intégration des EAPA aux équipes pluridisciplinaires
- Demandes de prise en charge émanant des AS et IDE mais aussi du médecin coordinateur
- Travail en collaboration avec les kinésithérapeutes libéraux

- 😊 Participation fidèle des résidents aux séances
- 😊 Retour positif des familles et proches des résidents

Discussions

- Projet **Evaluation de l'impact de la pratique sportive** équilibre, verticalité, prévention des chutes ⇒ Mise en place d'outils et de grilles d'évaluation spécifiques
- Implication sur le développement de la prise en charge non médicamenteuse: médiation animale et équitérapie.
- Enquête de satisfaction résident/famille.
- Accompagnement sur des projets d'animation : sorties culturelles, olympiades, rencontres inter EHPAD ...
- Evaluation du bien être avec l'échelle EVIBE



Références bibliographiques

American College of Science AND Sports Medicine; L'exercice et l'activité physique pour les adultes plus âgés. Med Sci Sports Exerc, 30(6): 992-1008 (1998)
Barbin J M, Camy J, Communal D, Perrin C, Fodimbi M et al. Référenciel d'activité et de compétences de l'enseignant en activité physique adaptée (2015)
Capelli T. L'activité physique adaptée en Ehpad. Soins gerontologie 95:26-29 (2012)
Gaboriaud C. L'activité physique adaptée en Ehpad. Soins Aides-soignantes 75:10-11 (2017)
Fleming J, Matthews FE, Brayne C; The Cambridge City over-75s Cohorts (CC75C) study collaboration. In: Inerm (dir.). Activité physique et prévention des chutes chez les personnes âgées. Rapport. Paris : Les éditions Inserm, 2015
Podsiadlo D, Richardson S. The timed "Up & Go": a test of basic functional mobility for frail elderly persons. J Am Geriatr Soc. Feb; 39(2):142-8 (1991)
Tinetti, M. E. Performance-oriented assessment of mobility problems in elderly patients. Journal of the American Geriatrics Society 34, 119-126 (1986)

