

ERGOTHÉRAPIE

DESCRIPTION :

Le but de l'ergothérapie est d'aider les personnes à relever les défis de la vie courante. Que ce soit à cause du vieillissement, d'un problème de santé physique ou psychique, ou d'un traumatisme, l'ergothérapeute soutient la personne dans sa recherche de mieux-être au quotidien. Cette discipline adopte une approche globale qui prend en compte les dimensions physiques, sensorielles, perceptives, cognitives, affectives et sociales des individus.

En cela, l'ergothérapeute s'avère être un allié indispensable pour les personnes de petite taille. En les accompagnant dans leurs activités journalières, à l'école, au travail ou dans leurs loisirs, il leur permet d'accroître leur autonomie. À ce titre, ce professionnel intervient principalement dans deux domaines : la réadaptation physique de la personne et l'adaptation de son environnement et de ses activités à ses capacités.

POURQUOI Y RECOURIR?

L'ergothérapie aide les personnes à résoudre les obstacles qu'elles rencontrent quotidiennement. Elle a également pour objectif de les aider à organiser et à accomplir les activités qui sont importantes à leurs yeux. Enfin, elle peut prévenir un problème ou en minimiser les effets.

Les objectifs de cette discipline sont les suivants :

- Favoriser l'autonomie des personnes;
- Les amener à prendre soin d'elles-mêmes et des autres;
- Les amener à se réaliser sur les plans personnels, scolaires et professionnels;
- Leur permettre de se divertir;
- Faciliter leur maintien dans un milieu de vie répondant à leurs besoins et à leurs préférences;
- Faciliter leur intégration dans la communauté.

Concrètement, l'ergothérapie soutient les personnes dans :

- Leurs tâches quotidiennes (faire le ménage, faire les courses, laver et repasser les vêtements, cuisiner, se déplacer, etc.);
- Leurs soins d'hygiène personnelle;
- Leur scolarité, leur travail et leur implication dans la communauté;
- Leurs activités de loisir (sports, jardinage, activités sociales, etc.).



MODES D'INTERVENTION :

L'ergothérapeute considère la personne et ses proches comme des partenaires de premier plan dans le choix des objectifs et des moyens d'intervention. Il collabore également avec d'autres professionnels et intervenants dans une approche interdisciplinaire.

Le rôle de l'ergothérapeute est de découvrir quels sont obstacles que la personne rencontre au quotidien, et pourquoi elle les rencontre.

Selon la situation, il vérifiera donc :

- Ce que la personne peut ou ne peut pas accomplir physiquement (force, coordination, équilibre, etc.);
- Ses habiletés mentales (mémoire, capacités d'organisation, stratégies d'adaptation, etc.);
- Le matériel qu'elle utilise pour vaquer à ses occupations (outils de travail, meubles, ustensiles, vêtements, etc.);
- Le soutien social et émotif disponible au domicile, à l'école, au travail et dans la communauté;
- Les environnements dans lesquels évolue la personne (domicile, école, salle de classe, milieu de travail, etc.).

L'ergothérapeute peut aider la personne à surmonter sa déficience en lui montrant de nouvelles façons d'accomplir ses obligations en tenant compte de ses capacités. Il lui suggère également des activités ayant pour objectif de corriger ses faiblesses et d'améliorer ses habiletés, en perfectionnant notamment ses stratégies d'adaptation. Enfin, il travaillera à adapter les différents outils que la personne utilise et les environnements qu'elle fréquente quotidiennement.

Plus précisément, pour les personnes de petite taille, l'ergothérapeute pourra agir sur :

- Le domicile (abaissement des surfaces de travail, des comptoirs, des armoires, des interrupteurs, installation d'un lavabo « bedaine », modification des marches d'escalier, etc.);
- L'école et le milieu de travail (chaise multiposition ou chaise adaptée, petit banc pour la salle de bain et l'abreuvoir, casier abaissé, installation d'un escalier escamotable, etc.);
- Les moyens de transport (extension de pédales pour la voiture, adaptation du siège-auto, bicyclette spécialisée, etc.).

Enfin, l'ergothérapeute aide son patient à découvrir les services qui s'offrent à lui, par exemple le transport adapté. Il pourra également le soutenir dans ses demandes pour accéder à des aides et à de l'équipement spécialisé (programmes d'aides de la SHQ ou de la SAAQ, vignette de stationnement, fauteuil roulant, triporteur, etc.).



RESSOURCES :

Association québécoise des personnes de petite taille

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

Ordre des ergothérapeutes du Québec

<https://www.oeq.org/m-informer/qu-est-ce-que-l-ergotherapie.html>

Association canadienne des ergothérapeutes

https://www.caot.ca/?language=fr_FR&nav=home

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.aqppt.org • Courriel : info@aqppt.org

Avec la participation financière de

Office des personnes
handicapées
Québec 