

La réalité virtuelle pour une prévention avant-gardiste des chutes : la résilience et l'équilibre des risques

Résumé

- Les personnes âgées courent un risque accru de chutes. Les chutes peuvent provoquer des hospitalisations liées aux blessures et constituer un fardeau supplémentaire pour le système de soins de santé.
- Les chutes constituent un problème de santé publique majeur pour les personnes âgées du Nouveau-Brunswick, car, selon de récentes données, neuf personnes âgées sont hospitalisées chaque jour au Nouveau-Brunswick à cause d'une chute.
- Des chercheurs ont constaté que la pratique d'exercices d'équilibre était le plus important aspect des stratégies visant à prévenir les chutes. Tel était la cible de l'intervention de ce projet.
- La technologie de la réalité virtuelle est aussi un outil prometteur pour prévenir les chutes chez les personnes âgées et améliorer les programmes de prévention des chutes.
- Le projet pilote *La réalité virtuelle pour une prévention avant-gardiste des chutes* devait servir à évaluer la faisabilité et l'acceptabilité d'un programme communautaire de prévention du risque de chute pour les personnes âgées qui incorporait des technologies fondées sur la réalité virtuelle.
- Ce programme comprenait une intervention composée d'exercices à composantes multiples, à laquelle on avait ajouté une formation fondée sur la réalité virtuelle. Les participants ont réalisé des exercices et des mouvements qui ont réduit leur risque de chute à titre préventif. Cent huit personnes âgées, dont 73 femmes et 28 hommes ont participé à ce projet.

Secteur d'intervention du PPAS

Accroître l'autonomie, améliorer la qualité de vie et promouvoir des habitudes de vie saines

Dates de début et de fin du projet

Du 13 mars 2022 au 31 mars 2024

Organisation/Agence

Université de Moncton

Lieu

Moncton, New Brunswick

Chercheurs principaux

[Grant Handrigan](#)

| Indicateur | Effet / Extrait / Résultat |
|---|--|
| Meilleur contrôle de l'équilibre | <ul style="list-style-type: none"> • Les participants des deux groupes d'intervention ont affiché des améliorations au niveau du contrôle de leur équilibre. • Les participants du groupe de contrôle de la liste d'attente n'ont pas affiché d'amélioration du contrôle de leur équilibre. <p>*Les résultats n'étaient pas significatifs sur le plan statistique.</p> |
| Réduction des craintes de chute | <ul style="list-style-type: none"> • Les participants des deux groupes d'intervention avaient tendance à avoir moins peur de chuter. • Les participants du groupe de contrôle de la liste d'attente avaient tendance à avoir davantage peur de chuter. <p>*Les résultats n'étaient pas significatifs sur le plan statistique.</p> |

Méthodes et comparaison

- Le programme a été évalué à l'aide d'un essai contrôlé randomisé qui comprenait trois groupes :
 - Groupes d'intervention : le premier groupe a été soumis à un entraînement et à des exercices fondés sur la réalité virtuelle, et le deuxième groupe à un entraînement et à des exercices psychoéducatifs réguliers.
 - Groupe de contrôle de la liste d'attente : le troisième groupe a reçu l'intervention après que les groupes expérimentaux aient achevé leur participation.

- Le niveau d'équilibre a été mesuré à l'aide d'un test d'équilibre normalisé (le test MiniBEST) et la crainte de chuter a été mesurée à l'aide du Questionnaire sur les craintes de chute. Les résultats ont été mesurés avant et après l'intervention.
 - L'équipe du projet est en train d'analyser les données de ce projet, et les résultats présentés ici sont préliminaires et ne comprennent pas tous les résultats attendus.

Conclusions et leçons apprises

- Les programmes de prévention des chutes axés sur les personnes âgées vivant dans la communauté sont plus que nécessaires.
- Dans l'ensemble, selon les conclusions préliminaires, le programme de prévention des chutes à composantes multiples a le potentiel d'améliorer le contrôle de l'équilibre et de réduire la crainte de chute chez les personnes âgées. Cependant, on ne sait pas avec certitude si la formation virtuelle est plus bénéfique que la formation psycho-éducative, ou vice versa.
- Des personnes âgées ont répondu positivement et témoigné un intérêt accru pour le programme.
- Le projet a un potentiel d'expansion, mais il est nécessaire de faire d'autres recherches, et il faut plus de fonds pour mener l'intervention dans son intégralité et la maintenir.

Recommandations

- Veiller à tenir compte du transport et des divers besoins des participants durant la planification du programme.

Étapes suivantes

On n'a pas encore obtenu les fonds nécessaires au maintien et à l'expansion du projet. Les promoteurs du projet explorent actuellement des possibilités de financement pour poursuivre leurs recherches.

Clause de non-responsabilité

Les opinions exprimées ici ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada.

Avec le financement de



Agence de la santé publique du Canada Public Health
Agency of Canada