

# Prévention des chutes chez la personne âgée

## CONTEXTE

En France, la chute des personnes âgées est considérée comme un véritable problème de santé publique

2 millions de personnes âgées chutent chaque année en France, parmi elles, 9000 décèdent des suites de leurs blessures

## Quel est le risque de chute d'une personne âgée et comment l'éviter ?

Une personne sur trois de plus de 65 ans chute au moins une fois par an. Au-delà de 80 ans, c'est une personne sur deux.

Dans la majorité des cas, la chute résulte de plusieurs facteurs. On distingue les risques liés à l'état de santé, à un environnement mal adapté et/ou à un comportement à risque.

La pratique d'une activité physique, la sécurisation de l'environnement et les conseils d'hygiène de vie permettront de réduire les risques de chute.

## OBJECTIF ET PRE REQUIS

Repérer les personnes âgées à risque de chute

Identifier les causes et les facteurs de risque

Interventions Préventives

Prérequis : Aucun

## CATÉGORIE PROFESSIONNELLE

Toute personne travaillant auprès des personnes âgées (IDE, AS...)

## CONCEPTEUR – FORMATEUR

Cadre Kinésithérapeute, Formatrice en gestes et postures au travail

## METHODE – MODE D'EXERCICE DU PARTICIPANT

Méthode démonstrative et interactive. Apprentissage gestuel

Mode d'Exercice du Participant : Formation présentielle



# Prévention des chutes chez la personne âgée

Un support de formation est remis à chaque participant

## CONTENU

Définition de la chute et ses enjeux.

Causes et facteurs de risques des chutes (liées au vieillissement physiologique, aux pathologies, aux comportements, à l'environnement).

La marche normale de la personne âgée, le déséquilibre postérieur ou la peur de la chute : règles essentielles pour aider à la marche, quelles aides techniques proposer ?

Activation de la personne âgée : comment entretenir les récepteurs, éviter les enraidissements, et préserver le savoir-faire moteur des personnes âgées dans les actes de la vie quotidienne

Aménagement de l'environnement et conseils d'hygiène de vie (nutrition, gymnastique, ...).

Apprentissage du relever du sol.

## MODALITE D'EVALUATION

Au début de la formation, un recueil des attentes des participants sera réalisé ainsi qu'une évaluation des acquis en début de formation.

A l'issue de la formation, une évaluation des acquis de la formation (Article L.6353-1 du Code Du Travail) et de la satisfaction seront réalisées par le formateur. Le prestataire délivrera au stagiaire une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

