

# Rôle de l'activité physique dans le reconditionnement physique des personnes âgées : étude rétrospective au sein d'un hôpital de jour de Soins Médicaux et de Réadaptation

## Introduction

La mise en place d'un programme d'activité physique adaptée (APA) permet à la personne âgée d'améliorer ses capacités fonctionnelles afin de maintenir son autonomie à domicile et de prévenir le risque de chute. L'étude menée au sein de l'hôpital de jour (HDJ) Côte Normande d'Ifs est une étude rétrospective visant à évaluer les effets sur les capacités fonctionnelles d'un programme de rééducation intégrant de l'APA en HDJ chez des patients âgés fragiles et à risques de chutes.

## Matériels et méthode

Une étude quantitative a permis de comparer les capacités fonctionnelles initiales et finales de 245 patients ayant bénéficiés d'une prise en charge APA en HDJ d'avril 2021 à mai 2023.

Les résultats des tests physiques (Short Physical Performance Battery (SPPB), Timed Up and Go (TUG), test de marche de 6 minutes (TM6), lancer de médecine Ball), ont été analysés avec un test des rangs signés de Wilcoxon. Ce test a permis de comparer les résultats avant et après le programme de rééducation.

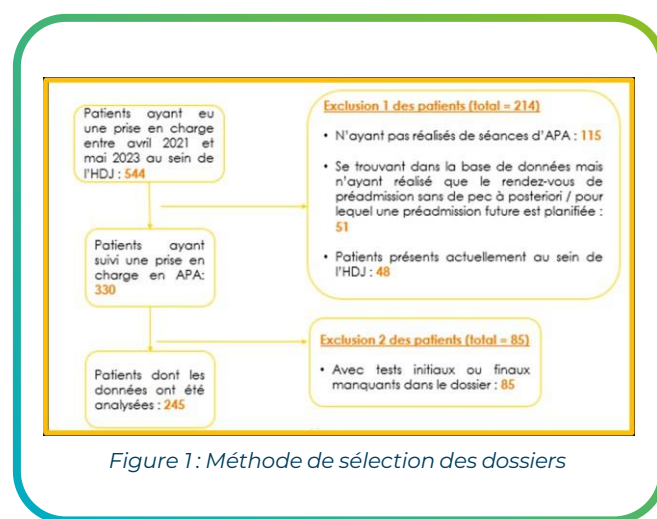


Figure 1: Méthode de sélection des dossiers

## Résultats

Pour l'ensemble des tests physiques, les tests ont indiqué que les performances mesurées après le suivi du programme de rééducation en HDJ sont significativement supérieures à celles obtenues lors du bilan initial ( $p < .001$ ).

	Moyenne pré-intervention	Moyenne post-intervention	P-Value (Wilcoxon-rank)
SPPB Total	7.26 (2.99)	9.03 (2.76)	<.001
SPPB équilibre	2.92 (1.19)	3.32 (1.05)	<.001
SPPB vitesse de marche	2.62 (1.34)	3.23 (1.11)	<.001
SPPB force explosive des MI	1.72 (1.35)	2.46 (1.43)	<.001

Tableau 1: Résultats obtenus au SPPB (Paired-Sample T-test)

	Moyenne pré-intervention	Moyenne post-intervention	P-Value (Wilcoxon-rank)
TUG	14.40 (6.82)	12.27 (7.73)	<.001
TM6	265.25 (104.41)	308.74 (115.50)	<.001
Lancer de MB	2.17 (0.5)	2.33 (0.54)	<.001

Tableau 2: Résultats obtenus au TUG, au TM6 et au lancer de MB

## Conclusion

Les services proposés par l'hôpital de jour de la clinique SMR côte Normande d'Ifs représentent une belle opportunité pour les personnes âgées faisant face à des troubles de la marche et de l'équilibre.

L'étude rétrospective menée sur 245 dossiers patients a montré des effets plus que positifs du programme de rééducation sur le plan fonctionnel.

En parallèle, les patients et les familles nous partagent leurs ressentis en nous exprimant de vrais gains, aussi bien fonctionnels que psychologiques, s'expliquant notamment par le caractère socialisant des séances.