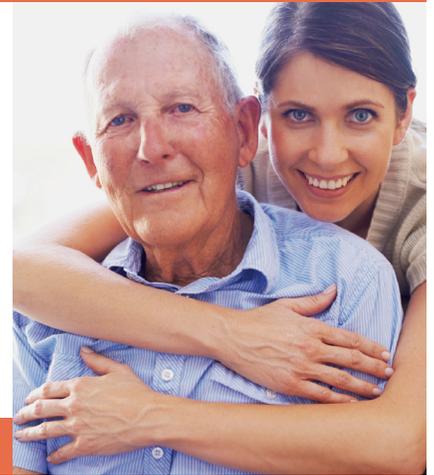


L'ergothérapie et la prévention des chutes

Qu'est-ce que l'ergothérapie?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme faire une promenade avec son chien, faire du jardinage, préparer un repas, peindre, faire la lessive et s'adonner à des jeux. Les occupations font partie de la vie; elles nous définissent et elles sont le reflet de notre façon de nous percevoir. Les occupations donnent un sens à la vie.

Lorsque nous ne pouvons pas participer à des occupations quotidiennes en raison d'une blessure, d'une maladie, d'un handicap ou de circonstances sociales ou environnementales, les ergothérapeutes peuvent nous aider à trouver les solutions qui nous permettront de participer à des activités quotidiennes porteuses de sens. L'ergothérapie peut aussi contribuer à la prévention des handicaps et des maladies, tout en favorisant notre participation dans notre vie personnelle et dans nos communautés. L'ergothérapie nous aide à participer à l'occupation qu'est la vie.



Pourquoi la prévention des chutes est-elle si importante ?

Les chutes sont l'une des causes de blessures évitables les plus fréquentes au Canada. Selon Statistique Canada, 63 % des personnes âgées, 50 % des adolescents et 35 % des adultes en âge de travailler ont subi des blessures à la suite d'une chute. Les activités sportives sont la cause principale des chutes chez les adolescents. Les adultes plus âgés font souvent des chutes en trébuchant, en faisant un faux pas, en marchant ou en effectuant des tâches d'entretien ménager.

Les chutes représentent aussi la cause la plus fréquente d'hospitalisation à la suite d'une blessure et elles sont également la principale cause de blessures entraînant une invalidité partielle permanente (47 %) et une invalidité totale permanente (50 %). En 2004, les chutes ont représenté 6,2 milliards de dollars, soit un fort pourcentage des coûts totaux associés aux blessures au Canada. Les chutes sont la deuxième cause de décès à la suite de blessures non intentionnelles au Canada.

Comment les ergothérapeutes peuvent-ils contribuer à la prévention des chutes?

Les ergothérapeutes abordent la prévention des chutes en examinant les facteurs personnels, environnementaux et comportementaux qui ont une influence sur la participation des gens à des activités à la maison et dans la communauté. Les ergothérapeutes travaillent avec d'autres professionnels afin d'évaluer et d'aider les clients à acquérir les habiletés requises pour mener une vie saine et significative, en faisant notamment de la prévention.

Que font les ergothérapeutes?

- Élaborer des solutions simples et élégantes pour prévenir les chutes, comme en mettant du sable sur les surfaces glissantes, en vérifiant la stabilité des rampes et en enseignant aux clients comment marcher avec une canne ou tout autre aide à la mobilité.
- Adapter et modifier le domicile et le milieu de travail des clients pour réduire au minimum les risques de blessures causées par une chute.
- Travailler avec les employés qui ont subi des blessures et leurs employeurs, afin de concevoir un horaire quotidien d'activités significatives et progressives qui les aidera à réduire les risques que les employés se blessent (à nouveau) et à améliorer leur condition physique.
- Concevoir des outils et des ressources en vue d'inciter les personnes de tous âges à mener une vie active.
- Formuler des recommandations et des stratégies à l'intention des communautés, des parties prenantes et des décideurs, afin de veiller à ce qu'ils aménagent des espaces publics sécuritaires et accessibles.
- Aider les clients ayant fait une chute à regagner leur confiance face à leur vie quotidienne.

Dans quels milieux les ergothérapeutes travaillent-ils?

Les ergothérapeutes travaillent avec des professionnels de la santé et d'autres professionnels dans divers endroits, comme les établissements de soins de longue durée, les services de soutien communautaire, les équipes de santé familiale, les hôpitaux et le domicile des clients.

Les ergothérapeutes travaillent également avec différentes organisations, comme les organismes gouvernementaux et communautaires, les décideurs et les fournisseurs de soins, afin d'élaborer des programmes et des ressources.

L'ergothérapie est vraiment efficace!

George était en train de déneiger le sentier menant à sa maison, lorsqu'il a glissé sur une plaque de glace. George s'est fracturé la hanche et il est à l'hôpital depuis plusieurs semaines. Il est supposé recevoir son congé, mais il semble avoir perdu confiance en sa capacité de se débrouiller seul à la maison. Il a dit à sa fille qu'il doutait de sa capacité de se déplacer dans la maison et d'en faire l'entretien et qu'il se demandait si la maison était encore un endroit sécuritaire pour lui et pour les autres. La fille de George lui a suggéré d'en parler avec une ergothérapeute. L'ergothérapeute a évalué la mesure selon laquelle George pouvait prendre soin de lui-même et elle lui a fait des suggestions pour améliorer sa sécurité à domicile. Elle a aussi vérifié s'il pouvait conduire sa voiture en toute sécurité. George est plus confiant face à son retour à domicile et il a hâte de retrouver ses amis au café du coin. Grâce à l'ergothérapie, George s'en sortira très bien.

