

# Comment associer activité physique et éducation thérapeutique en réadaptation cardiaque ?

## « Le parcours d'orientation éducatif »

*How to associate physical activity and therapeutic education in cardiac readjustment? "The educational orienteering trip"*

Centre les Hautois, place de la 4<sup>e</sup>-République, 62590 Oignies, France

David Métron  
Patrick André  
Caroline Grison  
Marie Six

Reçu le 22 octobre 2012 ; accepté le 14 décembre 2012

### RÉSUMÉ

Le « parcours d'orientation éducatif » est un outil ludique qui permet de faire le bilan des acquis des différentes séances d'éducatives thérapeutiques, à l'occasion d'une activité de marche extérieure. C'est un outil d'évaluation par thème correspondant à une éducation. Chaque fiche est nominative pour être intégrée au dossier éducatif. Cette activité n'a pas de temps imparti : chaque patient la fait à son rythme et si possible seul. Les thérapeutes qui encadrent l'activité (enseignant APA, kinésithérapeute) accompagnent les patients tout au long du parcours sans donner d'indications. À la fin du parcours, s'il y a des erreurs, nous effectuons un temps éducatif avec le patient au cours duquel nous essayons d'analyser ce qui n'a pas été et, sans lui donner directement la réponse, nous l'orientons vers la bonne solution. La fiche de bilan recense les différents points sur lesquels le patient a commis des erreurs. Elle est visible par l'ensemble des thérapeutes qui le suivent et par chaque acteur des différents thèmes d'éducation, ce qui leur permettra d'objectiver ce que le patient a retenu. L'intérêt de cette fiche est d'évaluer nos techniques, nos outils, ainsi que la démarche pédagogique qu'il faudra adapter si le message n'est pas compris et retenu. Les patients ont un vécu positif de l'activité. Ils en font ressortir le caractère ludique et ne ressentent pas ce temps qui nous sert d'évaluation comme tel.

*Niveau de preuve.* – Non adapté.

© 2013 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

### SUMMARY

*"Educational orienteering trip" is a fun tool which will allow to measure progress and assets of various therapeutic educations during outdoor walking sessions. It is a tool for evaluation by topic which compares itself to an education. Each card is personal for be integrated into the educational file. This activity does not have assigned times: each patient takes part in his own rhythm and alone if possible. The therapists who regulate the activity (sports teacher, physiotherapist) accompany the patients throughout the course without giving indications. At the end of the course, if there are errors, we carry out an educational time with the patient while we try to analyze what went wrong and, without giving the answer directly, we direct the patient towards the right one. The card of assessment enables us to collect various points on which the patient made mistakes. It is made visible to the string of therapists who follow like each participant of different topics of education, which will enable them to specify what the patient has remembered. The interest of this card is to evaluate our techniques, our tools as our teaching pattern which will have to be adapted if the message is not included/understood and is not remembered. The patients go through this in a very positive way. It's the fun character that comes out of this and do not feel that we use this for assessment time.*

*Level of evidence.* – Not applicable.

© 2013 Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

### Mots clés

Activité physique  
Éducation thérapeutique  
Évaluation  
Ludique  
Marche  
Motivation  
Parcours d'orientation

### Keywords

*Physical activity  
Education therapeutic  
Assessment  
Fun  
Walk  
Motivation  
Orienteering trip*

DOIs des articles originaux :  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.kine.2012.12.069>,  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.kine.2012.12.071>,  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.kine.2012.12.070>

### Auteur correspondant :

**D. Métron,**  
Centre les Hautois, place de  
la 4<sup>e</sup>-République, 62590  
Oignies, France.  
Adresse e-mail :  
david.metron@orange.fr

## INTRODUCTION

Nous avons voulu savoir comment il est possible d'associer activité physique et éducation thérapeutique en réadaptation cardiaque.

*Notre volonté était de proposer un parcours d'éducation thérapeutique, notamment afin de faire le bilan des acquis des séances d'éducation thérapeutique pendant une activité de marche à l'extérieur.*

Nous avons décidé d'utiliser un outil ludique afin de permettre aux patients de prendre du plaisir, ce qui augmente la motivation et donc la participation active à cette activité. Il nous a paru intéressant d'utiliser la marche pour cette activité, étant donné qu'elle est pratiquée par le plus grand nombre des patients et qu'elle a prouvé son efficacité dans la prévention des risques cardiovasculaires [1].

L'éducation du patient en réadaptation cardiaque consiste à lui faire acquérir et maintenir des connaissances et des compétences dans différents domaines, comme les facteurs de risques cardiovasculaires, les traitements médicamenteux, la diététique, l'activité physique. Elle peut également renseigner le patient sur les attitudes thérapeutiques à adopter, en l'incitant à accomplir lui-même des tâches qui pourraient être assurées par des soignants dans un autre contexte [2].

## MÉTHODE

Notre premier objectif était de fédérer toute l'équipe autour de ce projet afin de construire l'outil susceptible de « bilancer » l'ensemble des connaissances abordées durant le programme. Pour cela, nous avons réalisé différentes fiches-bilans des compétences que les patients devaient acquérir lors du programme. Nous avons identifié ce qu'ils devaient comprendre, appliquer, savoir, savoir-faire et ce qu'il leur restait éventuellement à acquérir [3] avant la fin des séances. Nous devons également analyser les stratégies mises en place par les patients pour s'adapter au quotidien par rapport à leur pathologie. Cette évaluation peut s'effectuer au fur et à mesure du programme d'éducation thérapeutique.

Notre deuxième objectif était de procéder à une évaluation individuelle. Pour cela, il a fallu valoriser les transformations intervenues chez le patient : acquisition de compétences, vécu de sa maladie au quotidien, autodétermination et capacité d'agir. Il a également fallu actualiser le diagnostic éducatif au fur et à mesure du séjour, partager des informations et organiser une concertation avec les professionnels impliqués dans le suivi [4].

Nous souhaitons également proposer aux patients une nouvelle méthode d'éducation thérapeutique, par laquelle les résultats sont discutés avec eux en fin d'activité en tenant compte de leurs souhaits et du suivi de la maladie chronique pour faire le point et développer leurs compétences d'auto-évaluation. L'objectif étant d'individualiser le déroulement et le contenu du suivi afin de les adapter à une utilisation dans la vie quotidienne.

Nous visions à confirmer la pertinence du diagnostic éducatif et l'acquisition des compétences en fonction des priorités d'apprentissage, et permettre aux patients d'exprimer le vécu

de leur maladie chronique et leur manière de la gérer au quotidien.

## PRÉSENTATION DE L'OUTIL

### Réalisation des fiches d'évaluation

Le « parcours d'orientation éducatif » est un outil d'évaluation à caractère ludique qui s'organise par thèmes, chacun d'eux correspondant à une séance d'éducation. Nous avons réalisé une fiche-bilan pour chaque séance d'éducation thérapeutique dispensée lors du séjour des patients. Nous en avons créées sept : au sujet des médicaments, des facteurs de risque, de l'activité physique, de la diététique, du stress, de l'ergothérapie et du tabac.

Pour chacune d'elles, nous avons choisi six items qui reprennent les objectifs spécifiques de chaque séance. Chaque fiche se compose de questions orientées et individualisées ou à choix multiples. On peut par exemple demander au patient de citer ses propres facteurs de risque cardiovasculaire et non l'ensemble.

### Réalisation du parcours d'orientation

Nous avons également établi un plan du parc signalant les différentes balises sur lesquelles seront notées les questions (Fig. 1). Pour chaque fiche, le patient doit retrouver les six balises correspondant aux six questions. Les parcours des sept fiches sont différents afin que les patients n'effectuent pas l'activité ensemble et qu'ils ne s'aident pas pour les réponses. Chaque balise est numérotée et intègre deux questions sur deux thèmes différents (Fig. 2). Les différentes fiches et balises des parcours présentent un code couleur différent qui permet de mieux les reconnaître.

### Mise en place et déroulement de la séance

Au début de l'activité, chaque patient dispose d'un plan de l'établissement ainsi que d'une fiche-bilan (Fig. 3) correspondant à un thème d'éducation qu'il a déjà abordé au cours de son programme d'éducation. Chaque fiche est nominative car elle sera intégrée au dossier éducatif et permettra d'identifier pour chaque patient les points sur lesquels il faudra revenir. Une fois la distribution faite, une explication précise les principes et objectifs de l'activité et vise à vérifier que tous les patients ont bien compris ce qu'ils doivent effectuer et comment ils doivent s'orienter.

Chaque patient peut ainsi partir à la recherche des balises pour remplir ses fiches-bilan. Cette activité n'a pas de temps imparti : chaque patient le fait à son rythme et si possible seul, même si d'autres patients ont choisi un thème identique. Les thérapeutes qui encadrent l'activité (enseignant APA, kinésithérapeute) accompagnent les patients tout au long du parcours sans donner d'indication. Un soignant se place à côté des balises où une action est évaluée, afin de vérifier que celle-ci est réalisée correctement (exemple : prendre son pouls).

Une fois la fiche remplie, nous la récupérons et la corrigeons avec le patient (Fig. 4). Si la fiche présente des erreurs, nous organisons un temps éducatif avec le patient où nous essayons d'analyser l'erreur sans lui donner directement la réponse, nous l'orientons vers la bonne résolution.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2623276>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2623276>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)