

# PHYSIOTHÉRAPIE

## DESCRIPTION :

Ancrée dans les sciences du mouvement, la physiothérapie vise à bonifier ou à rétablir la fonction de plusieurs systèmes corporels. En promouvant, restaurant et prolongeant l'autonomie physique des patients, les physiothérapeutes leur permettent également d'atteindre leur plein potentiel physique et d'améliorer leur qualité de vie.

Cette approche holistique intègre un large éventail d'interventions et d'aides thérapeutiques physiques et physiologiques passant des soins de courte durée, à la réadaptation et à la gestion des invalidités et des maladies. Ainsi, les physiothérapeutes interviennent auprès de différents profils de personnes, notamment les personnes nées avec des malformations musculosquelettiques, ayant des retards sur le plan neuromoteur ou ayant été victimes d'un accident.

## POURQUOI Y RECOURIR?

Les objectifs de la physiothérapie, qui allient prévention, soin et renforcement, visent à :

- Promouvoir la mobilité optimale, l'activité physique, la santé et le bien-être général;
- Prévenir les maladies et les blessures;
- Traiter les blessures ou les effets de la maladie ou de l'invalidité;
- Encadrer et planifier des programmes pour prévenir la réapparition, la récurrence ou le déclin fonctionnel.

Ainsi, la physiothérapie évalue et traite une variété de conditions reliées à des incapacités, à des blessures ou à des maladies du système musculosquelettique (muscles, os et articulations), neurologique, cardiaque, respiratoire et circulatoire (vaisseaux sanguins).

Elle se révèle efficace pour soulager les blessures articulaires et musculaires, l'arthrose, les AVC, les maux de dos, l'incontinence, les maladies chroniques, les pertes d'équilibre, les problèmes pulmonaires et cardiaques, les traumatismes crâniens, etc. Chez les enfants, la physiothérapie aide notamment à régler les problèmes de développement moteur et à stimuler la motricité globale.

Or, les différentes formes de nanisme sont souvent à l'origine d'hypotonie (faiblesse musculaire causant des retards de développement chez les enfants), de déformations vertébrales (scoliose, lordose, cyphose) ou articulaires (jambes en varus ou en valgus), d'arthrose ou de dégénérescence articulaire précoce (notamment aux hanches et aux genoux), de problèmes de compression de la moelle épinière, etc. De plus, un certain nombre de personnes de petite taille devront subir une ou plusieurs opérations chirurgicales au cours de leur vie. Le physiothérapeute sera alors présent pour préparer le corps avant l'opération et le rééduquer après celle-ci. De ce fait, la physiothérapie est souvent essentielle pour aider les personnes de petite taille à améliorer leur qualité de vie.



## MODES D'INTERVENTION :

Le physiothérapeute évalue la condition de son patient en se basant sur son historique et sur différents tests, comme la souplesse ou l'amplitude des mouvements. Il explore ensuite les capacités de son patient et ses besoins fonctionnels afin de planifier un traitement qui correspond à son état de santé général et à ses objectifs.

Il est important de noter que les traitements de physiothérapie s'appuient sur une approche collaborative et sur l'autoresponsabilisation du patient. Ainsi, le patient est l'acteur principal des différentes étapes de son traitement et joue un rôle important dans son déroulement. Le professionnel de la physiothérapie est là pour le soutenir et le guider dans ce processus. Chez les personnes de petite taille, de nombreux exercices de physiothérapie relèvent de la prévention; ils permettront à l'enfant d'éviter des douleurs et des problèmes à l'âge adulte. Il faut donc les pratiquer avec sérieux et régularité.

Le physiothérapeute peut avoir recours à différents traitements, qui incluent :

- Des techniques manuelles (tests de l'activité fonctionnelle, massages, mobilisation et manipulation des articulations, soins de la peau et des blessures, etc.);
- Des programmes d'exercices personnalisés (conçus pour améliorer le tonus musculaire, la souplesse et l'amplitude des mouvements, désengager les voies respiratoires, etc.);
- La prescription, la fabrication et l'application de dispositifs et d'équipements adaptés;
- Des changements environnementaux axés sur la suppression des obstacles au fonctionnement;
- L'électrothérapie (ultrasons, laser, etc.);
- L'hydrothérapie (traitement dans l'eau);
- La thermothérapie (pose de compresses froides ou chaudes).

## RESSOURCES :

Association québécoise des personnes de petite taille

<https://www.aqppt.org/>

Site internet de l'Ordre professionnel de la physiothérapie au Québec

<https://oppq.qc.ca/>

Association canadienne de physiothérapie

<https://physiotherapy.ca/fr/about-physiotherapy>

Association canadienne de physiothérapie, *Description of Physiotherapy in Canada*, Ottawa, 2012



Nathalie Boels, Le nanisme. *Se faire une place au soleil dans un monde de grands*, Montréal, Éditions du CHU Sainte-Justine, 2008



**Contactez-nous pour plus d'informations!**

Association québécoise des personnes de petite taille  
6300, avenue du Parc, bureau 430, Montréal (Québec) H2V 4H8  
Téléphone : 514 521-9671 • Télécopieur : 514 521-3369  
Site internet : [www.agppt.org](http://www.agppt.org) • Courriel : [info@agppt.org](mailto:info@agppt.org)

Avec la participation financière de

Office des personnes  
handicapées  
Québec 