

Pour en savoir plus

Ressources bibliographiques

Généralités

- Dargent-Molina P., Bréart G. *Épidémiologie des chutes et des traumatismes liés aux chutes chez les personnes âgées*. Revue d'épidémiologie et de santé publique 1995 ; (43) : 72-83.
- Institut de veille sanitaire. *Enquête permanente sur les accidents de la vie courante. Résultats 2002-2003*. Réseau Epac. Saint-Maurice : InVS, 2005 : 72 p.

En ligne : http://www.invs.sante.fr/publications/2005/epac_2002_2003/epac_2002_2003.pdf [Dernière visite : 19/12/05]

- Jacquot J.-M., Strubel D., Pelissier J. (sous la dir.). *La chute de la personne âgée*. Paris : Masson, Problèmes en médecine de rééducation, 1999 ; 36 : 390 p.
- Ministère de la Santé, de la Famille et des Personnes handicapées. Direction générale de la Santé. *Chutes des personnes âgées*. Paris : 2003 : 9 p.

En ligne : <http://www.personnes-agees.gouv.fr/dossiers/losp/chutes.pdf> [Dernière visite : 19/12/05]

- Thélot B. Institut de veille sanitaire. *Les accidents de la vie courante en France selon l'Enquête santé et protection sociale 2002*. Saint-Maurice : InVS, 2005 : 51 p.

En ligne : http://www.invs.sante.fr/publications/2005/accidents_vie_courante/accidents_vie_courante.pdf [Dernière visite : 19/12/05]

Prévention et éducation pour la santé

- Blain H., Mitermite N., Vuillemin A., Jeandel C. *Intérêt et limites de l'activité physique dans la prévention des effets du vieillissement*. La revue du généraliste et de la gérontologie 2001 ; (72) : 79-89.
- Bonnefoy M. *Bénéfices de l'activité physique chez le sujet âgé*. La revue de gériatrie 2000 ; 25 (5) : 311-6.
- Bourdessol H., Pin S. (sous la dir.). Réseau francophone de prévention des traumatismes et de promotion de la sécurité. *Référentiel de bonnes pratiques. Prévention des chutes chez les personnes âgées à domicile*. Saint-Denis : INPES, 2005 : 155 p.
- Chassagne P., Puisieux F., Vignat J.-P. et al. *Chutes et pertes d'équilibre de la personne âgée*. NPG : Neurologie - Psychiatrie - Gériatrie 2001 ; (5) : 4-28.
- Dourthe C., Schreiner A.-S., Bonnin E. et al. *Prévenir le nombre de chutes des personnes*

âgées en établissement. Soins gérontologie 2003 ; (42) : 44-5.

- Jeandel C., Tigoulet F. Effets des activités physiques : prévention des chutes et des fractures chez le sujet âgé. In : *Os - activité physique et ostéoporose*. Paris : Masson, 2005 : 125-35.
- Jeandel C., Bernard P., Seynnes O., Saillant G. (sous la dir.). *Aptitude physique - santé et vieillissement*. Montpellier : Sauramps médical, 2004 : 306 p.
- Jeandel C., Samson M. *Prévention secondaire des chutes en institution. Une enquête nationale*. La revue francophone de gériatrie et de gérontologie 2003 ; (93) : 128-37.
- Lafargue-Cauchoix S., Rogez E. (introd.). *Prévenir les chutes de la personne âgée*. Soins gérontologie 2005 ; (52) : 13-33.
- Mayoux-Benhamou M.-A., Poiradeau S., Lefevre-Colau M.-M., Rabourdin J.-P., Revel M. *Exercice physique : prévention de l'ostéoporose et des chutes. Quel exercice pour quel âge ?* La revue du généraliste et de la gérontologie 2000 ; (69) : 402-6.
- Ministère de la Santé, de la Famille et des Personnes handicapées. Direction générale de la Santé. *Recommandations de bonnes pratiques de soins en EHPAD*. Paris, 2004 : 61 p.

En ligne : http://www.sante.gouv.fr/html/dossiers/reco_soins_ehpad/rbps_ehpad.pdf [Dernière visite : 19/12/05]

- Nicolas L., Couturier P., Rabenasolo S., Civaleri C., Franco A. *Facteurs environnementaux de la chute en maison de retraite : à partir d'une étude prospective de l'incidence des chutes sur dix mois*. La revue de gériatrie 1999 ; 24(4) : 263-70.
- Périé H., Jeandel C. (coord.). *Réussir son avancée en âge. Évaluation des activités physiques en gérontologie*. Paris : Frison-Roche, 1998 : 224 p.
- Quadri P., Loew F., Belli L., Mascetti C. *Les chutes survenues chez le sujet âgé hospitalisé : du risque à la prévention*. La revue de gériatrie 1999 ; 24(1) : 23-8.
- Tavernier-Vidal B. *L'équilibre : où en êtes-vous ?* Soins gérontologie 2001 ; (32) : 38-41.
- Thoumie P., Mevellec E., Kemoun G. *La chute*. 3 R La Lettre de médecine physique et de réadaptation, 2001 ; (59) : 58 p.
- Vellas B., Lafont C., Allard M., Albaredo J.-L. (sous la dir.). *Du vieillissement réussi à la perte d'autonomie. Les troubles de la posture et les risques de chute*. Paris : Serdi, 1995 : 188 p.
- Yvain F. (coord.). *La prévention des chutes en gériatrie*. Repères en gériatrie 2004 ; (43) : 15-29.

Expériences en France

- Auvinet B., Berrut G., Touzard C. et al. *Chute de la personne âgée : de la nécessité d'un travail en réseau*. Revue médicale de l'Assurance Maladie 2002 ; 33(3) : 183-91.
- Casagrande C., Meuzard C., Parein-Bruat P. Union régionale des caisses d'Assurance Maladie de Franche-Comté (Urcam), Fédération des associations et services d'aide à domicile du Doubs (Fasad). *Equipadd 25 : garder ou retrouver l'équilibre, tout un programme !* Objectifs Santé en Franche-Comté 2005 ; (9) : 4 p.

En ligne : http://www.urcam.org/fileadmin/FRANCHE-COMTE/publications/docs/dossier9_equipadd25.pdf [Dernière visite : 19/12/05]

- Blanc C., Blanchon M.-A., Beauchet O., Gonthier R. *Est-il légitime d'effectuer une campagne de prévention des chutes chez des sujets autonomes à domicile ?* L'année gérontologique 2000 ; 14 (1) : 67-84.
- Comité régional d'éducation pour la santé d'Ile-de-France (Crésif). *Prévention des chutes des personnes âgées : actions Ile-de-France*. Paris : Crésif, 1992 : 94 p.
- Descamps C., Bosson J.-L., Couturier P., Casset J.-P. *Évaluation des chutes chez les personnes âgées en médecine ambulatoire. Utilisation d'un réseau de médecins généralistes*. La revue de gériatrie 1995 ; 20 (5) : 302-7.
- Giraud M., Yvain F. *Quel bilan chez un sujet chuteur ? De l'examen clinique aux tests spécifiques*. Repères en gériatrie 2004 ; (43) : 26-9.
- Guillet P. (Préf.) Comité régional d'éducation pour la santé d'Ile-de-France (Crésif). *Personnes âgées de plus de 65 ans. Prévention des chutes dans les lieux d'hébergement*. Paris : Crésif : 1998 : 85 p.
- Lascaux D., Perdrizet B. Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FFEPGV). *La prévention des chutes chez les personnes âgées : programme d'activités physiques adaptées*. Paris : Gevedit, 1998 : 49 p.
- Piera J.-B. *Chute de la personne âgée. Consultation de prévention et ateliers d'équilibre. Quelques expériences menées en France*. La revue du généraliste et de la gérontologie 2000 ; (65) : 222-6.
- Puisieux F., Pardessus V., Thévenon A. et al. *Évaluer le risque de chute : la consultation multidisciplinaire*. Repères en gériatrie 2004 ; (43) : 18-21.
- Union régionale des caisses d'Assurance Maladie. *Prévention des chutes des personnes âgées. État des lieux des actions menées en Ile-de-France*. Paris : Urcamif, 2005 : 23 p.

En ligne : http://www.urcamif.assurance-maladie.fr/fileadmin/ILE-DE-FRANCE/gestion-Risque/prevention/chute_pa/chute_pa.pdf
[Dernière visite : 19/12/05]

Expériences à l'étranger

- Bantuelle M., Van Bastelaer M.-C. *Promotion de la santé chez les personnes âgées : les chutes*. Éducation Santé 2005 ; (199) : 9-12.
En ligne : <http://www.educationsante.be/es/article.php?id=546>
[Dernière visite : 19/12/05]
- Dargent G.-A. *La prévention des chutes chez la personne âgée*. Louvain médical 1998 ; 117(3) : S59-S68.
- Fournel M.-C. *Kino-Québec : pour une meilleure qualité de vie des aînés*. Le gérontophile 1999 ; 21(2) : 17-9.
- Genest C., Parisien M., Laforest S., Trickey F., Robitaille Y., Nault S. *Parcours évolutif d'un programme d'exercices pour prévenir les chutes chez les aînés*. Le gérontophile 2001 ; 23(4) : 49-53.
- Robson E., Edwards J., Gallagher E., Baker D. *Steady as you go (Saygo: a falls-prevention program for senior living in the community)*. La revue canadienne du vieillissement : Canadian Journal on Aging 2003 ; 22(2) : 207-16.

Structures ressources, organismes et sites Internet

• Catalogue et index des sites médicaux francophones CISMef : chute accidentelle

Ce site est développé par le CHU de Rouen. Sur cette page, de nombreuses informations francophones sont disponibles à destination des professionnels et des personnes âgées sur le thème des chutes.

En ligne : <http://www.chu-rouen.fr/ssf/envir/chuteaccidentelle.html>
[Dernière visite : 19/12/05]

• Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FFEPGV)

Sur le site, nombreux conseils et brochures à destination du grand public concernant les activités physiques et la prévention.

En ligne : http://www.ffepgv.org/jsp/fr/frame/index.jsp?M=htm/fr/garder_la_forme/index.html&F=garder_la_forme
[Dernière visite : 19/12/05]

• Fédération française de retraite sportive (FFRS)

Le site, à destination des retraités, donne toutes les adresses de lieux d'implantation des clubs et décrit la fédération, son organisation ainsi que ses objectifs de prévention physique et psychique.

En ligne : <http://www.ffrs-retraite-sportive.org/>
[Dernière visite : 19/12/05]

• Fédération française EPMM Sports pour Tous

La fédération a pour ambition de mettre à la disposition de tous une offre d'activités physiques adaptées et variées. Grâce à cette diversité, elle travaille à l'éveil physique, renforce les relations parents-enfants, favorise la forme et le bien-être pour les adultes, préserve le capital santé des seniors (40 % de ses adhérents ont plus de 50 ans) et permet le mieux-être et l'autonomie pour les personnes âgées dépendantes. Dans le cadre de sa collaboration au Programme franco-québécois intégré d'équilibre dynamique (PIED) destiné à prévenir les chutes et les fractures chez les seniors, elle a conçu des formations pour les professionnels et mis en place un programme adapté de séances d'exercices pour ses adhérents au sein de treize régions pilotes en France.

En ligne : <http://www.sportspourtous.org>
[Dernière visite : 19/12/05]

• Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES)

Sur le site de l'INPES, les informations, ouvrages et brochures liés aux campagnes de prévention des chutes sont téléchargeables :

– à l'attention des professionnels : *Référentiel de bonnes pratiques. Prévention des chutes chez les personnes âgées à domicile* (2005), dossier de presse de la campagne « *Pour garder bon pied bon œil après 60 ans* » (2003), dossier de presse de la campagne « *Prévention des chutes chez les personnes âgées : savoir éviter les chutes pour préserver son bien-être et son autonomie* » (2000) ;

– à l'attention des personnes âgées et des familles : brochures « *Aménagez votre maison pour éviter les chutes* », « *Comment garder son équilibre après 60 ans* ».

En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/>
[Dernière visite : 19/12/05]

• Ministère délégué à la Sécurité sociale, aux Personnes âgées, aux Personnes handicapées et à la Famille

Le programme national « *Bien vieillir* » a comme objectif l'amélioration de la qualité de vie, en pré-

venant le vieillissement ainsi que l'apparition des maladies et incapacités fonctionnelles liées à l'âge, notamment par :

- la promotion de la pratique d'activités physiques et sportives (APS) ;
- une alimentation équilibrée ;
- la lutte contre la sédentarité, la solitude et le risque de désocialisation.

En ligne : <http://www.personnes-agees.gouv.fr/>
[Dernière visite : 19/12/05]

• Pro Senectute

En Suisse, l'organisation Pro Senectute offre de nombreuses activités « *Aînés+Sport* » pour les seniors, dont des « *Ateliers Équilibre* » visant à préserver et améliorer la qualité de vie des personnes âgées.

En ligne : <http://www.pro-senectute.ch/fr/index.cfm?ID=596> [Dernière visite : 19/12/05]

• Réseau francophone international pour la promotion de la santé (Réfips)

Le Réfips se veut un lieu d'échanges et d'entraide pour les professionnels de la santé intéressés par la promotion de la santé de leurs communautés respectives. Il regroupe des membres répartis dans une trentaine de pays de la francophonie. Il est composé d'une section thématique dédiée aux traumatismes (notamment à la prévention des accidents domestiques d'enfants et à la prévention des chutes des personnes âgées) : le Réseau de promotion de la sécurité, qui réunit des groupes de travail et organise, tous les deux ans, un séminaire francophone de prévention des traumatismes et de promotion de la sécurité.

En ligne : <http://www.refips.org/>
[Dernière visite : 19/12/05]

Formations

Formations diplômantes en France

Cette liste de diplômes – diplôme d'études universitaires scientifiques et techniques (DEUST) et diplômes universitaires (DU) – signale des formations s'adressant à des professionnels qui développent des activités physiques auprès des personnes âgées. Si vous désirez connaître plus précisément les programmes, vous pouvez vous adresser auprès des responsables des diplômes ou contacter le centre de documentation de la Fondation nationale de gérontologie (FNG), qui recense les différentes offres de formations en gérontologie.

Contact : Agnès Beghi – Tél. : 01 55 74 55 26
Mél : beghi@fng.fr

• DEUST Pratique et gestion des activités physiques et sportives et de loisirs pour les publics seniors

Université Marc-Bloch – Département d'éduca-

tion permanente – 14, rue René-Descartes – 67084 Strasbourg – Responsable : Mme Faber – Tél. : 03 88 15 72 56

• **DEUST APS Seniors**

Université Paris-5 - Université René-Descartes – 1, rue Lacretelle – 75015 Paris – Responsable : Mme Ramanantsoa – Tél. : 01 56 56 12 00

• **DEUST APS Seniors**

Université Paris-12 – Val-de-Marne – Faculté des sciences de l'éducation et sciences sociales – Département Staps – La Pyramide – 80, avenue du Général-de-Gaulle – 94009 Créteil Cedex – Responsable : Mr Dailly – Tél. : 01 45 17 44 07

• **DU Activités physiques adaptées et vie sociale**

CUFR Jean-François-Champollion – Avenue de l'Europe, BO 3219 – 12032 Rodez Cedex 9 – Responsables : A. Violla, M. Bonnet – Tél. : 05 65 73 36 52 – Institut de gérontologie du Massif central – Tél. : 04 71 63 88 58

• **DU Préparation à l'encadrement des pratiques sportives des seniors**

Université François-Rabelais – Sufco – 116, bd Béranger – BP 4239 – 37042 Tours Cedex 1 – Responsable : M. Mahé – Tél. : 02 47 36 81 31

• **DU Rééducation de l'équilibre**

Université de Nantes – Formation continue Ateliers et chantiers de Nantes – 2 bis, rue Léon-Bureau – BP 96228 – 44262 Nantes Cedex 2 – Responsable : Pr Bordure – Tél. : 02 51 25 07 25

• **DU Activités physiques pour seniors et personnes âgées**

Université Claude-Bernard Lyon-I – Service de la formation continue – 43, bd du 11 novembre 1918 – 69622 Villeurbanne Cedex – Responsable : A. Beylier – Tél. : 04 72 43 16 62

Autres formations

Sélection de quelques formations courtes (de deux à six jours) sur les thèmes de l'animation gymnique et la prévention des chutes.

• **Ateliers Équilibre - Prévention des chutes**

Afar – 46, rue Amelot – 75011 Paris – Tél. : 01 53 36 80 50

En ligne : <http://www.afar.fr>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Ateliers de l'équilibre et la prévention des chutes – La prévention des chutes**

Ifrad – 4, rue Alfred-de-Musset – 92240 Malakoff – Tél. : 01 46 55 61 08

• **Techniques d'aide aux déplacements – Prévention des chutes en EHPAD – la gymnastique douce**

Centre de formation Saint-Honoré – 48/50, rue Singer – 75016 Paris – Tél. : 01 42 88 52 52

• **Prévention des chutes des personnes âgées en institution et plan d'actions – L'activité physique en maison de retraite**

Defitem – 9 bis, rue Fabvier – 54700 Pont-à-Mousson – Tél. : 03 83 82 03 24

En ligne : <http://www.defitem.com>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Malaises et chutes de la personne âgée – Gymnastique douce et expression corporelle**

Formadif – 59, rue du Rempart-St-Claude – BP 268 – 17000 La Rochelle Cedex 01 – Tél. : 05 46 28 92 19

En ligne : <http://www.formadif.fr>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Équilibre, activation, mobilisation et mouvement de la personne âgée**

Formut – Centre de formation professionnelle continue – 8, bd de Sévigné – BP 649 – 21017 Dijon Cedex – Tél. : 03 80 76 81 65

En ligne : <http://www.mutualite21.org>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Gymnastiques douces : de la pratique personnelle au projet d'animation d'un atelier**

Infipp – 26/28 rue Francis-de-Pressensé – 69623 Villeurbanne Cedex – Tél. : 04 72 69 91 70

En ligne : <http://www.infipp.com>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Animation gymnique des résidents**

OAREIL – Service formation – 3, rue Lafayette 33000 Bordeaux – Tél. : 05 56 79 96 41

En ligne : <http://www.oareil.org>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Animation gymnique chez la personne âgée valide et semi-valide**

Pacei – 14, rue de la Victoire – 63110 Beaumont – Tél. : 04 73 27 70 70

En ligne : <http://www.pacei.asso.fr>

[Dernière visite : 19/12/05]

• **Animation gymnique chez la personne âgée valide et semi-valide**

Université Louis-Pasteur ULP – 21, rue du Maréchal-Lefebvre – 67100 Strasbourg – Fax : 03 90 24 49 29

En ligne : <http://www.depulp.com>

[Dernière visite : 19/12/05]

Reuves

Sélection de revues à l'attention des professionnels de la gérontologie et abordant régulièrement la problématique de la prévention des chutes.

• **Revue de gériatrie**

La revue de gériatrie est un journal destiné aux

médecins concernés par la médecine des personnes âgées et la gérontologie. Elle a pour objectifs de publier des articles faisant progresser les connaissances et la formation dans le domaine de la gériatrie et de susciter des échanges entre les médecins concernés.

ISSN : 0397-7927

• **Revue francophone de gériatrie et de gérontologie**

La revue francophone de gériatrie et de gérontologie publie des articles concernant la médecine des personnes âgées et des soins qui leur sont donnés. Elle s'adresse aux médecins généralistes, gériatres ou professionnels de santé paramédicaux concernés, qu'ils travaillent en ville, en hôpital ou en institution. Les principales rubriques sont les suivantes : mise au point (synthèse des connaissances sur un sujet concernant la médecine des personnes âgées), cas clinique, aspects médico-sociaux, etc.

ISSN : 1276-2431

• **Soins gérontologie**

Cette revue s'adresse à tous les acteurs du soin auprès des personnes âgées, quel que soit leur lieu de travail : hospitalisation traditionnelle, domicile, maison de retraite, etc. Ses auteurs sont des professionnels aux compétences diverses : infirmières, kinésithérapeutes, diététiciennes, psychologues, ergothérapeutes, assistantes sociales, médecins, directeurs d'établissement, cadres administratifs, etc. La revue comporte trois parties : Actu géronto, Dossier, Pratique quotidienne.

ISSN : 1268-6034

Lydie Audureau

Documentaliste,

Centre de documentation FNG/Cleirppa,

Sandra Kerzanet (relecture)

Documentaliste à l'INPES.