

Sarah Perbost^{(a)(b)},*, Jean-François Connan^(a), Béatrice Alescio-Lautier^(b), Norbert Noury^(c), Liliane Borel^(b)

(a) *Institut Supérieur de Rééducation Psychomotrice, Aix-Marseille Université, Marseille, France*

(b) *Laboratoire de Neurosciences Sensorielles et Cognitives, Aix-Marseille Université, Marseille, France*

(c) *Institut National des Sciences Appliquées, Université de Lyon, Lyon, France*

Interrelations équilibration-cognition : place de la psychomotricité auprès de la personne vieillissante

Résumé

Introduction : Chez le sujet âgé, l'apparition de déséquilibres et le risque de chute ne résultent pas uniquement de l'altération avec l'âge des fonctions sensorielles et motrices. L'attention et les mécanismes exécutifs sont également essentiels au maintien de l'équilibre. Cette étude se situe dans le cadre théorique des interrelations entre fonctions motrices et cognitives. L'objectif a été d'analyser les effets d'un entraînement psychomoteur sur l'équilibration et la cognition chez le sujet vieillissant.

Matériels et Méthodes : Nous avons réalisé une prise en charge psychomotrice de 5 semaines (à raison de 2 fois par semaine) portant sur l'équilibre, la force et la conscience corporelle. L'impact de cette prise en charge a été analysé sur les fonctions exécutives, les performances de marche et la qualité de vie chez 3 participants résidant en EHPAD et présentant une perte cognitive légère. Nous avons utilisé un protocole en cas unique pendant lequel nous avons effectué des mesures répétées cognitives et des paramètres de la marche, un bilan initial et un bilan final.

Résultats : Selon les sujets, cet entraînement a permis une amélioration soit de certaines fonctions cognitives (l'attention soutenue, la flexibilité, la vitesse de traitement), soit des fonctions d'équilibration (la cadence et les paramètres temporels de la marche), soit des deux conjointement.

Discussion : Ces résultats montrent un impact de la prise en charge psychomotrice sur les performances de marche et met en évidence, pour la première fois, un transfert de ces bénéfices sur les performances cognitives.

Mots clefs :

Psychomotricité, vieillissement, cognition, marche, qualité de vie