

## MOOC CHUTE 12

### Mobilité physique avec l'enseignant en activité physique adaptée (EAPA)

Brice SIMON – EAPA à la clinique du château de Goussainville (CLINEA)

Joris COIPEL – EAPA à l'hôpital Rotschild (AP-HP)

Brice SIMON

L'enseignant en activité physique adaptée est un professionnel de santé et du sport qui est issu d'une formation universitaire, STAPS, donc Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives, avec une formation activités physiques adaptées et santé. Son rôle est surtout d'élaborer, d'évaluer et de mettre en place des séances d'activités, un projet d'activités physiques adaptées dans le but d'éduquer la personne à se rééduquer.

On confond régulièrement EPA et kinésithérapeute, par contre nos actions sont bien différentes.

Joris COIPEL

Notre formation est axée sur l'activité physique donc sur, notamment, les différentes façons de travailler un muscle, les différentes façons de travailler sur le plan cardio-respiratoire et c'est en ça que nous sommes différents des kinésithérapeutes.

Brice SIMON

L'enseignant en activité physique adaptée, comparé au kinésithérapeute, lui va être axé sur une approche globale de la personne.

Joris COIPEL

Nous travaillons, au sein de cet hôpital, sur la reprise de la marche, le travail des équilibres statiques et dynamiques, le renforcement musculaire, la réadaptation à l'effort et notamment le maintien des amplitudes actives.

Brice SIMON

J'interviens auprès de personnes en situation de handicap, vieillissantes ou en difficulté sociale et j'amène ces personnes-là à retrouver de l'autonomie et une réinsertion sociale.

Joris COIPEL

Ma fonction ici est de gérer le service de balnéothérapie. On utilise les différentes vertus de l'eau pour pouvoir simplifier l'activité pour les patients qui viennent nous voir. Nous allons commencer la rééducation par une immersion importante pour notamment mettre les personnes à l'aise et leur permettre de reprendre confiance en leur équilibre.

Pour la prévention des chutes, ce que l'on peut préconiser dans le secteur de l'activité physique adaptée c'est justement ce maintien d'une activité qui va permettre d'entretenir musculairement la personne âgée, dans un premier temps, notamment sur le point cardio-vasculaire qui va lui permettre de conserver l'endurance lui permettant de se déplacer sur des plus grandes distances et lui permettre de conserver son autonomie.

Brice SIMON

On a mis en place un atelier Pare à chute avec un atelier pratique. Cet atelier permet d'avoir un parcours de marche. L'objectif est que la personne se débrouille en autonomie sur ce parcours avec des difficultés et retrouve une stabilité appropriée lorsqu'il va repartir chez lui. On a aussi tout ce qui est travail des réactions pare à chute. Donc le travail des réactions pare à chute c'est retrouver une réaction qui est efficace en cas de déséquilibre, ce qu'on perd essentiellement quand on vieillit ou qu'on a déjà chuté.

On a des retours assez positifs sur ces ateliers pratiques puisque qu'en général le patient, lorsqu'il arrive ne se sent pas capable de faire les choses, il se dévalorise énormément, et lorsqu'on l'accompagne justement sur ces séances, le patient est plus motivé et retrouve on va dire une meilleure estime de lui.

Ce qu'il faut savoir c'est que la chute n'est pas une fatalité, il y a des moyens de prévenir la chute, des moyens de la dépister et ça passe par l'enseignant en activité physique adaptée. On est là pour justement amener ces personnes-là à surmonter leurs difficultés et leur déséquilibre dans la marche et on les amène dans l'autonomie et le maintien de l'autonomie.