

Imoove 100

L'INNOVATION EN MAISON DE RETRAITE

Bien connue des spécialistes du mouvement et de la performance, la plateforme Imoove se révèle également **bénéfique dans le cadre d'une activité physique adaptée (Apa) pour des personnes âgées**. Explications avec Jean-Pascal Douissard et Jean-Marc Pagès, kinésithérapeutes, qui l'utilisent en maison de retraite. PAR SOPHIE CONRARD

“**A**u début, on m'a pris pour un fou !”, se souvient avec amusement Jean-Pascal Douissard. Lorsqu'il a proposé à la maison de retraite (groupe Emera) où il exerce d'installer un Imoove dans la salle de kinésithérapie, certains regards étaient dubitatifs. Mais la direction lui a fait confiance et le pari s'est révélé fructueux pour les résidents : “Il ne s'agit pas seulement d'entretien, on les fait progresser.” Aujourd'hui, l'activité de kinésithérapie est même devenue un atout de l'établissement, qui la met en avant. Pour aller plus loin, la société Allcare Innovations a mis au point l'Imoove 100, un modèle plus petit et plus accessible à ce profil de patients. L'intérêt des séances est d'entretenir la marche et l'autonomie, et de lutter contre la sarcopénie qui guette tous les résidents. “Le corps est sollicité dans sa globalité, à travers la mobilité articulaire, l'activité musculo-tendineuse, la proprioception, la coordination et l'équilibre. Sans oublier la dissociation des ceintures, le pas pelvien, la gestuelle de la marche, ainsi que les réflexes posturaux et de protection, souvent diminués”, détaille Jean-Marc Pagès.

Le patient travaille en 3D...

Le principal atout de cette plateforme est de pouvoir travailler en trois dimensions – par différence avec la marche rectiligne généralement proposée entre deux barres parallèles ou au bras d'un praticien. “La mobilisation du corps dans les trois dimensions fait appel aux sensations du

patient et permet de solliciter au-delà de ses fonctions cognitives. Une stimulation qui peut être renforcée par des exercices en double tâche : monter sur la plateforme et suivre une cible, faire un pas en avant puis un en arrière, tendre un bras vers la salle, etc. Un travail en chaîne ouverte est également possible avec les élastiques”, ajoute Jean-Marc Pagès. “Alors que le syndrome d'immobilisation et l'isolement sont fréquents chez les personnes âgées, on constate que les séances sur Imoove les conduisent à se redresser et à s'ouvrir aux autres”, poursuit-il. Sans compter que “l'appareil est attractif, les séances ludiques et les progrès visibles, ce qui suscite une véritable émulation chez les résidents”.

... et dépasse progressivement ses limites

En termes de sécurité et d'appréhension, “si certains résidents peuvent être surpris par le mouvement élastique® la première fois qu'il montent sur Imoove, ils l'adoptent rapidement et au final, ils s'amusent beaucoup”, assure Jean-Pascal Douissard, qui cite pour exemple une patiente de 92 ans qui s'est “immédiatement mise à danser, très à l'aise”. L'une de ses assistantes a pris l'habitude de travailler en musique, pour donner à ses patients le sens du rythme. “L'important est de travailler en douceur et progressivement. Nous contrôlons le mouvement de la plateforme en réglant vitesse et amplitude : nous pouvons donc choisir de travailler à vitesse lente et grande amplitude, ou inversement à vitesse



D.F.

rapide avec une très faible amplitude.” Avec un patient trop faible pour se tenir debout, il est possible de démarrer les séances en le plaçant assis sur la plateforme. Jean-Marc Pagès travaille régulièrement avec des résidents atteints de la maladie d'Alzheimer qui “même s'ils n'intègrent pas toutes les consignes, ressentent les bienfaits des séances”. Une fois certains réflexes assimilés sur la plateforme, le résident va naturellement généraliser ses acquis, gagner en confiance et en bien-être physique. “Trop souvent, nous vivons la vieillesse et ses conséquences physiologiques comme une fatalité. Personnellement, je pense que si le patient peut se lever, il aura la force de monter sur Imoove, et progressivement, il pourra bouger”, conclut Jean-Pascal Douissard, qui affirme avoir “fait remarquer certains patients”. ■