

RESUME

Le jeune adulte atteint de paralysie voit sa vie changer lorsqu'il quitte la structure qui l'a pris en charge depuis son enfance. Bien souvent, il souhaiterait ne plus avoir un rythme aussi soutenu qu'auparavant : une partie de sa jeunesse s'étant passée dans une salle de rééducation. Il n'a qu'une envie : prendre le large, fuir la kiné. Cependant, pour préserver ses acquis fonctionnels et son autonomie, il se doit de continuer sa prise en charge rééducative à vie.

Dans le cadre de l'éducation thérapeutique, il nous semblait judicieux de proposer un livret afin de faire participer plus activement cette population de patients à leur rééducation. Cet outil thérapeutique s'est vu réalisé dans un souci de pleine prise de conscience de leur pathologie et de ses conséquences évolutives. Il propose une série d'exercices ayant pour but de mobiliser activement des membres spastiques, dont l'état orthopédique est souvent compromis par les rétractions, la région cervicale figée et il explique également un exercice améliorant la participation aux transferts.

En lien direct avec l'équipe thérapeutique du centre de l'enfance et la volonté d'une collaboration avec le thérapeute de la structure d'accueil, ce livret « mes exercices quotidiens » se veut d'être un produit présent dans la vie du patient, efficace et utile.

Mots clefs : jeune adulte, paralysie cérébrale, autonomie, spasticité, rétractions, livret.