

ACCÈS AUX SOINS DE RÉADAPTATION

**Les programmes
d'exercices supervisés
en groupe sont-ils
aussi efficaces que
les interventions
individuelles habituelles
en physiothérapie ?**

SUITE



Contexte

L'accès aux services de réadaptation externes pour un trouble musculo-squelettique est grandement restreint au Canada et dans plusieurs autres pays développés en raison notamment de **longs temps d'attente.**



SUITE

Dans ce contexte, les interventions de groupe peuvent-elles s'avérer une **stratégie efficace** pour réduire les douleurs et améliorer les incapacités d'un plus grand nombre de patient.e.s ?

Une équipe de recherche s'est penchée sur la question.



OBJECTIF

Objectif de l'étude

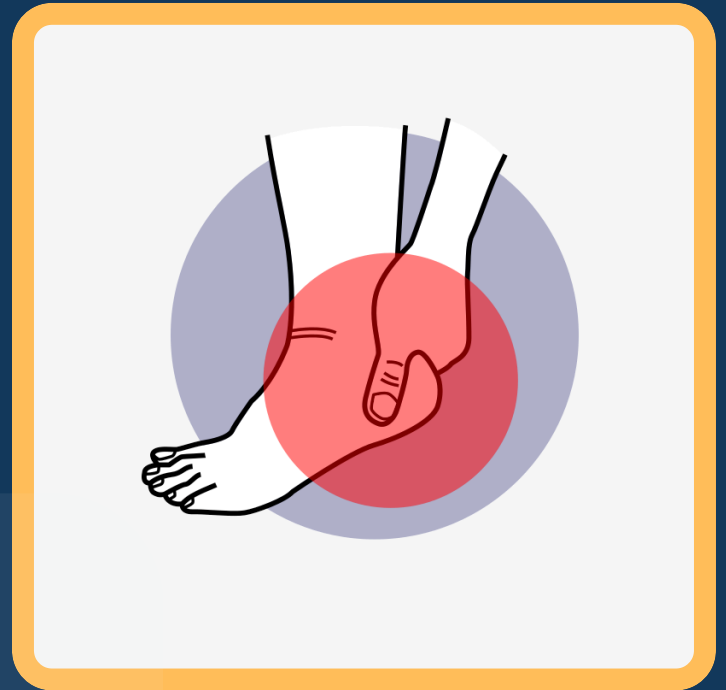
comparer l'efficacité des interventions de physiothérapie en groupe à l'intervention usuelle individuelle pour améliorer la douleur et la fonction chez les personnes présentant des **troubles musculosquelettiques**.



QUELS SONT-ILS?



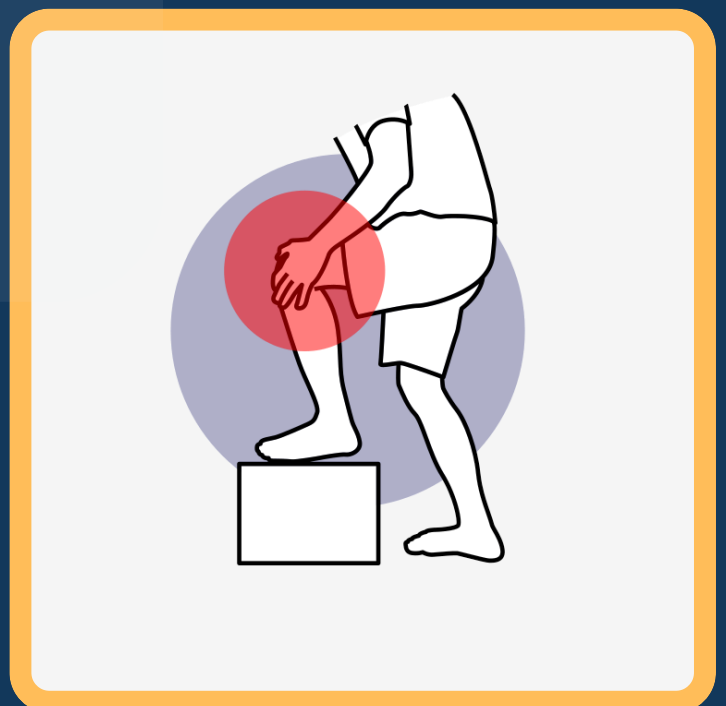
Douleur
au bas du dos



Douleur
à la cheville



Douleur
à l'épaule



Douleur
au genou

MÉTHODOLOGIE

Méthodologie

120 militaires présentant l'une de ces **4 conditions** ont été recruté.e.s et assigné.e.s aléatoirement à l'une des **2 interventions** suivantes pendant 12 semaines :



INTERVENTIONS

INTERVENTION # 1

Physiothérapie usuelle

Suivi individuel avec un.e physiothérapeute utilisant différentes modalités d'intervention :

- éducation
- exercices actifs
- mobilisations / manipulations
- etc.



INTERVENTION 2

INTERVENTION #2

Intervention en groupe

Incluant une **séance d'éducation** et des **séances d'exercices actifs en stations**, visant à améliorer le contrôle moteur, la force et l'endurance musculaire.



MODALITÉS

INTERVENTION #2

Modalités

- Durée d'une séance typique : 1 heure
- ≈ 12 participant.e.s pour 1 physiothérapeute
- Le.la physiothérapeute supervise l'ensemble des participant.e.s à chacune des séances
- Chaque participant.e complète une prescription d'exercices adaptée à sa condition et ses objectifs personnels



RÉSULTATS

Résultats



Les deux modes d'intervention ont été aussi efficaces pour réduire la douleur et améliorer la fonction après 12 semaines d'intervention, et ce, pour les 4 types de troubles musculosquelettiques. Ces gains étaient maintenus à 26 semaines.

RÉSULTATS

Résultats



La satisfaction était similaire entre les deux groupes concernant l'intervention elle-même et les résultats obtenus à la suite de l'intervention.

IMPACTS

Impacts sur la pratique clinique

Les interventions de groupe représentent une option de choix pour améliorer l'accès aux services de réadaptation externes pour les gens vivant avec des troubles musculo-squelettiques puisqu'ils permettent de **traiter EFFICACEMENT plus de personnes avec les mêmes ressources.**



RÉFÉRENCE

Référence

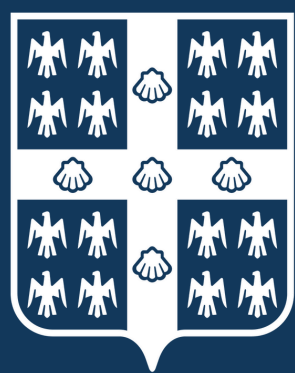
Dupuis F, Perreault K, Hébert LJ, et al. Group Physical Therapy Programs for Military Members With Musculoskeletal Disorders: A Pragmatic Randomized Controlled Trial. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*. 2024/06/01 2024;54(6):1-10. doi:10.2519/jospt.2024.12342



Cirris

*Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale*

Québec 



UNIVERSITÉ
LAVAL