

PRÉVENIR LES CHUTES :

REPÉRER LES RISQUES, AGIR AU QUOTIDIEN ET RÉORGANISER L'ENVIRONNEMENT

Formation destinée aux professionnels accompagnant des personnes âgées en établissement et à domicile

Acquérir une vision globale des facteurs de risque et mettre en place des actions de prévention efficaces

Durée : 4 heures	Modules : 4 modules
Leçons : 16 leçons	Public : Professionnels du secteur médico-social et sanitaire
Format : 100 % en ligne, asynchrone	Organisme : N° 11757351875
Certification : Qualiopi	Tarif : Sur devis

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Description de la formation

Cette formation de 4 heures s'adresse aux professionnels accompagnant des personnes âgées dans tous types d'établissements (résidence médicalisée, domicile, SSIAD, accueil de jour). Elle permet d'acquérir une vision globale des facteurs de risque de chute chez la personne âgée, de mettre en place des actions de prévention concrètes dans les gestes du quotidien, et de réorganiser l'environnement physique pour réduire les situations à risque. La formation aborde également la conduite à tenir après une chute, la gestion de la peur de tomber et le travail en équipe pluridisciplinaire. À l'issue de la formation, chaque participant sera capable d'identifier les résidents ou patients les plus à risque et de mettre en place des réponses adaptées et traçables.

Sommaire des modules

MODULE 1	Comprendre les chutes — épidémiologie et facteurs de risque	4 leçons
MODULE 2	Prévenir au quotidien — gestes professionnels et surveillance	4 leçons
MODULE 3	Réorganiser l'environnement — aménagements du domicile et de l'établissement	4 leçons
MODULE 4	Après la chute — conduite à tenir et prévention de la récurrence	4 leçons

Objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Identifier les facteurs de risque de chute intrinsèques, extrinsèques et médicamenteux
- Utiliser les outils d'évaluation du risque de chute et réaliser un bilan pluridisciplinaire
- Appliquer les gestes professionnels sécurisés lors des transferts et des soins
- Adapter l'environnement physique en établissement et à domicile pour réduire les risques
- Adopter la conduite à tenir immédiatement après une chute et tracer l'événement
- Prendre en charge la peur de tomber et prévenir le syndrome post-chute
- Impliquer la personne âgée et sa famille dans la démarche de prévention

Informations générales

Durée	4 heures
Public visé	Professionnels du secteur médico-social et sanitaire (infirmiers, aides-soignants, auxiliaires de vie, animateurs, ergothérapeutes, kinésithérapeutes) intervenant auprès de personnes âgées en établissement ou à domicile
Prérequis	Aucun
Tarif	Sur devis – TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)

Certification	Qualiopi – Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

Leçon 1 - La chute chez la personne âgée — réalité et conséquences

- Les chiffres : fréquence, mortalité et morbidité associées aux chutes chez les plus de 65 ans
- Les conséquences physiques : fractures, traumatismes crâniens, alitement prolongé
- Les conséquences psychologiques : peur de tomber, perte de confiance, syndrome post-chute
- L'impact sur l'autonomie et la qualité de vie : dépendance accélérée, entrée en institution

Leçon 2 - Les facteurs intrinsèques de risque

- Les troubles de l'équilibre et de la marche : sarcopénie, vertiges, troubles vestibulaires
- Les pathologies à risque : maladie de Parkinson, AVC, démences, hypotension orthostatique
- Les troubles visuels : cataracte, DMLA, glaucome — impact sur la perception de l'espace
- Les facteurs cognitifs : désorientation, impulsivité, mauvaise estimation des risques

Leçon 3 - Les facteurs extrinsèques et médicamenteux

- Les médicaments à risque : hypnotiques, anxiolytiques, antihypertenseurs, neuroleptiques
- La polymédication : quand l'accumulation de traitements multiplie les risques
- Les facteurs environnementaux : revêtements de sol, éclairage, mobilier inadapté
- Les facteurs comportementaux : chaussures inadaptées, vêtements trop longs, précipitation

Leçon 4 - Évaluer le risque de chute — outils et démarche clinique

- Les échelles d'évaluation du risque : Tinetti, Get Up and Go, Morse Fall Scale
- Le bilan pluridisciplinaire de chute : qui fait quoi (médecin, kiné, infirmier, ergothérapeute)
- L'importance de l'anamnèse : recueillir les antécédents de chute sans culpabiliser le patient
- Tracer le risque dans le dossier de soin et le réévaluer régulièrement

Leçon 1 - Les moments à risque dans la journée

- Le lever et le coucher : hypotension orthostatique, désorientation nocturne, fatigue
- Les déplacements aux toilettes, notamment la nuit : urgences mictionnelles et précipitation
- Les repas : hypoglycémie, fatigue post-prandiale, déplacements en salle à manger
- Les changes et soins : positions instables, sols mouillés, manipulation brusque

Leçon 2 - Les gestes préventifs lors des soins et des transferts

- Techniques de transfert sécurisé : lit-fauteuil, fauteuil-debout, installation aux toilettes
- Utilisation correcte des aides techniques : déambulateur, canne, barres d'appui
- La surveillance active : ne jamais laisser seule une personne à risque lors d'un transfert
- La communication avant le geste : prévenir, expliquer, obtenir la coopération du patient

Leçon 3 - Surveiller et anticiper les signes précurseurs

- Les changements comportementaux annonciateurs : agitation, confusion soudaine, plaintes nouvelles
- Surveiller l'hypotension orthostatique : quand la mesurer, comment réagir
- Observer la marche et l'équilibre au quotidien : modifications subtiles à signaler
- La transmission entre équipes : que noter, à qui transmettre, avec quelle urgence

Leçon 4 - La contention — recours exceptionnel et encadrement strict

- Définition et cadre légal de la contention physique et médicamenteuse
- Pourquoi la contention augmente souvent le risque de chute et ses conséquences
- Les alternatives à la contention : surveillance renforcée, matelas au sol, barrières basses
- Le protocole d'autorisation, de traçabilité et de réévaluation obligatoire

Leçon 1 - Les zones à risque dans l'établissement

- La chambre : lit à hauteur réglable, éclairage nocturne, sonnette accessible, sol dégagé
- La salle de bain et les toilettes : barres d'appui, tapis antidérapants, siège de douche

- Les couloirs et espaces communs : revêtements, obstacles, éclairage, guidage visuel
- La salle à manger : accès, sièges stables, hauteur des tables

Leçon 2 - Aménager le domicile d'une personne âgée à risque

- Le diagnostic habitat : repérer les zones dangereuses pièce par pièce
- Les aides techniques à préconiser : barres, rehausseurs, antidérapants, chaussures adaptées
- Les aides humaines et techniques : téléassistance, passage régulier, capteurs de mouvement
- Comment convaincre une personne âgée réticente à modifier son domicile

Leçon 3 - Les équipements et aides techniques de prévention

- Les protecteurs de hanche : efficacité, acceptabilité, conseils de port
- Le détecteur de chute et la téléassistance : fonctionnement, limites, mise en place
- Les chaussures thérapeutiques et semelles orthopédiques : rôle préventif
- Les adaptations du fauteuil roulant et du déambulateur pour sécuriser les déplacements

Leçon 4 - Impliquer la personne et sa famille dans la prévention

- L'éducation thérapeutique du patient âgé : adapter le message à la personne
- Impliquer les aidants familiaux : leur rôle, leurs craintes, leurs ressources
- La résistance aux aménagements : comprendre les enjeux identitaires (autonomie, dignité)
- Les groupes de prévention des chutes : activité physique adaptée, atelier équilibre

MODULE 4

Après la chute — conduite à tenir et prévention de la récurrence

4 leçons

Leçon 1 - La conduite à tenir immédiatement après une chute

- L'évaluation initiale : ne pas relever précipitamment, évaluer l'état de conscience et les douleurs
- Appeler les secours ou non : critères de décision selon l'état de la personne
- La technique du relèvement progressif si la chute est sans gravité
- La traçabilité obligatoire : fiche d'incident, transmission médicale, information de la famille

Leçon 2 - L'analyse systématique de la chute

- La réunion d'analyse post-chute : qui participe, quelle méthode, dans quel délai
- Identifier les facteurs déclenchants : médicaments, environnement, état de santé du jour
- Adapter le plan de soins après la chute : réévaluation du risque, modification des prescriptions
- Le rôle de la démarche qualité et des indicateurs de suivi des chutes en établissement

Leçon 3 - Prendre en charge la peur de tomber

- Le syndrome post-chute : réduction des activités, isolement, dépression secondaire
- L'évaluation de la peur de tomber : échelle FES-I, entretien motivationnel
- Les approches thérapeutiques : psychomotricité, activité physique adaptée, soutien psychologique
- Le rôle du soignant au quotidien : encourager sans forcer, valoriser chaque progrès

Leçon 4 - Les outils DYNSEO pour soutenir les capacités motrices et cognitives

- La Bille qui Roule : exercices de motricité fine et d'équilibre sur tablette, adaptables et progressifs
- EDITH : maintien des fonctions cognitives liées à l'orientation et à la vigilance spatiale
- Comment intégrer ces outils dans un programme de prévention des chutes pluridisciplinaire
- Présenter ces outils aux familles comme support de stimulation à domicile

Modalités pédagogiques

- Formation en ligne accessible 24h/24 depuis un espace personnel sécurisé
- Contenus pédagogiques variés : vidéos, supports écrits, études de cas, quiz d'évaluation
- Accès illimité pendant 6 mois à l'ensemble des ressources de la formation
- Accompagnement par un formateur expert disponible par email pour répondre aux questions
- Attestation de fin de formation délivrée après validation des acquis