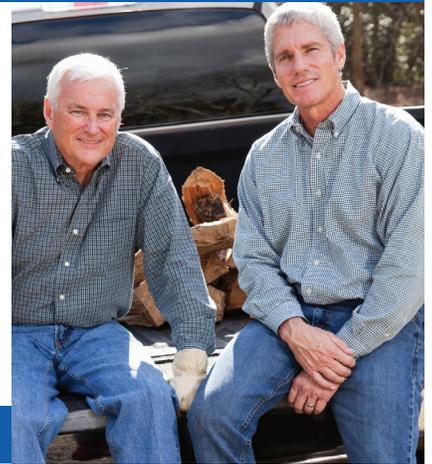


L'ergothérapie et la sécurité des conducteurs âgés

Qu'est-ce que l'ergothérapie?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme faire une promenade avec son chien, jardiner, 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 nos activités personnelles et dans notre communauté. L'ergothérapie nous aide à participer à l'occupation qu'est la vie.



Pourquoi la sécurité des conducteurs âgés est-elle un sujet d'actualité?

L'âge à lui seul ne détermine pas si une personne est apte à conduire en toute sécurité; toutefois, il est important de reconnaître les changements qui surviennent au niveau de la vision, de la perception, des fonctions cognitives et des capacités physiques et qui peuvent avoir des répercussions sur la conduite automobile. Par exemple, des changements dans les fonctions cognitives et de perception ont été associés à un plus grand risque d'accidents. Par ailleurs, des problèmes médicaux spécifiques, comme le diabète et les accidents vasculaires cérébraux, peuvent avoir des effets sur la conduite automobile.

Les personnes âgées représentent le segment de la population de conducteurs dont la croissance est la plus rapide. De nos jours, près de 2,7 millions de conducteurs âgés de plus de 65 ans circulent sur les routes canadiennes. On a longtemps pensé que les conducteurs âgés étaient les plus prudents sur la route, compte tenu de leur expérience et du nombre de kilomètres parcourus au cours de leurs nombreuses années de conduite. Toutefois, malgré cette expérience, des données probantes montrent que les conducteurs âgés ont plus de collisions par kilomètre parcouru que tout autre groupe. Par ailleurs, les conducteurs âgés qui subissent des blessures lors d'accidents de la route récupèrent plus lentement de leurs blessures ou risquent davantage de mourir de leurs blessures.

Comment les ergothérapeutes peuvent venir en aide aux conducteurs âgés?

Les ergothérapeutes savent que la conduite automobile est liée à l'autonomie et à l'indépendance et qu'elle contribue à la qualité de vie et au bien-être. La conduite automobile permet aux gens de se rendre où ils doivent et veulent aller pour participer aux occupations quotidiennes de leur vie. Depuis très longtemps, les ergothérapeutes élaborent des stratégies pour aider les conducteurs à éviter et réduire les blessures et les accidents et promouvoir les bonnes habitudes au volant, en vue de favoriser la participation du groupe croissant de conducteurs âgés dans leurs communautés. Les ergothérapeutes croient que la conduite automobile est un privilège et que la mobilité est un droit.

Que font les ergothérapeutes?

- Évaluer l'aptitude à la conduite automobile, concevoir des programmes en vue d'améliorer la prudence au volant ou aider à trouver d'autres moyens de transport.
- Vérifier s'il y a une ligne de visée claire au-dessus du volant.
- Vérifier l'espace entre le coussin gonflable/le volant et le sternum du conducteur.
- Optimiser la position de l'appui-tête et du siège.
- Vérifier si la ceinture de sécurité est portée et ajustée correctement.
- Vérifier si les rétroviseurs sont bien réglés pour réduire au minimum les angles morts.
- Enseigner des stratégies pour aider les gens à conduire en toute sécurité ou pour les préparer à renoncer à conduire.
- Recommander de l'équipement adapté pour améliorer la conduite automobile.

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 communautés, les écoles, les milieux de travail, les cabinets privés, les résidences pour personnes âgées et les prisons.

L'ergothérapie est vraiment efficace!

Max et son conjoint avont récemment pris leur retraite. Dans leur nouvelle vie, ils se déplacent fréquemment en voiture, entre leur demeure principale et leur maison de campagne. Ils partagent le volant sur le trajet de 90 minutes. Cependant, ils ont remarqué qu'à chaque fois qu'ils changent de conducteurs, ils doivent régler le siège et les rétroviseurs pour répondre à leurs besoins individuels. Ils aimeraient savoir s'ils règlent correctement tous les équipements de sécurité et veulent aussi apprendre davantage sur certaines adaptations qui pourraient soulager en partie la douleur au cou du conjoint et comment compenser les mouvements limités de son cou. Ils ont assisté à un événement AutoAjuste et l'ergothérapeute les a observés dans leur véhicule et a profité de l'occasion pour discuter de certaines préoccupations concernant la conduite et la sécurité. Elle a montré des adaptations courantes pour la voiture et a enseigné quelques bonnes habitudes au volant. Elle a aussi exploré quelques options, comme la possibilité de consulter un fournisseur de soins de santé ou un spécialiste en réadaptation à la conduite automobile. Grâce à l'ergothérapie, Max et son conjoint ont plus de confiance et sont plus à l'aise derrière le volant.

