

Interventions non médicamenteuses et maladie d'Alzheimer

## La Fondation Médéric Alzheimer publie un nouveau guide pratique pour mieux les comprendre, les connaître, les mettre en œuvre

A l'heure où la feuille de route maladies neuro-dégénératives 2021-2022 interroge sur la **place de la recherche en sciences humaines et sociales** pour répondre aux besoins des personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer, la Fondation Médéric Alzheimer publie un nouveau guide pratique dédié aux interventions non médicamenteuses (INM).

Destiné aux **professionnels et au grand public** dans une version vulgarisée sous forme de **fiches pratiques**, il a pour objectif de mieux les faire connaître, les comprendre et les mettre en œuvre.

Les INM relèvent d'un **cadre scientifique rigoureux et établi**. Dans cet esprit, ce nouveau guide présente **10 interventions non médicamenteuses** ayant fait la preuve de leur efficacité et fréquemment mises en œuvre dans les établissements d'accueil et d'accompagnement : **art-thérapie, interventions assistées par l'animal, interventions basées sur la danse, musicothérapie, réhabilitation cognitive...**

Il est le fruit d'un travail collaboratif et participatif entre professionnels, chercheurs, spécialistes des INM, universitaires, personnes malades et aidants familiaux.



*« Les INM ont toujours été au centre de l'accompagnement des personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer qui ont besoin d'activités et d'interventions porteuses de sens et favorisant le maintien du lien social. La crise sanitaire l'a largement mis en avant. En l'absence de traitement curatif, elles sont les seules options envisageables afin de leur permettre d'améliorer leur fonctionnement cognitif, psychologique, social, physique et plus globalement leur qualité de vie.*

Hélène Jacquemont, Présidente de la Fondation Médéric Alzheimer

### Les interventions non médicamenteuses : au cœur de l'accompagnement des personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer

Considérer chacun dans sa personnalité, ses difficultés et capacités, son environnement

La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées sont complexes car elles impliquent des troubles cognitifs, psychologiques et comportementaux qui impactent le fonctionnement psychologique, social voire physique. Chaque patient est différent dans la singularité de ses troubles.

- Les INM ont pour objectif de **maintenir et/ou d'améliorer les capacités cognitives, physiques, psychologiques et sociales** et plus globalement la **qualité de vie des personnes** vivant avec la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée.
- Elles ont aussi pour objectifs d'améliorer la **qualité de vie et le moral des aidants familiaux** et la qualité du contexte de travail des professionnels.
- Les **effets positifs** des INM ont été observés sur le délai d'institutionnalisation, les troubles cognitifs, l'autonomie fonctionnelle, le comportement, l'affect, la qualité de vie des personnes malades ainsi que sur la qualité de vie, le bien-être et l'humeur des aidants et la qualité de vie au travail des professionnels.

« Plusieurs questions doivent se poser : A qui proposer l'intervention ? Dans quel contexte ? Dans quel cas est-ce contre-indiqué ? Quelle est la durée de l'intervention ? Sa fréquence ? Le professionnel encadrant l'intervention possède-t-il la formation ou les connaissances requises à sa mise en œuvre ? Dispose-t-on des ressources humaines et matérielles pour la mettre en œuvre ? », précise Jean-Bernard Mabire, psychologue, responsable de projets Living Lab à la Fondation Médéric Alzheimer. « Répondre à ces questions : c'est tout l'objectif de ce guide proposé par la Fondation Médéric Alzheimer », argumente-t-il.

## Mieux connaître, mieux comprendre et mieux mettre en œuvre les INM : un nouveau guide pratique et des fiches grand public

Ce guide est le fruit d'un travail collaboratif et participatif entre professionnels, universitaires, personnes malades et aidants.

Il ne se substitue pas aux formations requises pour délivrer les interventions mais offre une meilleure connaissance et une meilleure compréhension des caractéristiques de ces interventions.

Il présente les principales INM à proposer aux personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer, telles que des programmes d'activités physiques adaptées, d'art-thérapie, d'interventions assistées par l'animal, d'interventions basées sur la danse, de musicothérapie, de réhabilitation cognitive, de thérapie par la reminiscence et de thérapie par la stimulation cognitive.

### Sensibiliser les professionnels aux INM et favoriser leur déploiement

Il propose des fiches dédiées à chacune des 10 interventions sélectionnées à partir des preuves scientifiques de leurs effets positifs et bénéfiques. Les 10 interventions sont aussi celles qui sont le plus souvent mises en œuvre et proposées aux personnes malades.

Ces fiches s'adressent spécifiquement aux professionnels du soin, aux chercheurs et aux décideurs. Chaque chapitre correspondant à une intervention a été rédigé par un ou deux experts de renommée nationale et internationale et relu par un autre expert de l'intervention.

### Intérêts des interventions en fonction de l'effet recherché

	Activité physique adaptée	Art thérapie	Hortithérapie	Interventions assistées par l'animal	Interventions basées sur la danse	Musicothérapie	Réhabilitation cognitive	Stimulation multisensorielle	Thérapie par la reminiscence	Thérapie par la stimulation cognitive
Fonctionnement cognitif	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Communication verbale et non-verbale	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Symptômes psychologiques et comportementaux	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
État émotionnel	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Qualité de vie et personnalité	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Forme physique liée à la santé	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Qualité et contrôle du mouvement	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Autonomie fonctionnelle	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■



### Faire connaître et rendre acteur : des fiches vulgarisées et synthétisées pour le grand public

Le guide pratique est également décliné sous la forme de fiches adaptées pour le grand public.

Conçues par et pour les personnes malades et les aidants, ces fiches favorisent une meilleure connaissance et compréhension des interventions qui peuvent leur être proposées pendant leurs parcours de soin et d'accompagnement.

Ces outils peuvent permettre à chacun vivant avec la maladie d'Alzheimer de devenir soi-même acteur de son accompagnement en s'appuyant sur la connaissance des INM pouvant leur être proposées et leurs objectifs thérapeutiques.

## Une « prescription » dans un cadre rigoureux, validé et évalué

Depuis une dizaine d'années, la recherche commence à répondre aux questions posées sur les mécanismes, les bénéfices, les risques et l'utilité des INM en s'appuyant sur les découvertes récentes des neurosciences, de l'épigénétique, de l'immunologie, des innovations technologiques. Cette recherche est d'ailleurs encouragée par les autorités tout en tenant compte des personnes et des contextes d'utilisation<sup>12</sup> et d'un cadre consensuel d'évaluation comme c'est le cas pour le médicament depuis 50 ans<sup>34</sup>.

La forte mobilisation des associations de patients, des familles, des praticiens et des sociétés savantes, parmi lesquelles la Fondation Médéric Alzheimer, a contribué à l'évolution favorable des INM qui constituent un nouvel arsenal de solutions pertinentes et sûres pour la santé des personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer. « *Leur distinction par la recherche des médecines alternatives, des règles d'hygiéno-diététiques et des pratiques socioculturelles devra se traduire par une évolution réglementaire et économique* », affirme Grégory Ninot.

*« Il est légitime de chercher par tous les moyens à résoudre les difficultés d'une personne vivant avec la maladie d'Alzheimer. Le déremboursement des médicaments a été un choc pour toutes les familles renforçant le sentiment d'abandon et d'impuissance de la médecine. Ce vide a ouvert la voie au développement massif de pratiques non médicamenteuses dont la science permet aujourd'hui de trier le grain de l'ivraie ».*

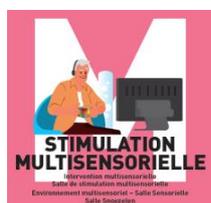
Grégory Ninot, Professeur à l'Université de Montpellier, Fondateur et Directeur de la Plateforme CEPS

### INM : ce qu'elles sont et ne sont pas

- Un cadre scientifique permet de distinguer les INM des recommandations générales de santé publique (sevrage tabagique, alcool, mobilités ...), des activités socioculturelles (activités artistiques, sociales, religieuses...) et des médecines alternatives (médecines parallèles, thérapies ésotériques...).
- Il s'agit bien d'un programme visant un objectif de santé principal associant différentes techniques qui pourra être proposé et/ou prescrit lors d'une séquence spécifique du parcours d'une personne vivant avec la maladie d'Alzheimer.
- Le choix de l'INM se fait avec le participant et sa mise en œuvre répond à toutes les conditions de sécurité, d'alliance thérapeutique, d'éthique professionnelle, de traçabilité et d'ajustement contextuel.
- Une INM ciblée sur la maladie d'Alzheimer n'est pas une discipline (psychologie, kinésithérapie, ergonomie...), pas une approche (psychosociale, corporelle, nutritionnelle...) ou un composant (bracelet podomètre, posture de yoga, feuille de ginkgo biloba...).

Le guide et les fiches pratiques sont disponibles gratuitement :

- en version papier auprès de la Fondation Médéric Alzheimer, Hélène Méjean, Directrice de la Communication : [mejean@med-alz.org](mailto:mejean@med-alz.org)
- téléchargeables sur <https://www.fondation-mederic-alzheimer.org/guide-pratique-interventions-non-medicamenteuses>



## À PROPOS DE LA FONDATION MÉDÉRIC ALZHEIMER

La Fondation Médéric Alzheimer, reconnue d'utilité publique, travaille depuis plus de 20 ans avec des professionnels, prescripteurs et pouvoirs publics pour améliorer la qualité de vie des personnes malades et de leurs proches au quotidien.

Elle mène des actions de veille scientifique, d'enquête, de recherche et développe depuis 2010 une activité de formation par l'intermédiaire du Centre de formation Eval'Zheimer©. Après avoir publié le livre plaidoyer *Alzheimer Ensemble, Trois chantiers pour 2030*, la Fondation Médéric Alzheimer a pris l'initiative du collectif « Alzheimer Ensemble, Construisons l'avenir » destiné à relever le défi du vieillissement cognitif et à favoriser l'émergence d'une société bienveillante.

La Fondation a également vocation à innover et à faire émerger des solutions d'accompagnement plus efficaces au travers de son Living Lab mais également en finançant les travaux de chercheurs en santé publique et sciences humaines et sociales ainsi que des projets d'acteurs de terrain.

[www.fondation-mederic-alzheimer.org](http://www.fondation-mederic-alzheimer.org)

## Contacts presse

Amélie Testa : [amelie.testa@comm-sante.com](mailto:amelie.testa@comm-sante.com) / 06 31 86 94 26

Hélène Méjean : [mejean@med-alz.org](mailto:mejean@med-alz.org) / 06 71 06 72 49

---

<sup>1</sup> Haute Autorité de Santé. (2011). *Développement de la prescription de thérapeutiques non médicamenteuses validées*. Paris : HAS. [https://www.has-sante.fr/jcms/c\\_1059795/fr/developpement-de-la-prescription-de-therapeutiques-non-medicamenteuses-validees](https://www.has-sante.fr/jcms/c_1059795/fr/developpement-de-la-prescription-de-therapeutiques-non-medicamenteuses-validees)

<sup>2</sup> Haute Autorité de Santé. (2011). *Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées : diagnostic et prise en charge*. Paris : HAS. [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2011-](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2011-12/recommandation_maladie_d_alzheimer_et_maladies_apparentees_diagnostic_et_prsie_en_charge.pdf)

12/recommandation\_maladie\_d\_alzheimer\_et\_maladies\_apparentees\_diagnostic\_et\_prsie\_en\_charge.pdf

<sup>3</sup> Ninot, G., Bernard, P.-L., Nogues, M., Roslyakova, T., & Trouillet, R. (2020). Rôle des interventions non médicamenteuses pour vieillir en bonne santé. *Gériatrie et Psychologie Neuropsychiatrie du Vieillessement*, 18(3), 305-310.

<sup>4</sup> Ernst, E. (2009). Ethics of complementary medicine: practical issues. *The British Journal of General Practice*, 59(564), 517-569. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2702018/>