



Engagement et participation des résidents aux activités physiques dans les EHPAD: apport et avantages des systèmes exergames Silverfit

George PISICA DONOSE, Mihaela MARINESCU, Olivier Razzolini, Marc Bardgett, Joris Wiersinga

L'activité physique régulière et le travail de l'équilibre apportent un effet bénéfique pour tous les sujets âgés et encore plus pour ceux institutionnalisés dans les structures de type EHPAD..
Chez les sujets âgés, la pratique régulière d'une activité physique est associée à une diminution de nombreux facteurs de risque, améliore la qualité de vie et la capacité fonctionnelle. Elle prévient la perte de la masse musculaire et donc la diminution habituelle de cette fonction, ce qui améliore l'équilibre du sujet et diminue ainsi le risque de chute.

Objectifs

Démontrer l'apport des exergames (jeux vidéo adaptés aux personnes âgées utilisés dans l'intention spécifique de faire passer un message de manière attractive) pour améliorer la participation et l'engagement des résidents d'EHPAD aux activités physiques.

Méthode

Installation des systèmes « Silverfit Aloïs » et « Silverfit 3D » dans un EHPAD de 125 places :

- « Silverfit Aloïs » est un système mobile avec grand écran tactile, caméra 3D et positionnement adapté. L'Aloïs a été spécialement conçu pour les personnes atteintes de démence, même à un stade avancé. Le résident va faire des mouvements devant ou va toucher et bouger la main sur l'écran pour découvrir et actionner le jeu. Des photos personnelles ou préenregistrés et des jeux adaptés sont utilisés dans les activités spécifiques à leur niveau cognitif. Il a pour objet de stimuler l'activité physique, les facultés cognitives, les échanges avec les autres et créer des moments de joie afin d'améliorer leur qualité de vie.
- « Silverfit 3D » est être un système fixe (pour petites ou grandes espaces) ou mobile (installé sur un support à roulettes) avec



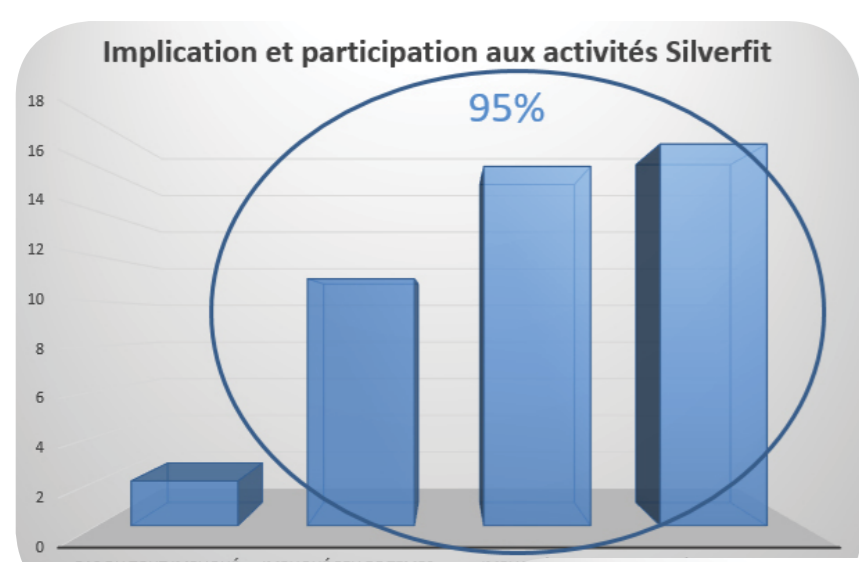
grand écran TV et caméra 3D. Le système fournit sous forme de jeux vidéo des exercices debout, assis, de marche, d'équilibre, en fauteuil roulant, pour les bras, les membres inférieurs, des activités de la vie quotidienne (AVQ) et cognitifs.

Une caméra 3D commande les actions du jeu en fonction des mouvements de la personne. Tous les exercices ont été développés avec des personnes âgées pour être utilisés à des finalités cliniques et peuvent être réglés sur mesure pour s'adapter au niveau physique, cognitif ou sensoriel des participants.

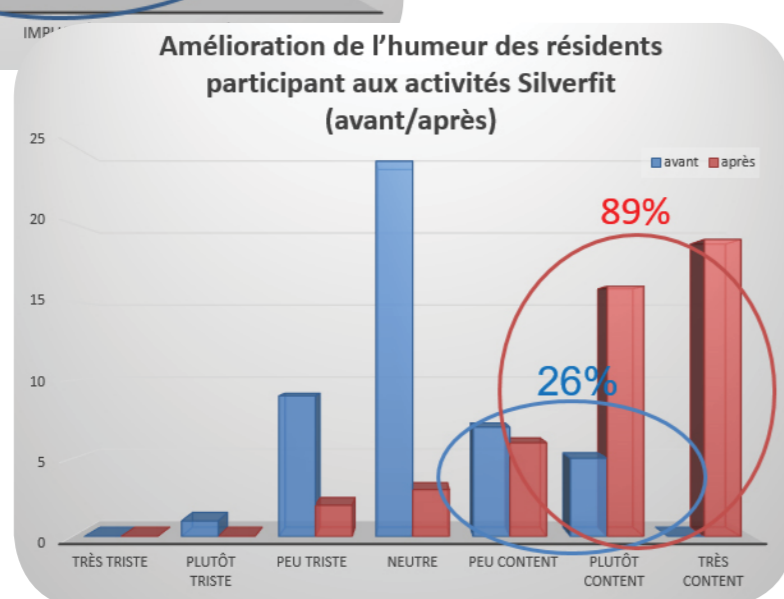
Nous avons réalisé une étude observationnelle pour étudier le profil des résidents participants, leur engagement et participation à cette activité de renforcement musculaire encadrée par l'animatrice de la résidence. Nous avons recueilli leur ressenti par un questionnaire et étudié l'impact et l'acceptabilité de ce type d'activité.



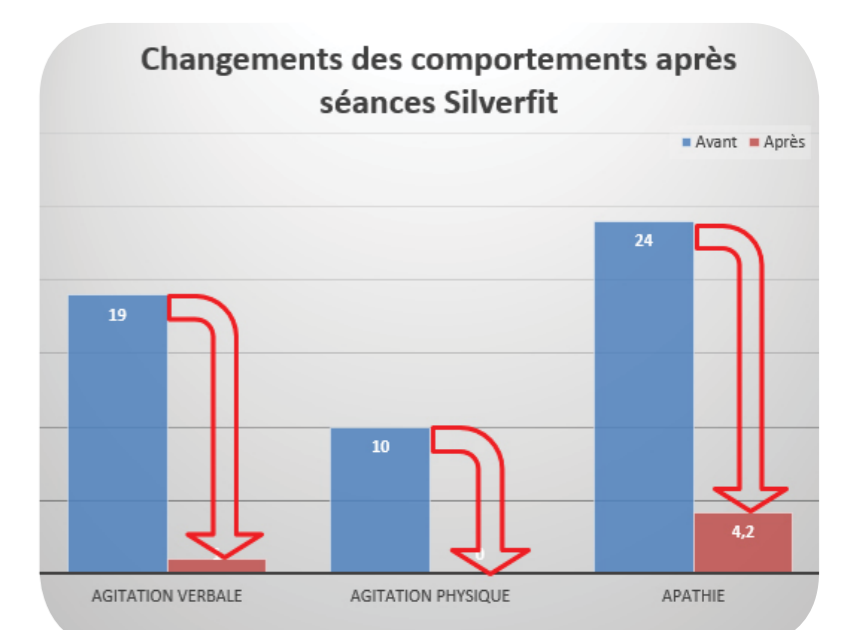
Résultats



- 46 séances d'animations de groupe avec 2 à 5 participants
- 36 séances en interaction individuelle avec l'animatrice et les soignants.
- taux de résidents apathiques avant séances= 24%
- durée des séances = entre 20 et 120 min (moy 53 min)
- taux d'engagement et participation active aux jeux = 95%
- taux d'acceptation et participation appropriée = 83%



- amélioration majeure de l'humeur des résidents après activités Silverfit
- amélioration importante de l'agitation verbale, physique et de l'apathie
- stimulation et augmentation de l'activité physique et de la durée des séances



Conclusion

Les systèmes Silverfit sont adaptés à tous les résidents capables de suivre une activité physique, les résidents avec fonctions cognitives dégradées, agités, apathiques ou même avec certains troubles de comportement. Ils augmentent la participation et l'engagement des personnes âgées de l'EHPAD aux activités physiques. Ils participent à développer la mobilité et les fonctions cognitives des résidents, stimulent les personnes apathiques, dépressives, anxieuses.

Les exergames Silverfit peuvent être utilisés aussi comme divertissement, lien social pour stimuler des résidents en animation de groupe ou les distraire et leur attirer l'attention des opposants ou avec troubles de comportement.