

RÉSUMÉ

La chute chez les personnes âgées est un évènement traumatisant aggravant le handicap déjà induit par un corps en plein changement physiologique dont découle une multitude de déficiences et incapacités. Le kinésithérapeute joue un rôle important d'optimisation des capacités fonctionnelles restantes et de prévention face aux risques de nouvelles chutes.

Dans ce travail, nous nous sommes intéressés aux capacités motrices et posturales chez une personne de 88 ans hospitalisée après une chute à son domicile. Nous avons utilisé le Test Moteur Minimum (TMM) et le Timed Up and Go (TUG) comme critères d'autonomie ainsi que la vitesse de marche, le test unipodal, le test assis-debout 30 secondes et le Stop walking when talking test comme indicateurs du risque de chute et le questionnaire Short FES-I pour objectiver la peur de tomber.

Notre prise en charge s'est traduite par une rééducation de l'équilibre stato-dynamique via des stimulations variées sur les différents récepteurs de l'équilibre, un renforcement musculaire des membres inférieurs ainsi que l'apprentissage des réactions parachutes et du relevé du sol pour la prévention des chutes.

Suite à un mois de rééducation à hauteur d'une séance quotidienne de 30 minutes, les critères d'autonomie se sont améliorés (augmentation de 4 points du TMM et diminution de 20 secondes du TUG) et la peur de chuter a diminué (diminution de 3 points de la Short FES-I) ne permettant cependant pas à notre patient de regagner son domicile. Parmi les indicateurs de risque de chutes : seuls la vitesse de marche et le test assis-debout 30 secondes ont été améliorés contrairement aux tests de l'équilibre unipodal et de la double tâche qui restent négatifs et donc significatifs d'un important risque de chute.

Mots clés : « personne âgée », « chute », « troubles de l'équilibre », « prévention »

Key words: « elderly person », « fall », « balance disorders », « prevention »