

Les chutes chez la personne âgée

Ce programme de prévention s'appuie sur les études socio-démographiques et épidémiologiques nationales. Rappelons quelques chiffres :

- 12 millions de personnes âgées de plus de 60 ans en France.
- 2 millions de personnes âgées de plus de 60 ans chutent chaque année.
- 9000 décès par an dus aux chutes chez les plus de 60 ans.
- 1/3 des chutes sont à l'origine d'une hospitalisation.
- La chute est la 1^{ère} cause d'entrée en institution et de perte d'autonomie.
- Profil du chuteur : femme - âge moyen de 78 à 88 ans - vivant seule - faible activité sociale - troubles du comportement et du sommeil - consommation médicale élevée.
- La prévention des chutes chez les personnes âgées est une priorité nationale reconduite depuis plusieurs années.

Par ailleurs, la conférence régionale de santé a rappelé la priorité des actions de prévention en direction des personnes âgées en Bretagne.

- La démographie Bretonne présente des particularités en faveur d'actions vers les plus de 60 ans.
- Les secteurs prioritaires sont les cantons bretons ayant la plus forte démographie de personnes âgées.

Kiné Ouest Prévention

Kiné Ouest Prévention est une association adhérente du Comité National de Prévention en Kinésithérapie, membre associé de l'Institut National de Promotion pour la Santé.

Nos programmes de prévention concernent différents thèmes de santé publique, santé scolaire et santé au travail : Lombalgies - Troubles Musculo Squelettiques - Stress - Manutentions - Travail sur écran - Chutes...

Nos intervenants sont des kinésithérapeutes formés à la prévention et à l'éducation pour la santé, intervenant dans leurs domaines de compétences, sous la coordination du responsable régional.

Notre siège régional et notre centre de formation sont situés à PORDIC (22). Nous disposons également d'un fond documentaire et d'une gamme de supports pédagogiques et éducatifs multimédias.

Quelques chiffres :

- 35 000 heures d'intervention
- 50 000 bénéficiaires
- 400 partenaires et commanditaires

Vos correspondants EquiliBreizh:
Christian MEIGNAN et
Solène STEUNOU-ROQUINAR'CH

Pour en savoir plus, consulter notre site
www.kineouestprevention.com



Programme régional

EquiliBreizh



Pages 2, 3 et 4 : Le programme

Page 5 : Les chutes chez la personne âgée

Page 6 : Kiné Ouest Prévention

1 Allée du Puits Julien - BP 112 - 22590 PORDIC
Tel : 02 96 58 09 02 - Fax : 02 96 58 09 03
E-mail : Kine.ouest.prevention@wanadoo.fr

Le programme Equilibreizh

1 - Objectifs :

- Sensibiliser les personnes âgées, leur entourage et les professionnels de santé, à l'occasion des conférences « Équilibr'Age ».
- Diminuer la gravité et les conséquences des chutes et concourir au maintien global de l'autonomie chez les participants aux ateliers.
- Dépister d'éventuels troubles de l'équilibre.



2 - Public ciblé :

- Personnes âgées de plus de 65 ans valides.
- Familles, entourage médico-social et professionnel de santé du secteur.

3 - Intervenants :

- 74 kinésithérapeutes formés au dépistage et à la prévention des chutes et des troubles de l'équilibre.

4 - Les actions :

Les conférences « Equibr'Age »

- Quelques chiffres sur les chutes, leurs causes et leurs conséquences.
- Comment aménager les lieux de vie ?
- Comment entretenir son équilibre ?
- Comment se relever après une chute ?

Les ateliers « Equibr'Age »

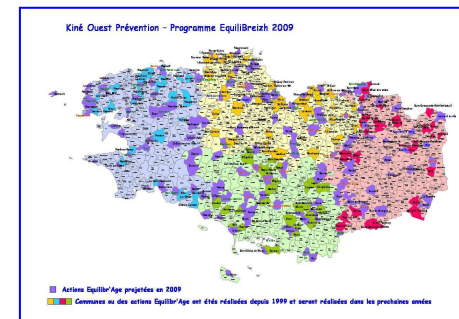
- Echauffement artériel et musculaire.
- Stimulation des différents organes de l'équilibre (oreille interne, oeil, pied).
- Evolution au sol et relevé.
- Parcours d'équilibration à obstacles.



L'évaluation réalisée depuis 1999 a montré chez les participants une diminution des chutes, une amélioration de l'équilibre, une plus grande aisance au relevé du sol, une meilleure confiance en soi et la reprise d'activités physiques.

5 - Le bilan 1999 - 2009 :

- **324 conférences** : 14000 participants
- **414 ateliers** : 4800 participants
- **13 formations et 6 recyclages de kinésithérapeutes** : 160 participants



6 - Partenaires et financeurs :

- Le programme est financé par l'Assurance Maladie et les Conseils Généraux.
- Les C.L.I.C, les mairies, les établissements de personnes âgées, et les associations de retraités sont associés aux actions locales.
- Une concertation existe avec d'autres opérateurs sur ce thème, au sein du programme « Bretagne Equilibre », piloté par la CRAM.

