

Danse et personnes âgées présentant des troubles neurocognitifs : revue systématique de littérature et recommandations pratiques

À propos de la danse

La danse est une activité plaisante, sociale et multimodale impliquant des capacités motrices, cognitives, sensori-motrices et des aptitudes émotionnelles et sociales. Les bénéfices de la danse chez des personnes âgées présentant des troubles neurocognitifs portent sur l'équilibre, le risque de chute, la cognition, la qualité de vie, le comportement et les interactions sociales

Nos objectifs

- 1 Analyser les études proposant des interventions basées sur la danse pour des personnes âgées présentant des troubles neurocognitifs
- 2 Identifier des recommandations pratiques pour le développement d'interventions basées sur la danse

Notre méthode

Une revue de la littérature a été menée en décembre 2017 à partir de bases de données scientifiques pour identifier les études proposant et décrivant des interventions de danse pour des personnes âgées présentant des troubles neurocognitifs. Sur les 263 références identifiées, 14 articles publiés entre 1998 et 2017 ont été retenus et ont été analysés selon cinq critères : (1) plan de l'étude et intentions de l'intervention; (2) profil des participants, critères d'inclusions et d'exclusion ; (3) indications et contre-indications ; (4) description et mise en œuvre de l'intervention ; (5) processus physiques, cognitifs, psychologiques et social impliqués.

NOS RECOMMANDATIONS

	INTENTION THÉRAPEUTIQUE	INTENTION LUDIQUE, DE LOISIR
Indications	<ul style="list-style-type: none"> • Rééducation motrice (marche, démarche, équilibre, risques de chute) • Rééducation cognitive (mémoire, fonctions exécutives, praxiques, motrices) • Rééducation psychologique (humeur, qualité de vie, retrait social, anxiété, dépression, agitation) 	Évènement convivial, communauté, activités récurrentes, évènement social.
Contre-indications	Comportement incompatible avec l'intention de traitement, troubles cognitifs sévères, problèmes de santé physique, douleurs, faible mobilité, avis médical, trouble psychiatrique majeur, abus de drogue et/ou d'alcool	Risque de chutes, avis médical, état de santé fragile, abus de drogue et/ou d'alcool, comportements perturbateurs
Profil des participants	Personnes âgées avec troubles neurocognitifs	Ouvert à tout le monde
Dosage	12 semaines / au moins deux fois par semaine / 30-60 minutes par atelier (moyenne de 40 minutes)	Non spécifié
Déroulé de la séance	(1) Présentation, (2) échauffement, (3) pratique de la danse (exercices imposés, danse avec thèmes), (4) danse improvisée, (5) pause, (6) retours d'expérience (Nous recommandons une pause avec collation et rafraîchissement)	Non spécifié. (Nous recommandons une pause avec collation et rafraîchissement)
Cadre d'intervention	Environnement calme, relaxant, bien ventilé et spacieux, avec à disposition des chaises et de l'eau.	Salle de réception
Observance, présence	La réticence des participants à assister aux séances devrait demander une réévaluation de la pertinence de l'intervention.	Non spécifié
Contributeurs	Professeur de danse, thérapeute ou instructeur certifié, personnel supplémentaire pour animer la session, personnel formé si disponible.	Professionnels, famille, amis.
Évaluation	Cognitif, psychomoteur, équilibre, comportement.	Qualité de vie, bien être, satisfaction.

Impact de la danse sur l'équilibre, la qualité de vie et la confiance de personnes âgées présentant des troubles neurocognitifs

Nos objectifs

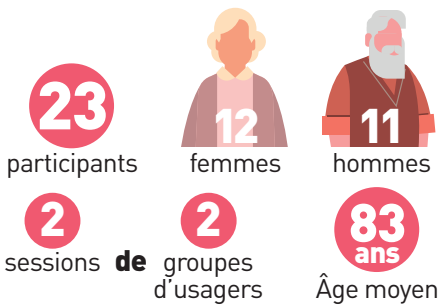
ÉVALUER

- La faisabilité d'une intervention de danse dans un accueil de jour.
- Les effets sur l'équilibre, la démarche, la confiance en son équilibre, la qualité de vie et le bien-être.

Notre méthode

ACCUEIL DE JOUR PILOTE (Versailles)

12 SÉANCES DE 50 MINUTES



Participation moyenne de 8,13 séances sur 12

Nos résultats

- Une augmentation de **86%** du bien-être immédiat après les séances
- Une tendance à l'amélioration des stratégies et du temps de réalisation d'un test d'équilibre
- Une tendance à une diminution de la confiance en son équilibre (conscience des difficultés?)

• Observations d'attitudes spontanées pendant les séances :



EN CONCLUSION

LES LIMITES

- Groupes non homogène
- Fréquence de l'intervention pas assez soutenue
- Indication de l'intervention (risque de chute)

LES POINTS POSITIFS

- Bonne participation
- Bien-être immédiat à danser
- Plaisir à regarder les autres danser
- Test d'équilibre plus rapide et mieux organisé