

Le mot de la Cheffe de projet

L'été bat son plein, et j'espère que chacun de vous peut profiter de cette belle période.

L'étude Swiss CHEF Trial, planifiée sur trois ans, se situe à un moment « charnière » de sa planification : le recrutement a débuté il y a deux ans (Juillet 2016) et se terminera dans une année (Juin 2019). Il reste donc encore 11 mois pour inclure 223 sujets et atteindre les objectifs fixés. L'évolution du recrutement nous permet d'envisager ce défi comme réalisable.

Lors du Symposium Seniors 2018 qui s'est déroulé à l'hôpital de Sierre le 7 juin 2018, M. Patrick Crettenand, physiothérapeute et référent médico-thérapeutique pour la Gériatrie au CHVR, a décrit ce projet en ces mots :

« ..., prendre en charge des patients fragiles, identifiés à risque de chute et mettre en place sur leur lieu de vie des moyens pour éviter qu'ils ne glissent dans la dépendance, ... la possibilité d'offrir à nos patients sortants un suivi professionnel pendant un an, une opportunité incroyable qui ouvre potentiellement la voie à un changement de vie, ... une aubaine, une chance incroyable pour eux et pour la science. »

Les premiers résultats disponibles montrent que tous les patients ayant été suivis durant six mois ont amélioré leur vitesse de marche et la force de leurs membres inférieurs de manière statistiquement significative (http://www.swiss-chef-trial.ch/pages/Media/Poster%20Montreux_11.06.18_OK.pdf). Ils ont également diminué de manière significative leur peur de chuter.

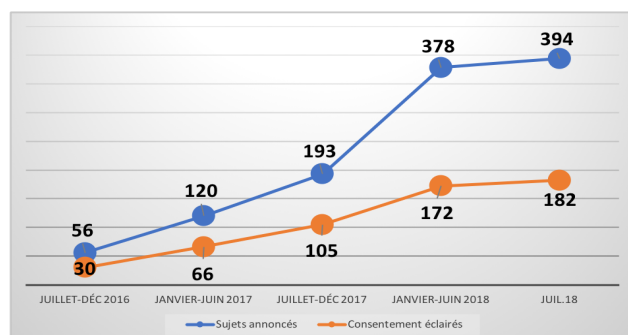
Mme Anne-Marie Rohrer, physiothérapeute, nous a fait le plaisir de rédiger pour vous, un « petit mot de... » que je vous laisse découvrir dans cette 3^{ème} Newsletter.

Au nom du groupe de projet, je vous souhaite bonne lecture et vous donne rendez-vous en Décembre 2018 pour de prochaines nouvelles.

Anne-Gabrielle Mittaz Hager

En 2 mots : en ce moment le projet

En deux ans, l'investissement des collaborateurs et collaboratrices des institutions partenaires du projet a permis le recrutement de 394 sujets, dont 182 ont signé leur consentement éclairé. Toutes les démarches entreprises auprès des institutions et associations du terrain ont porté leurs fruits, spécialement durant le 1^{er} semestre 2018 (Tableau 1).



Durant cette même période, plus de 60 physiothérapeutes ont été formés, plus de 200 évaluations et pas moins de 600 séances de physiothérapie ont été réalisées au domicile des patients.

Tableau 1. Évolution des sujets annoncés et des consentements éclairés sur deux ans

La suite en un mot

Le défi consiste à inclure 223 sujets durant les 11 prochains mois. Les régions déjà actives dans le projet (Haut-Valais, Valais central, Bas-Valais et Lausanne), seront secondées par une nouvelle sous-région : la région de Monthey / Collombey (VS). Nous nous réjouissons de l'arrivée de ce nouveau centre dans le Swiss CHEF Trial.

Le petit mot d'Anne-Marie Rohrer

(Physiothérapeute à domicile)

En 2015 Anne-Gabrielle Mittaz me propose de participer à l'étude pilote qui était en cours d'élaboration. Depuis le programme d'exercices pour lequel j'ai été formée a sensiblement évolué et s'est amélioré de façon significative. A l'heure actuelle, j'ai eu l'occasion de faire bénéficier 9 volontaires à cette magnifique étude.

Du côté des participants, la première visite est souvent source d'inquiétude (vais-je y arriver ? à qui vais-je avoir à faire ? travailler avec une tablette ?).

Dans leurs yeux on peut lire à la fois l'envie de s'investir et déchiffrer la perte de confiance, la difficulté de la tâche qui les attend. Mais au fil des visites, leur visage s'éclaire et ils se rendent compte de leurs capacités d'apprentissage même à un âge avancé. Ils savent qu'ils vont pouvoir s'améliorer, voire au moins entretenir leurs acquis.

L'envie d'aller marcher, de sortir se fait à nouveau sentir !

Certes quelques exercices sont difficiles à réaliser. Notre rôle est de leur montrer des adaptations pour qu'ils atteignent l'objectif - même en empruntant un détour.

Le côté positif est qu'ils peuvent choisir leurs exercices, d'où un certain plaisir et la prise de conscience du rôle actif qu'ils ont endossé.

Quant à moi ma détermination de continuer l'étude est grandissante !

Passer le pas de la porte et être accueillie d'un large sourire est très gratifiant.

Quand la personne vous dit : « Je sens que cela me fait du bien !!! » quelle victoire !!!!!

Ceci dit, la consécration suprême vécue tout récemment, est de voir une grand-maman accompagnée de sa petite fille qui l'aide, l'encourage et la motive !

La rencontre des générations est sans aucun doute un moteur dont il faut approfondir les possibilités.

Avec les résultats encourageants exposés au symposium 2018 :

- Diminution de la peur de chuter
- Augmentation de la force
- Amélioration de la vitesse de marche

Cela vous donne des ailes et vous repartez gonflée à bloc pour encourager tous ces participants courageux et volontaires !!!!!!!!!

Anne-Marie Rohrer, juin 2018

Save The Date

La date du prochain Symposium Seniors rattaché au Swiss CHEF Trial est d'ores et déjà connue :

Jeudi 6 juin 2019

Les informations quant au lieu et au programme vous seront transmises dès que possible. Nous nous réjouissons de vous y voir nombreux.

Mot de la fin :

« Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès, travailler ensemble est la REUSSITE » (*Henry Ford*). Que les collaborations interdisciplinaires créées par ce projet puissent continuer à se mettre au service de nos Seniors !

Le site internet de l'étude <http://www.swiss-chef-trial.ch> est toujours à votre disposition et regorge d'informations sur l'étude et les activités qui l'accompagnent, en français et en allemand !

Cheffe de projet :

Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager
HES-SO Valais-Wallis
Rathausstrasse 8
3954 Loèche-les-Bains
079 609 90 63
gaby.mittaz@hevs.ch



Assistante de projet :

Annick Bonvin Mittaz
Les Briesses 51
3963 Crans-Montana
078 645 59 07
annick.bonvinmittaz@hevs.ch