

Animer la prévention des chutes des personnes âgées avec le jeu Perkichute® et dépister les potentiels sujets chuteurs



Objectif

Être capable d'animer la prévention des chutes à l'aide de l'outil Perkichute® et repérer les sujets chuteurs à haut risque et adapter les moyens de prévenir les chutes des personnes âgées à travers des tests de dépistage.

Modalité pédagogique — PRÉSENTIEL et CLASSE VIRTUELLE

— EN RÉSUMÉ

Cette formation se destine à toutes personnes investies auprès des personnes âgées désireuses de s'impliquer dans cette problématique majeure. Le jeu Perkichute® est un outil d'éducation à la santé qui permet de faire comprendre à un public à risque la multifactorialité de la chute de manière ludique. Les tests de dépistage de sujets chuteurs complètent la démarche de prévention en permettant à ces mêmes personnes de repérer un éventuel sujet chuteur grâce à une large variété de tests ayant pour but d'analyser un niveau de risque et d'affiner la connaissance de cette problématique.

À l'issue de la formation, les stagiaires seront en capacité de sensibiliser les personnes âgées et les aidants à la prévention des chutes en prenant en compte les différents facteurs de risque et en étant capable de les expliquer. Ils seront à même également d'analyser les fragilités intrinsèques des personnes qu'ils accompagnent et de leur apporter conseils et préconisations afin de prévenir le risque de chute ou de rechute.

— COMPÉTENCES VISÉES

- Identifier l'importance du risque de chute chez la personne âgée.
- Repérer les personnes âgées à risque et à haut risque de chute et évaluer à l'aide de grilles de cotation les capacités d'équilibre, de marche et de contrôle postural.
- Accompagner et mettre en œuvre la prévention des chutes avec l'outil Perkichute®.

— PÉDAGOGIE

Pédagogie ludique et applicative, vidéos de démonstration. Applications concrètes. Grilles et outils d'analyse décryptés.

50% pratique, 50% théorique.

Le programme

1 Identifier l'importance du risque de chute chez la personne âgée

- Les chutes en chiffres : accidents de la vie courante, pourquoi s'y intéresser.
- La fréquence des chutes en fonction de l'âge et du lieu.
- Les conséquences physiques, psychologiques et économiques des chutes de la personne âgée.
- Les facteurs de risques extrinsèques et intrinsèques.
- Focus sur les facteurs médicamenteux.

2 Repérer les personnes âgées à risque et à haut risque de chute

- Les éléments prédictifs du sujet à risque et à haut risque.
- Les tests à connaître :
 - Timed Up & Go** → Détecter les chutes antérieures et analyser le risque de chutes au cours de la marche.
 - Get Up & Go** → Analyser la stabilité de la personne, grâce à un exercice en mouvement.

L'équilibre en appui unipodal →

Déterminer le risque de chute en testant l'équilibre sur un pied (test chronométré).

Walking and Talking → Diagnostiquer les sujets à risques en exécutant plusieurs tâches en même temps.

La poussé sternale → Analyser les altérations des anticipations posturales.

- Les tests avancés pour aller plus loin dans l'analyse :

Le test de Tinetti → Examiner les anomalies de l'équilibre et de la marche dans des situations de la vie quotidienne

Test de Berg → Évaluer l'équilibre par l'observation de la performance de 14 mouvements habituels,

Index de marche dynamique → Évaluer la capacité de la personne à marcher dans des situations comportant des demandes externes verbales (équilibre et contrôle postural)

- Connaître les facteurs de risque biologiques, psychosociaux, comportementaux et environnementaux

FORMATION



Qualifiante

— 1,5 jour

Référence —

PKTSUCHU

PRÉREQUIS

Un ordinateur et une connexion internet.

PUBLIC

Aidants professionnels et familiaux, soignants.

DÉROULÉ DE LA FORMATION

Module e-learning : 3h30 - vidéo de cours et travail personnel.

Intersession : 1 mois environ.

Module présentiel : 1 jour.

ORGANISATION

De 4 à 10 stagiaires.

INTERVENANTS

Formateurs spécialisés dans la prévention des chutes chez la personne âgée.

ÉVALUATION

Évaluation par quizz en fin de module e-learning. Délivrance d'une attestation de fin de formation et d'un certificat de réalisation. Évaluation à chaud et à froid.



[Aussi disponible en e-learning](#)