

# Gériatrie : comment améliorer les capacités fonctionnelles de nos patients âgés en rééducation

La rééducation de personne âgée en kinésithérapie est une partie importante de notre patientèle. Mais elle est parfois associée à une image négative étant donné les aspects dégénératifs du vieillissement.

L'objectif de cette formation est d'être capable d'utiliser un bilan adapté pour repérer les signes de fragilité et risque de perte d'autonomie. Être également capable de raisonner, mener une enquête pour comprendre quelle est la source des limitations d'activités chez le patient âgé. Grâce à l'utilisation de cas cliniques durant la formation les participants pourront travailler leur raisonnement clinique et profiter de la richesse intellectuelle de la kinésithérapie gériatrique. A partir de la compréhension des processus physiologiques et cellulaires du vieillissement et d'une méthode de raisonnement clinique, le participant pourra créer des exercices adaptés à chaque patient et chaque situation de soin. L'objectif de l'exercice : **une rééducation efficiente** pour favoriser **l'autonomisation** de la personne âgée

Nous verrons également l'utilisation des thérapies cognitives et comportementales avec les patients atteints de syndrome post chute pour lutter contre la peur de chuter ou encore la douleur. Nous verrons également des techniques de communication dans le but d'aider la personne âgée à favoriser sa propre autonomie.

## Objectifs :

- Comprendre le processus de vieillissement
- Savoir faire travailler une personne âgée en aérobie / résistance
- Repérer, bilancer la fragilité et la perte d'autonomie
- Mener un bilan en utilisant les échelles les plus adaptées
- Savoir utiliser des outils numériques et gérontechnologiques pour préserver l'autonomie
- Raisonner pour comprendre les causes principales de la perte de fonction et d'autonomie
- Créer des exercices sur mesure en fonction de son raisonnement et de son bilan
- Utiliser des techniques cognitives (Thérapies cognitives et comportementales, entretien motivationnel...) pour lutter contre la kinésiophobie et la peur de chuter, la douleur et la perte des capacités fonctionnelles

Cette première matinée est consacrée aux apprentissages des mécanismes physiologiques du vieillissement et à l'intérêt de l'activité physique sur ces derniers. Les participants apprendront également les bases du raisonnement et de l'évaluation en gériatrie.

## Programme :

### JOUR 1 :

- 9h-9h15 Présentation de la formation, des participants
- 9h15-9h30 Recueil des attentes des participants
- 9h30-10h30 Compréhension des mécanismes – physiologie – physiopathologie du vieillissement
- 10h30-10h45 Pause
- 10h45-11h15 Activité physique et lutte contre le vieillissement
- 11h15-12h Raisonnement et bilan : savoir évaluer, repérer la fragilité et la perte d'autonomie
- 12h-12h30 Application cas clinique vidéo
- 12h30-13h30 Repas
- 13h30-14h30 Principes de rééducation en gériatrie
- 14h30-15h Création rééducation sur mesure à partir du cas clinique par groupe
- 15h-15h15 Pause
- 15h15-16h00 Mise en commun de différentes stratégies
- 16h00-17h Raisonnement modulaire
- 17h-17h30 Conclusion de la première journée – Cas clinique en groupe

### JOUR 2 :

- 8h30-9h Questions sur la première journée et révision
- 9h-10h Peur de chuter, Syndrome post chute : bilan et rééducation
- 10h-10h45 Utilisation des thérapies cognitives et comportementales et techniques d'entretien motivationnel en gériatrie
- 10h45-11h Pause
- 11h-11h45 Raisonner pour comprendre les causes de la perte d'autonomie
- 11h45-12h30 Application sur un cas clinique vidéo, travail en groupe
- 12h30-13h30 Pause
- 13h30-14h30 Savoir faire travailler une personne âgée en aérobic résistance
- 14h30-15h15 Utilisation des outils numérique et de Gérontechnologie dans le maintien de l'autonomie
- 15h15-15h30 Pause
- 15h30-16h00 Raisonnement modulaire : application cas clinique complexe en groupe
- 16h00-16h45 Restitution et analyse

