

Interventions non médicamenteuses (INM) : une boîte à outils pour les aidants au quotidien

Anne-Julie Vaillant-Ciszewicz
Psychologue clinicienne (Ph.D)
CHU de Nice, Pôle Réhabilitation Autonomie &
Vieillesse (RAV)



Introduction

Aujourd'hui, plus de **90 % des patients** vivant avec une maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée développent des **troubles psycho comportementaux (TPC)** au cours de l'évolution de la maladie . Ces symptômes : agitation, anxiété, apathie, troubles du sommeil... compliquent le quotidien des patients et génèrent **une lourde charge émotionnelle, physique et psychologique pour leurs aidants, souvent des proches familiaux.**



Pourquoi les INM ?

Les recommandations internationales privilégient les interventions non médicamenteuses (INM) pour apaiser les TPC avant de recourir aux médicaments.

Mais concrètement, comment les aidants peuvent-ils s'en saisir ? Quels outils et stratégies peuvent les aider dans leur quotidien ?



Exemple de l'étude PsyDoMa à Nice

- Le projet propose un accompagnement psychoéducatif à domicile. Il a permis de :
- Renforcer les connaissances des aidants sur la maladie et les comportements associés.
- Travailler la gestion des émotions et du stress.
- Détecter précocement les fragilités des aidants et proposer des orientations adaptées.



Objectifs centrés sur les aidants :

- Offrir un **accompagnement psychoéducatif personnalisé** à domicile
- **Aider les aidants à mieux comprendre** les troubles de leur proche
- Favoriser la **gestion du stress, des émotions et des comportements déroutants**
- Renforcer les **compétences communicationnelles** et les **stratégies d'adaptation**



A close-up photograph showing the hands of an elderly person being gently held by a caregiver. The elderly person's hands are wrinkled and have a reddish tint, while the caregiver's hands are smoother and younger. The caregiver is wearing a grey cable-knit sweater, and the elderly person is wearing a light-colored, ribbed sweater. The background is softly blurred, showing more of the elderly person's body and the caregiver's arm.

Le programme psychoéducatif :

- 8 semaines, 1 séance/sem de 30-45 min, adaptée aux besoins individuels
- **Module 1** : reconnaissance des émotions, gestion du stress, pleine conscience
- **Module 2** : compréhension de la maladie et des traitements
- **Module 3** : amélioration de la communication avec le proche malade
- Évaluations après chaque module pour renforcer les acquis



Illustration du programme PsyDoMa reportage

[Projet de recherche PsyDoMa CHU de Nice \(youtube.com\)](#)

[Alzheimer : des outils concrets pour alléger le quotidien avec les interventions non médicamenteuses \(youtube.com\)](#)

Résultats de l'étude

Objectif

Réduire les TPC chez des patients Alzheimer vivant à domicile et soutenir leurs aidants via un programme psychoéducatif personnalisé.

Participants

16 binômes patient-aidant suivis 6 mois

Âge moyen patients : 83,8 ans

Pathologies : Alzheimer (60 %), démences mixtes, à corps de Lewy...

Interventions

3 séances/semaine d'interventions non médicamenteuses (musicothérapie, stimulation cognitive, art-thérapie...)

1 séance/semaine de psychoéducation personnalisée pour les aidants (émotions, stress, communication)



↓ significative des TPC totaux (Inventaire Neuropsychiatrique, $p=0,034$)

↓ significative de l'agitation (CMAI, $p=0,041$)

Pas d'effet significatif sur les prescriptions psychotropes

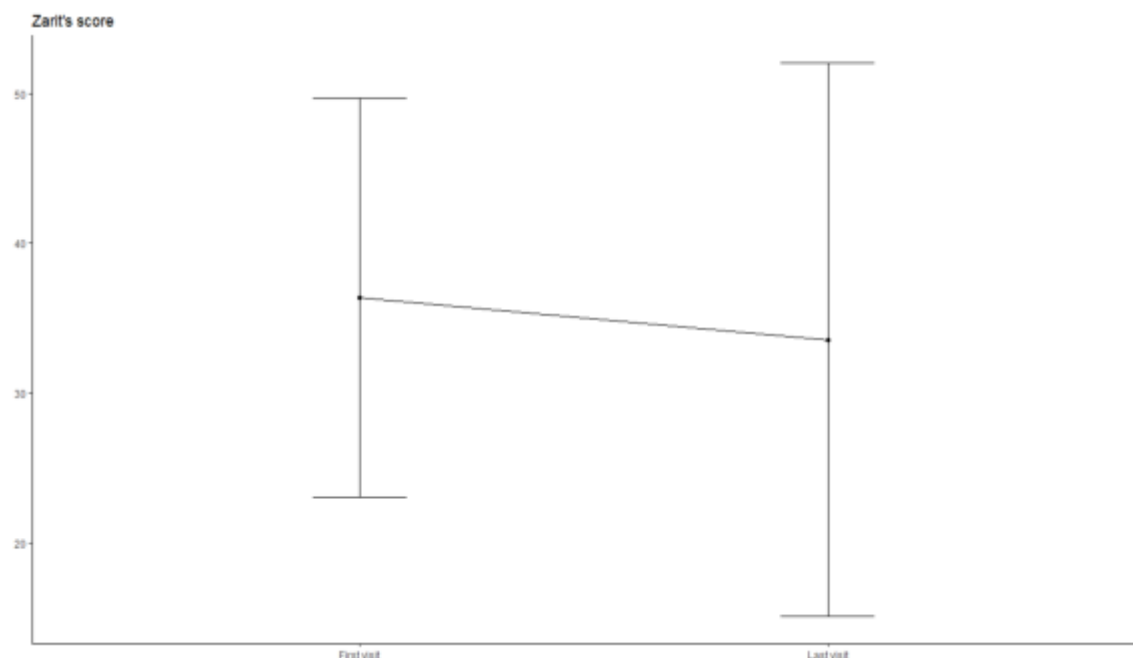
↓ non significative du fardeau des aidants (ZARIT, CRA)

100 % des aidants évalués avec l'application ICOPE ont reçu des recommandations de prévention

Fig1. Score au NPI FxG des TPC entre la 1ere et la dernière séance

N=16	Première séance			Dernière séance			p-value
	Mediane	Q1	Q3	Mediane	Q1	Q3	
Nb de symptômes	5,0	4,8	7,3	5,0	3,5	6,0	0,034
NPI_A_retent	1,5	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,075
NPI_B_retent	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,503
NPI_C_retent	3,0	0,8	4,0	1,0	0,0	3,3	0,154
NPI_D_retent	0,0	0,0	2,3	0,0	0,0	2,0	0,899
NPI_E_retent	3,0	1,0	4,0	2,5	0,0	3,0	0,216
NPI_F_retent	0,0	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,136
NPI_G_retent	2,5	0,0	4,0	3,0	0,0	3,3	0,954
NPI_H_retent	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,098
NPI_I_retent	1,5	0,0	4,0	1,5	0,0	3,0	0,481
NPI_J_retent	2,0	0,0	3,3	2,5	0,0	3,3	0,843
NPI_K_retent	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,385
NPI_L_retent	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,705
NPI_A_freq_grav	1,0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,230
NPI_B_freq_grav	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,896
NPI_C_freq_grav	3,5	1,5	6,8	1,5	0,0	4,5	0,142
NPI_D_freq_grav	0,0	0,0	3,3	0,0	0,0	1,3	0,832
NPI_E_freq_grav	4,0	1,8	6,0	2,5	0,0	4,5	0,369
NPI_F_freq_grav	0,0	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,696
NPI_G_freq_grav	3,0	0,0	8,3	4,0	0,0	6,5	0,923
NPI_H_freq_grav	0,0	0,0	2,5	0,0	0,0	0,0	0,094
NPI_I_freq_grav	3,5	0,0	8,0	1,5	0,0	3,8	0,291
NPI_J_freq_grav	2,5	0,0	12,0	2,5	0,0	8,0	0,922
NPI_K_freq_grav	0,0	0,0	2,3	0,0	0,0	0,0	0,399
NPI_L_freq_grav	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	1,5	1,000

Fig2. Scores observés à l'échelle de Zarit entre la première et la dernière visite de PsyDoMa.





Conclusion

- Preuve de faisabilité pour un accompagnement psychologique à domicile.
- Importance d'études complémentaires pour évaluer l'impact médico-économique et l'effet sur le report d'institutionnalisation.
- Rôle central du psychologue : interventions personnalisées, alliance thérapeutique, détection de la fragilité des aidants.

Références bibliographiques

1. [Comparative efficacy of 11 non-pharmacological interventions on depression, anxiety, quality of life, and caregiver burden for informal caregivers of people with dementia: A systematic review and network meta-analysis](#). Sun Y, Ji M, Leng M, Li X, Zhang X, Wang Z. Int J Nurs Stud. 2022 May;129:104204. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2022.104204. Epub 2022 Feb 12. PMID: 35247788 Review.
2. [Non-Pharmacologic Interventions for Hispanic Caregivers of Persons with Dementia: Systematic Review and Meta-Analysis](#). Dessy A, Zhao AJ, Kyaw K, Vieira D, Salinas J. J Alzheimers Dis. 2022;89(3):769-788. doi: 10.3233/JAD-220005. PMID: 35938246
3. [Impact of Alzheimer's Dementia on Caregivers and Quality Improvement through Art and Music Therapy](#). Popa LC, Manea MC, Velcea D, Șalapa I, Manea M, Ciobanu AM. Healthcare (Basel). 2021 Jun 9;9(6):698. doi: 10.3390/healthcare9060698. PMID: 34207703 **Free PMC article**. Review.
4. [Nonpharmacologic Interventions for Family Caregivers of People Living With Dementia in Latin-America: A Scoping Review](#). Aravena JM, Gajardo J, Saguez R, Hinton L, Gitlin LN. Am J Geriatr Psychiatry. 2022 Aug;30(8):859-877. doi: 10.1016/j.jagp.2021.10.013. Epub 2021 Nov 2. PMID: 34848116 **Free PMC article**.
5. [Effectiveness of non-pharmacological interventions in the quality of life of caregivers of Alzheimer](#). Amador-Marín B, Guerra-Martín MD. Gac Sanit. 2017 Mar-Apr;31(2):154-160. doi: 10.1016/j.gaceta.2016.09.006. Epub 2016 Nov 22. PMID: 27884556 Review. Spanish.
6. [Efficacy of cognitive-behavioural therapy interventions on reducing burden for caregivers of older adults with a neurocognitive disorder: a systematic review and meta-analysis](#). Verreault P, Turcotte V, Ouellet MC, Robichaud LA, Hudon C. Cogn Behav Ther. 2021 Jan;50(1):19-46. doi: 10.1080/16506073.2020.1819867. Epub 2020 Oct 30. PMID: 33125307



Merci pour votre attention

Contact :

Vaillant-ciszewicz.aj@chu-nice.fr

annejulievaillant@gmail.com





CAPSULES D'INFORMATION POUR LES AIDANTS *étude MIA*



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES

Ecole de Gériatrie et Gériatologie de Montpellier-Nîmes
MIOT Stéphanie, AGGOUN Myriam, PORTALEZ Marie-Laure



Qu'est ce qu'un « aidant » ?

- Cadre juridique



guide ministériel du proche aidant

(oct. en 2021, Secrétariat général, Ministère de l'économie, des finances et de la relance)

*« Juridiquement, le **proche aidant** est défini comme étant une «**personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap**».*

« aidant familial »

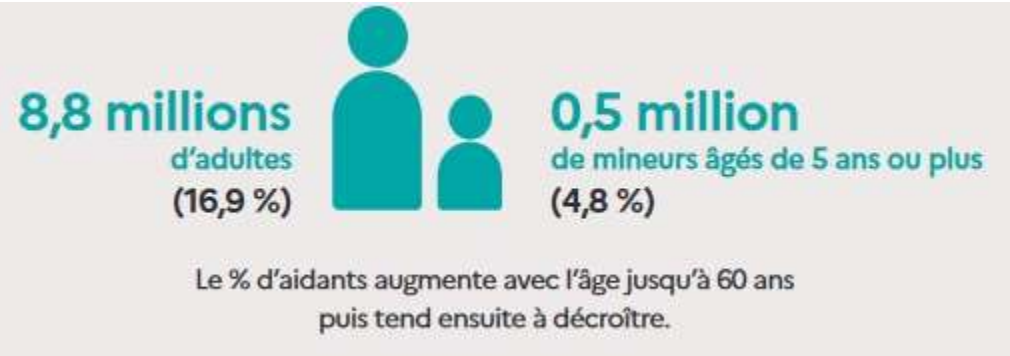
« **PROCHE AIDANT** »



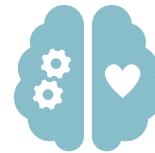
ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



9,3 millions apportent une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie



2021



soutien moral
6,4 millions



aide vie quotidienne
5,5 millions



aide financière
1,3 million

Les femmes surreprésentées parmi l'ensemble des proches aidants



56 % des personnes se déclarant proches aidants
52 % de la population générale

Les hommes surreprésentés parmi les personnes déclarant apporter une aide financière



51 % des personnes déclarant apporter une aide financière
48 % de la population générale

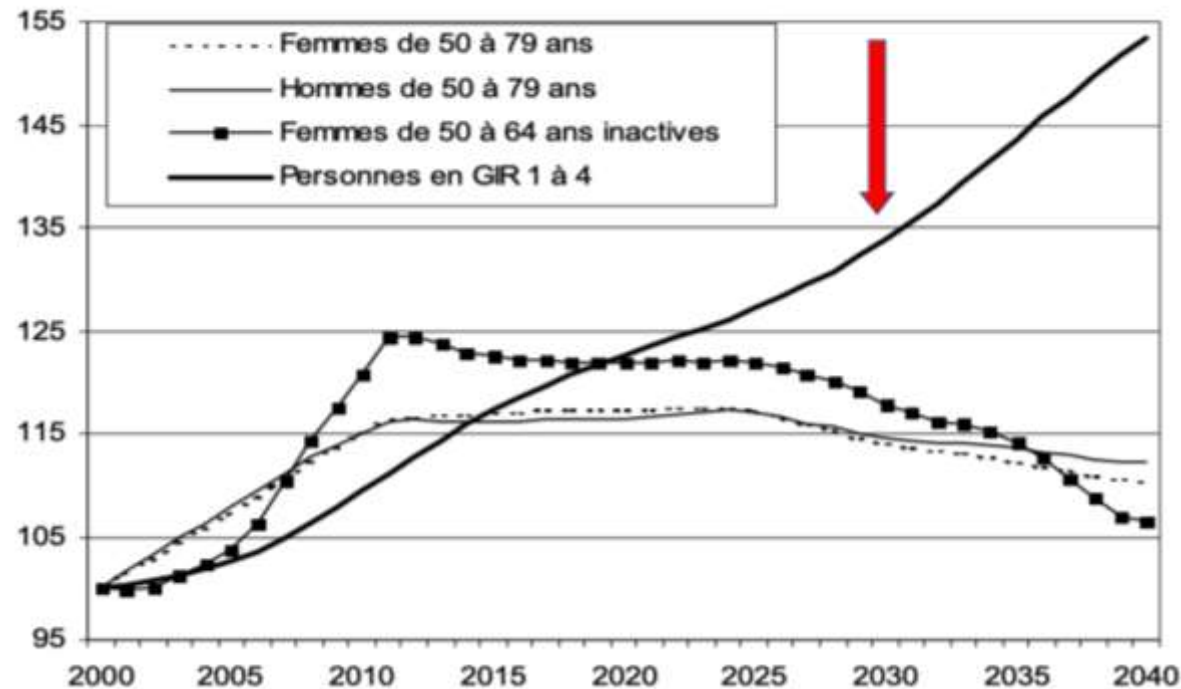


Projections des aidants potentiels



Moins d'aidants potentiels Évolutions sociétales

- + divorces
- enfants
- travail des femmes
- éloignement



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES

INSEE, enquête HID 1998 et 1999, projections démographiques 2001 – calculs DREES
Rapport IGAS, « Lieux de vie et accompagnement des personnes âgées en perte d'autonomie :
les défis de la politique domiciliaire. Se sentir chez soi où que l'on soit » Tome 2 : Annexes,
février 2024, pp. 39-40

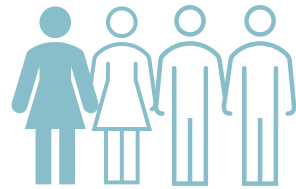




Profil des aidants



>18 ans
1/10 aidant



à 60 ans
1/4 aidant

entre **60-65 ans**
23,5% aide régulière



baisse après 65 ans
ressaut à 80-85 ans



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES

DREES • Études et Résultats • février 2023 • n° 1255. Source : Enquête VQS 2021





Une moins bonne santé déclarée



Bonne santé ?

65,8% femmes aidantes

72,4% femmes population générale

67,2% hommes aidants

75,6% hommes population générale



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES

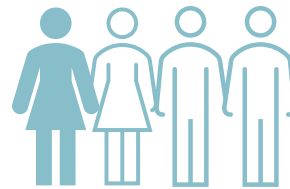
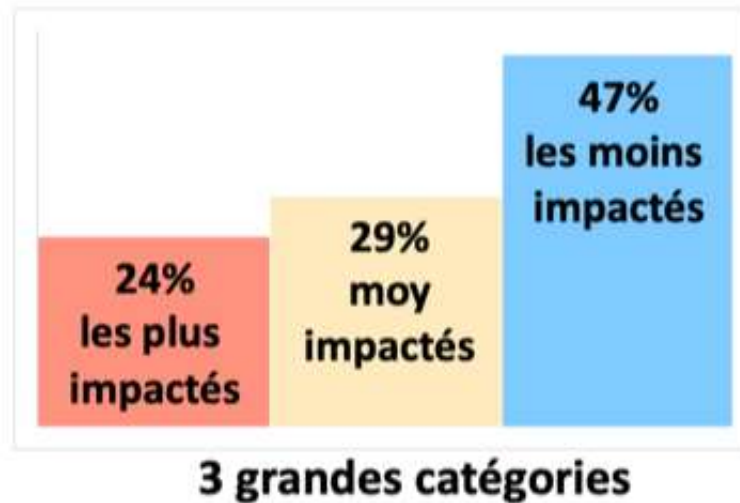
DREES • Études et Résultats • février 2023 • n° 1255. Source : Enquête VQS 2021





Charge et impacts ressentis

- ✓ Identifier des situations types
- ✓ Cadrer les besoins des proches aidants



21,6% peu de **temps pour soi**
24,8% **sacrifices** dans la vie
25,3% pas de **vacances**
26,1 % **fatigue** physique



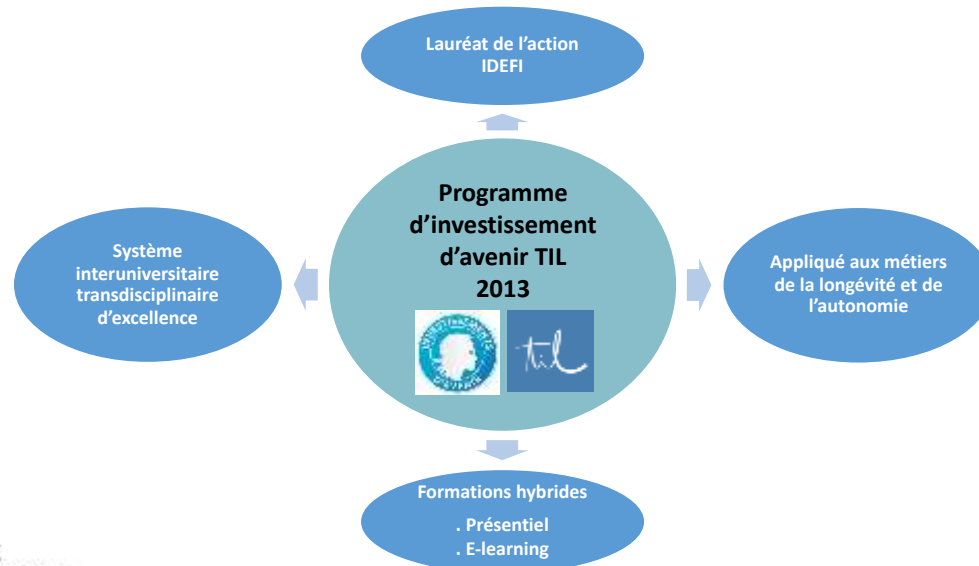


PROPOSER UN ACCOMPAGNEMENT

- Création de l'École de Gériatrie et de Gérontologie de Montpellier-Nîmes
- Création du Master de Gérontologie en 2004



Formation transdisciplinaire et pluriprofessionnelle



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



PROPOSER UN ACCOMPAGNEMENT

- Création de l'École de Gériatrie et de Gériatologie de Montpellier-Nîmes
- Inauguration de l'Ecole en juin 2022



Pérennisation de toutes les formations créées dans le cadre du programme TIL



Centralisation de l'offre de formation



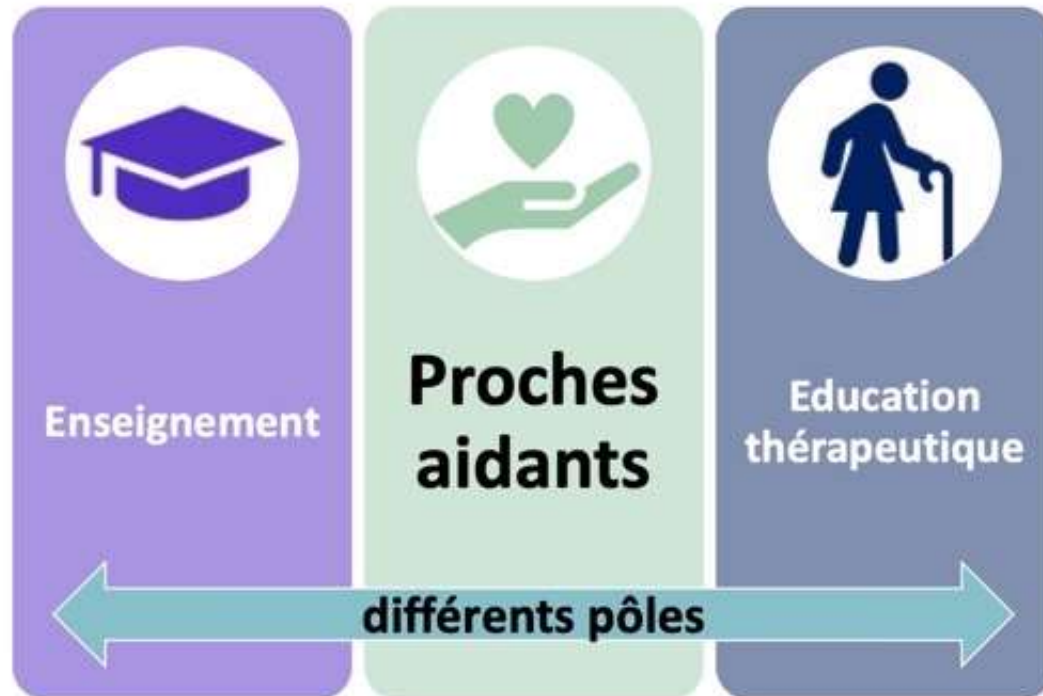
ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES





PROPOSER UN ACCOMPAGNEMENT

- Création de l'École de Gériatrie et de Gériatologie de Montpellier-Nîmes
- Inauguration du pôle proches aidants en 2024



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES





Pôle PROCHES AIDANTS

- Appel à projet « numérique au service de la formation » en 2022



Réalisation de capsules vidéo



Programme d'information des proches aidants



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES





Réalisation des capsules vidéos

- Direction du Système d'Information et du développement Numérique (DSIN)



Laurent Queralt



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES





Présentation des capsules vidéos



**Comprendre
la maladie de
mon proche**

Les troubles neurocognitifs majeurs
Les troubles du comportement
Les chutes et leurs conséquences

**Accompagner
mon proche**

Adapter l'alimentation
Adapter sa communication
Adapter son logement

**Prendre
soin de soi**

L'épuisement du proche aidant
Les différents modes de répit
Les aides financières





Présentation des capsules vidéos



Comprendre
la maladie de
mon proche



Les troubles neurocognitifs majeurs

Les troubles du comportement

Les chutes et leurs conséquences

Stéphanie MIOT



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



Présentation des capsules vidéos



Accompagner
mon proche



Adapter l'alimentation
Delphine MACKE



Adapter sa communication
Marie-Laure PORTALEZ



Adapter son logement
Geoffrey DESSI



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



Présentation des capsules vidéos



L'épuisement du proche aidant
Marie-Christine GELY-NARGEOT



Les différents modes de répit
Alain LEFEBVRE

Prendre
soin de soi



La santé physique
Eva GOLIARD



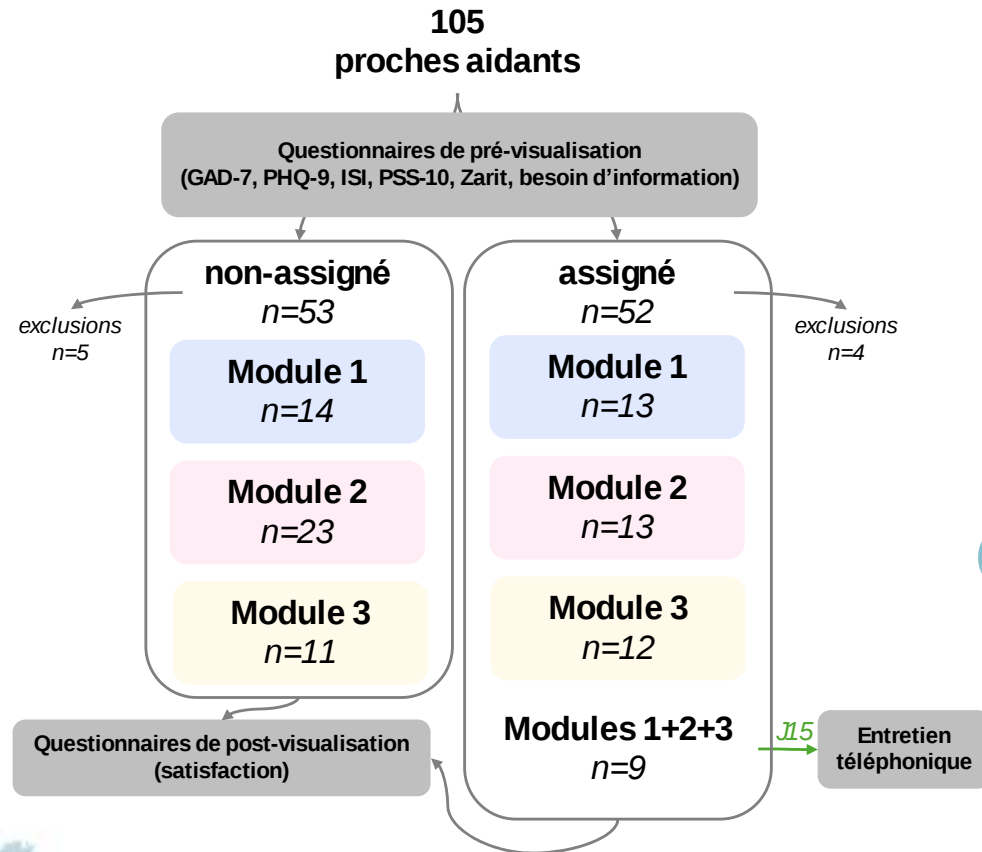
Les aides financières
Brigitte BOUDART



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



Étude MIA



OBJECTIFS

Évaluer l'impact des capsules.

Identifier les facteurs associés :

→ au besoin d'information

+ → au choix des modules

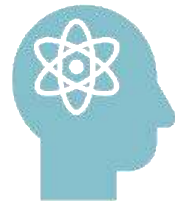
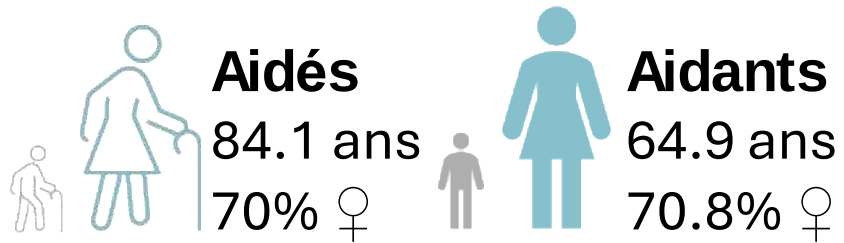
→ au niveau de satisfaction





Étude MIA

- Population incluse



Santé mentale précaire

59.8% troubles du sommeil
33.5% anxiété
23.6% dépression





Étude MIA

- Résultats



Besoin d'information 56.5%
+ anxiété et stress perçu



Choix du module
module 2
+ 3 = dépression (OR 1.23)





Étude MIA

- Résultats



Satisfaction 4.2-4.8/5

clarté, réponse adéquate, information utile
modules 1+2+3

+ femme, fardeau faible, et statut aidant



À distance

- .santé mentale
- .relation avec leur proche
- .qualité de vie





Étude MIA

- Conclusions

Plus de bénéfices si :



au début de l'aidance, en validant le rôle d'aidant

visualisation de l'ensemble des 3 modules

faire confiance aux proches aidants sur le choix des informations





PERSPECTIVES



BLOC 1

Accueil
Information
Orientation

BLOC 2

Évaluation
Instruction des
droits

BLOC 3

Appui aux
solutions concrètes
Coordination

BLOC 4

Repérage
Prévention
Aller vers

service public
de l'autonomie

Hérault



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



PERSPECTIVES

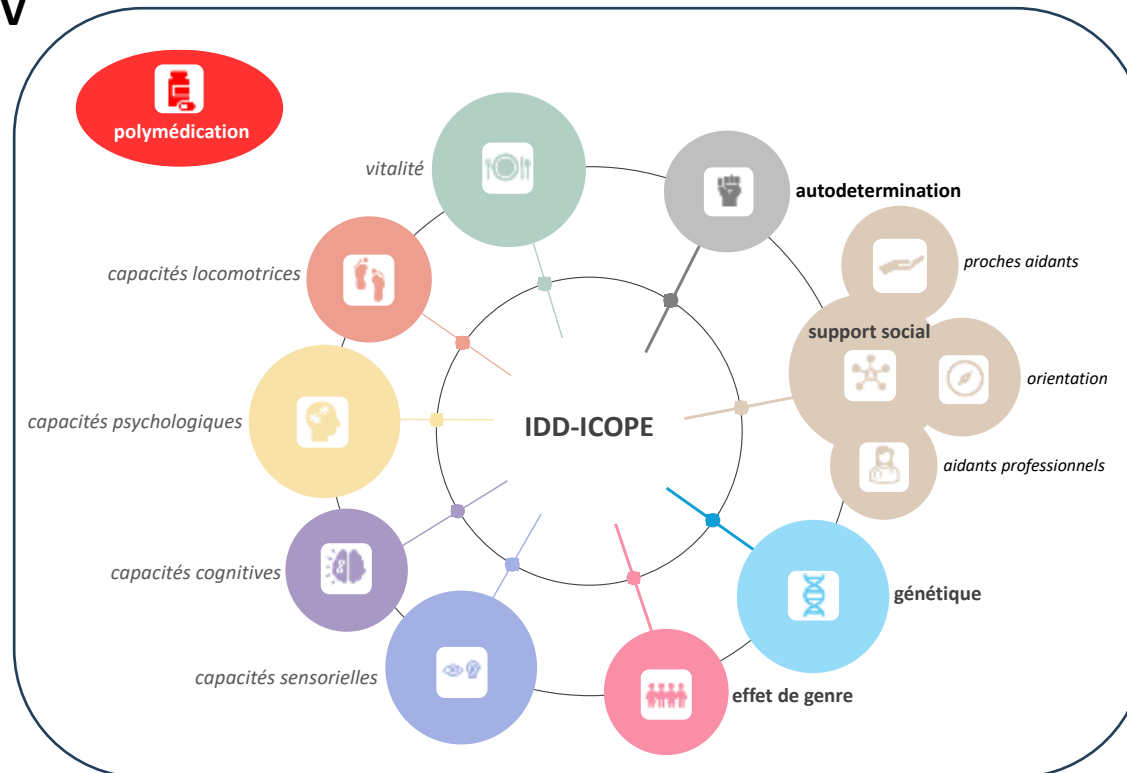


**Adultes en situation de handicap
avançant en âge**



Pour aller plus loin :
nouvelles capsules à venir.
personnes handicapées vieillissantes.
version anglaise.

Projet MIA-PHV



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



GIS
**AUTISME & TROUBLES
DU NEURO-DÉVELOPPEMENT**



PERSPECTIVES



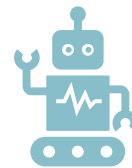
Ray LEHANE



Alexandra MACGREGOR



Pour aller plus loin :
nouvelles capsules à venir.
personnes handicapées vieillissantes.
version anglaise.



IleyGen



COST

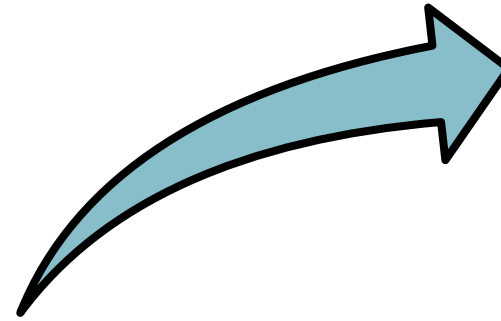
CA21122

PROGRAMMING



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES





15 capsules vidéos d'information
en accès libre sur le site internet de l'école

Merci de votre attention



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



ÉCOLE DE
GÉRIATRIE ET DE
GÉRONTOLOGIE
MONTPELLIER - NÎMES



Facteurs associés à la charge ressentie



- **Nombre d'aides à la vie quotidienne, volume d'heures/semaine**
- Aidant = **parent ou conjoint** de l'aidé
- **Femme**
- Apport d'une **aide financière**
- **Prise de décisions seul** ou si aidant = **personne de confiance**
- Si charge d'organisation de l'intervention d'un **aidant professionnel**
- Aidant **en emploi ou étudiant**



- Aidants peut **se faire remplacer**
- Aidant **≠ parent ou conjoint** de l'aidé

