



L'INTERVENTION EN ERGOTHÉRAPIE

PERSONNES ÂGÉES

QU'EST-CE QUE L'ERGOTHÉRAPIE?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme se promener, faire du sport, faire de la peinture, préparer un repas, prendre soin de soi et des autres, travailler, sortir avec les amis, prendre soin de son domicile, etc. Les occupations donnent un sens à la vie et fondent notre identité.

Lorsque qu'une maladie, un handicap, une blessure ou des circonstances sociales ou environnementales, nous empêchent de réaliser des occupations quotidiennes, l'ergothérapeute peut aider à trouver des solutions afin de favoriser la reprise autonome des activités, améliorer la qualité de vie et prévenir la survenue d'autres troubles.

« L'ergothérapie est l'art et la science de faciliter la participation à la vie quotidienne, à travers l'occupation ; l'habilitation des gens à effectuer les occupations qui favorisent la santé et le bien-être ; la promotion d'une société juste et n'excluant personne afin que tous puissent participer de leur plein potentiel aux activités quotidiennes de la vie ».

Townsend & Polatajko, 2007

LE VIEILLISSEMENT

Le vieillissement est un processus inévitable qui a un impact important au niveau physiologique, psychologique et social, entre autres. En raison de ces impacts et des maladies chroniques qui augmentent avec l'âge, la personne âgée peut éprouver des difficultés dans la réalisation de certaines activités quotidiennes.

Le vieillissement peut être normal et entraîner un déclin progressif des capacités. Le vieillissement peut aussi être pathologique (*maladie de Parkinson, maladie d'Alzheimer, accident vasculaire cérébral, arthrite/arthrose, prothèse totale de la hanche, etc.*). Ces différentes pathologies peuvent affecter l'autonomie et l'indépendance dans les activités quotidiennes en raison de la perte des capacités.

L'ergothérapeute est un des professionnels de la santé qui peut travailler avec la personne âgée.

IMPACTS SUR LA VIE QUOTIDIENNE

Quelle que soit la cause de leurs problèmes, les personnes âgées peuvent éprouver des difficultés à plusieurs niveaux, par exemple:

- Prendre soin de soi (*prendre son bain, s'habiller, se coiffer, se raser, prendre ses médicaments, etc.*);
- Réaliser des tâches domestiques (*cuisine, vaisselle, lessive, faire ses courses, gérer ses finances, etc.*);
- Conduire en toute sécurité;
- Réaliser ses loisirs;
- Augmentation du risque de chute dû à la diminution des capacités physiques et cognitives, et peur/ anxiété associée à ce risque;
- Diminution du niveau d'activité physique/ sédentarité;
- Isolement social;
- Diminution globale de la qualité de vie.

RÔLE DE L'ERGOTHÉRAPEUTE

L'ergothérapeute intervient auprès de la personne âgée et de son entourage, en institution ou à domicile.

Il/elle aide la personne à prévenir un déclin fonctionnel important, à prendre soin d'elle-même et à poursuivre ses activités tout en favorisant son maintien à domicile en proposant les adaptations nécessaires à son environnement. À ces fins, il/elle peut :

-  Améliorer ou maintenir les capacités résiduelles au niveau physique et cognitif;
-  Favoriser la réalisation des activités qui sont importantes et significatives pour la personne, malgré la diminution des habiletés causée par le vieillissement ou la maladie;
-  Proposer des façons alternatives de réaliser les activités afin de compenser les difficultés présentes;
-  Mettre en place un horaire occupationnel pour favoriser la réalisation des occupations;
-  Proposer des aides techniques afin de permettre la réalisation des occupations malgré la présence d'incapacités;
-  Proposer des aménagements afin de sécuriser l'environnement pour permettre la réalisation d'activités avec le minimum de risques possible et ainsi optimiser l'autonomie;
-  Collaborer avec l'équipe impliquée dans les soins afin de déterminer les besoins de la personne et le plan d'intervention répondant à ces besoins;
-  Travailler avec les proches-aidants, afin de mettre en place des stratégies efficaces pour réduire leur fardeau, permettant ainsi une meilleure qualité de vie.

TÉMOIGNAGE



Georgette s'est fait opérer pour un remplacement de la hanche en raison d'une chute ayant entraîné une fracture du col du fémur. Suite à cette chirurgie, elle n'est plus capable de réaliser plusieurs activités quotidiennes (mettre ses sous-vêtements, son pantalon et ses chaussures, se laver le bas du corps, etc.). De plus, elle n'arrive pas à préparer un repas en raison des douleurs ressenties lors de la position debout prolongée. Lors de son séjour en centre de réadaptation, avant son retour à domicile, l'ergothérapeute l'a aidée à :

- Pouvoir s'habiller et se laver de façon autonome en lui enseignant l'utilisation d'aides techniques permettant de compenser ses incapacités actuelles;*
- Améliorer son endurance en position debout afin de pouvoir préparer un repas;*
- Prendre conscience des facteurs de risque de chute et des recommandations à mettre en place afin d'éviter de chuter à nouveau, en lui proposant des aménagements spécifiques.*