

Prévenir les chutes – mais comment ?

La prévention des chutes chez les personnes âgées en Suisse constitue un défi pour les physiothérapeutes. Une étude transversale montre quelles sont les méthodes les plus souvent utilisées afin de prévenir les chutes.

Texte : Morgane Duc

Selon l'Organisation mondiale de la Santé, la proportion de personnes âgées de plus de 60 ans doublera d'ici 2050 pour dépasser deux milliards d'individus. Les changements biologiques liés à l'âge sont associés à une forte augmentation de la prévalence des chutes. En Suisse par exemple, 23% des personnes de plus de 65 ans et même 33% des plus de 80 ans ont chuté au moins une fois en 2017.

Les chutes sont souvent mal ou trop peu rapportées par les personnes âgées. Les guidelines recommandent donc l'utilisation régulière d'outils d'évaluation multifactoriels pour déterminer leur risque de chute. En tant que spécialistes du mouvement, les physiothérapeutes ont ici un rôle essentiel à jouer.

En 2020, aucune donnée publiée sur la mise en pratique de ces recommandations auprès des personnes âgées vivant à domicile n'était disponible en Suisse. Un

questionnaire en ligne a donc été développé et diffusé aux physiothérapeutes exerçant dans notre pays. Au total, les réponses de 938 participant·e·s provenant des trois régions linguistiques ont été évaluées.

Les principaux résultats :

De manière générale, des tests ou instruments standardisés étaient utilisés par 62% des participant·e·s. En les répartissant en catégories mutuellement exclusives, on constate que 49% d'entre elles et eux combinaient des évaluations subjectives et standardisées. Toutefois, 25% des physiothérapeutes réalisaient uniquement une évaluation subjective, basée principalement sur l'observation. De plus, la probabilité d'utiliser une évaluation standardisée était 1,93 fois plus élevée chez les participant·e·s travaillant dans un environnement institutionnel (hôpitaux, cliniques et maisons de retraite) que chez celles et ceux travaillant dans des cabinets privés.

Des efforts sont encore nécessaires afin que le risque de chute de tous les patient·e·s de plus de 65 ans soit évalué au moins une fois

Les mesures efficaces de prévention des chutes comprennent trois étapes principales :

1 «Screening»

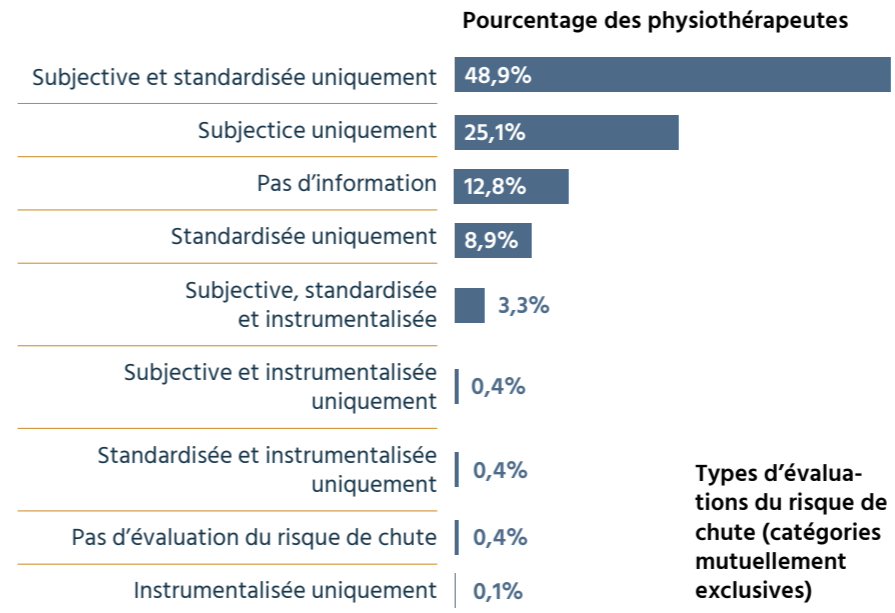
dépistage permettant d'identifier un risque accru de chute. Dans les maisons de retraite, tous les adultes âgé·e·s devraient être considérés comme étant à haut risque.

2 «Assessment»

en cas de risque avéré, les facteurs intrinsèques et extrinsèques du risque de chute feront l'objet d'évaluations supplémentaires.

3 «Intervention»

mise en place d'interventions multifactorielles et individualisées appropriées.



par année. La mise en œuvre d'une évaluation standardisée du risque chez les physiothérapeutes travaillant en cabinet privé, seul·e·s ou à temps partiel devrait notamment être soutenue compte tenu des barrières rapportées.

Les tests les plus fréquemment utilisés étaient la Berg Balance Scale (57,5%), le Timed-Up-and-Go (56,5%) et le test de Tinetti (46,7%). Seuls quelques participant·e·s ont mentionné des algorithmes tels que la Stopping Elderly Accident, Death, and Injuries Algorithm (STEADI, 0,2%). A ce propos, il semble primordial de clarifier la différence entre outils de screening (évaluation de la présence d'un risque) et d'assessment (évaluation des facteurs de risque). En effet, les participant·e·s qui ont déclaré utiliser un outil de dépistage ont en fait spécifié un outil conçu pour évaluer la mobilité ou l'équilibre (des facteurs de risque) plutôt que des outils conçus spécifiquement à cette fin, comme le STEADI. Il convient de souligner

que nous n'avons pas analysé si les participant·e·s utilisaient ces outils de manière isolée ou combinée.

Finalement, seuls 35% des physiothérapeutes estimaient qu'une évaluation systématique et standardisée du risque de chute des nouveaux patient·e·s de plus de 65 ans devrait être mise en place. Les principaux obstacles à cette approche étaient le manque de ressources techniques (39,8%), de connaissances théoriques (30,3%) et de temps (22,2%). Ainsi, l'adaptation et l'implémentation d'un outil d'évaluation rapide et simple d'utilisation tel que le STEADI, l'augmentation du temps disponible pour l'évaluation initiale mais également la mise en place de procédures uniformes et standardisées entre les différents prestataires de soins de santé en Suisse pourraient être des approches à considérer.

En conclusion, cette étude a montré que la plupart des physiothérapeutes effectuent une forme d'évaluation du risque de chute.

De plus, beaucoup d'entre eux sont conscients du problème puisqu'ils évaluent et conseillent fréquemment leurs patient·e·s sur les facteurs de risque. Cependant, malgré les recommandations actuelles, la procédure demeure encore trop souvent non systématique et basée sur des critères subjectifs. Il y a donc globalement un potentiel d'amélioration en Suisse afin de mettre en œuvre de meilleures pratiques et de prévenir les chutes évitables au sein de la population âgée vivant en communauté. ■



Pour en savoir plus :

À télécharger : travail de recherche «Current practices of physiotherapists in Switzerland regarding fall risk-assessment for community-dwelling older adults: A national cross-sectional survey»



Morgane Duc

MSc en physiothérapie
✉ morganeduc.pro@gmail.com