

<p>Fiche No⁵⁵</p>	<p align="center">Étude pilote d'une intervention de rééducation des compétences pour augmenter le niveau de marche chez les personnes âgées sédentaires</p> <p>Sarkisian CA, Prohaska TR, Davis C, Weiner B. Pilot Test of an Attribution Retraining Intervention to Raise Walking Levels in Sedentary Older Adults. <i>Journal of the American Geriatrics Society</i>, 2007; 55:1842–1 846.</p>
<p>But de l'intervention</p>	<p>Augmenter la pratique de la marche chez les personnes âgées sédentaires.</p> <p>Éliminer la sédentarité chez les personnes âgées est un moyen de réduire la morbidité et la mortalité aux États-Unis.</p>
<p>Description de l'intervention</p>	<p>Quoi :</p> <p>Des données d'observation ont montré que les personnes âgées qui s'attendent à ce que le déclin physique et mental survienne avec le vieillissement et qui associent toutes les conditions médicales de la vieillesse à l'âge ont tendance à faire moins d'activité physique (AP). L'hypothèse de l'étude est la possibilité d'élever les niveaux d'AP chez les personnes âgées sédentaires en intervenant pour élever les attentes liées à l'âge via une rééducation des croyances. Par exemple, enseigner aux personnes âgées à ne pas attribuer les activités sédentaires à la vieillesse, mais plutôt s'attendre à être physiquement actif à tous les âges.</p> <p>Les participants éligibles ont été invités à une séance d'orientation dans un centre pour personnes âgées, où ils ont reçu un podomètre et ses instructions d'utilisation. À ce moment, l'équipe de recherche a également recueilli les informations de base.</p> <p>À chaque séance, il y avait une discussion animée par un éducateur en santé. Il enseignait aux participants que la sédentarité n'est pas une fatalité du vieillissement, mais plutôt être attribuée à des facteurs contrôlables. Les animateurs ont encouragé les participants à tenir des engagements verbaux et écrits pour améliorer leur pratique d'AP en augmentant le nombre de pas exécutés chaque jour, aidant le groupe à résoudre ensemble des problèmes limitant la capacité des participants à remplir leurs promesses et en trouvant des solutions. Les animateurs ont donné du renforcement verbal sur le fait qu'être sédentaire ne doit pas être attribué à l'âge et que tous les participants doivent s'attendre à être physiquement actif en vieillissant. Chaque discussion était suivie d'une séance d'AP et elle contenait des exercices musculaires, d'endurance et de flexibilité.</p>

	<p>Qui :</p> <p>Les discussions de groupes étaient animées par un éducateur en santé formé.</p> <p>Les séances d'AP étaient dirigées par un instructeur certifié.</p>
	<p>Pour qui : Personnes âgées sédentaires vivant dans la communauté.</p>
	<p>Comment :</p> <p>Les participants ont été recrutés dans trois centres pour personnes âgées. En collaboration avec des partenaires communautaires, l'équipe bilingue du projet a évalué les participants intéressés en utilisant un protocole standardisé.</p>
	<p>Quand/combien :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'intervention consistait à 4 séances hebdomadaires d'une heure avec des groupes de 8 à 14 personnes. - Chaque discussion était suivie d'une séance d'AP d'une heure. - L'étude s'est étendue sur 4 semaines.
	<p>Où : Los Angeles, États-Unis</p>
<p>Méthodologie d'évaluation</p>	<p>Évaluation d'une intervention : Qui s'implante</p>
	<p>Qui procède à l'évaluation : Équipe ayant développé l'intervention.</p>
	<p>But de l'évaluation :</p> <p>Présenter les résultats d'un essai pilote d'intervention communautaire basée sur la rééducation des croyances en combinaison avec une séance d'exercice pour accroître la marche chez les adultes âgés sédentaires.</p>
	<p>Type d'évaluation : Quantitative : essai contrôlé pilote avant/après, non randomisé, sans groupe contrôle.</p>
	<p>Démarche méthodologique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les mesures ont été prises 7 semaines après le début des quatre semaines d'intervention. - Aucune randomisation. - Aucun groupe contrôle. - Les données du podomètre étaient relevées chaque semaine. Le podomètre était configuré de sorte que les participants n'avaient pas accès au nombre de pas qu'ils effectuaient.

	<ul style="list-style-type: none"> - Au début de l'étude, à quatre et à sept semaines, les participants ont passé une entrevue avec l'équipe de recherche. <p>Échantillon :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pas de taille d'échantillon visé décrit dans l'article. - Des 94 participants dépistés, 57 ont satisfait les critères d'inclusions. De ceux-ci, 51 ont assisté à la séance d'information et ont donné un consentement écrit. - 46 personnes ont complété l'étude. <p>Critères de sélection de l'échantillon :</p> <p><u>Critère d'inclusion</u> : Être âgé de 65 ans et plus.</p> <p><u>Critères d'exclusion</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Être déjà engagé dans une AP modérée (ou plus) de 20 min ou plus au moins 3 fois/semaine. - Incapacité de communiquer en anglais ou en espagnol en raison d'un manque de compétences linguistiques, une déficience auditive ou un autre handicap. - Incapacité de participer à une heure de discussion. - Incapacité à marcher (l'usage d'un assistant de marche n'est pas un critère d'exclusion). - Indisponibilité d'assister à une séance d'orientation et quatre séances hebdomadaires consécutives. - Incapacité ou réticence à fournir le nom d'un médecin qui avait vu le participant potentiel dans les 6 mois précédents et ne pas consentir à ce que le personnel du projet communique avec ce médecin.
<p>Dimensions à évaluer et outils</p>	<p><u>Issue primaire</u> : Nombre de pas : mesuré par le podomètre.</p> <p><u>Issues secondaires</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Attentes liées à l'âge (entrevue); - Qualité de vie liée à la santé [Questionnaire <i>Medical Outcomes Study 12-item Short Form Survey (SF-12)</i>] - Il a été demandé aux participants s'ils croyaient que l'intervention avait contribué à un changement au niveau de la douleur, de l'humeur ou du sommeil. <p><u>Méthodes statistiques</u> :</p> <p>Le test de Student a été utilisé pour comparer les scores avant et après l'intervention.</p>

<p>Résultats</p>	<ul style="list-style-type: none"> - L'âge moyen des participants était de 77 ans, 89 % étaient des femmes, 65 % se sont identifiés comme des Latinos et 33 % comme non-latinos blancs. - Le taux de présence aux cours a dépassé 98 %. - Il y a eu une augmentation dans la moyenne du nombre de pas (5 959) mesuré sept semaines après la première session (p=0.002). - Les attentes liées à l'âge ont augmenté et ces résultats étaient positivement corrélés. - L'intervention a été bien tolérée et elle a été considérée comme sûre et agréable. Les participants ont signalé une amélioration subjective de l'humeur, de la douleur, de l'énergie et du sommeil.
<p>Remarques</p>	<p>Ces résultats préliminaires suggèrent que la rééducation des croyances et des compétences doit être rigoureusement testée comme moyen potentiel d'accroître l'activité physique chez les personnes âgées sédentaires.</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'étude est pertinente d'un point de vue scientifique, mais elle souffre de plusieurs limitations : aucune randomisation, aucun groupe de comparaison, petite taille d'échantillon et courte durée d'intervention. - La mesure principale était liée à l'activité physique. On ne peut donc savoir si les résultats présentés sont directement liés à l'intervention de la rééducation des compétences ou le fait d'utiliser un podomètre pour évaluer l'augmentation dans la pratique de l'AP. - De plus, il est important de tenir compte du fait que peut-être cette population n'est pas suffisamment informée des bénéfices que procure l'AP. Il serait intéressant d'évaluer leur niveau de connaissance avant de la soumettre à cette intervention. <p>Il s'agit d'une étude pilote quasi expérimentale qui s'adresse principalement à des personnes âgées en bonne santé. Un essai contrôlé randomisé permettrait de mettre en évidence un lien de causalité entre la rééducation des compétences et la pratique d'AP.</p>
<p>Appréciation de la portée de l'intervention</p>	<p>Intéressante à explorer</p>

Identification de l'étude : Liste No⁵⁵

Étude pilote d'une intervention de rééducation des compétences pour augmenter le niveau de marche chez les personnes âgées sédentaires.

Sarkisian CA, Prohaska TR, Davis C, and Weiner B. (2007) Pilot Test of an Attribution Retraining Intervention to Raise Walking Levels in Sedentary Older Adults. JAGS 55:1842–1846

SECTION 1 : validité interne

Dans une étude de cohorte soigneusement réalisée :	Dans cette étude, ce critère est : (encercler une réponse par question)	
1. Les objectifs ou les hypothèses de l'étude sont présentés.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
2. La population cible est définie.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
3. Le cadre d'échantillonnage est défini.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
4. La population à l'étude est définie.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
5. Le lieu de l'étude ou l'emplacement géographique est mentionné.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
6. Les dates de début et de fin de l'étude sont mentionnées ou implicites.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas

7. Les critères d'admissibilité sont indiqués.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
8. Les questions soulevées par la sélection des participants à l'étude sont mentionnées.**	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
9. Le nombre de participants est justifié.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
10. Les nombres d'individus qui satisfont et qui ne satisfont pas aux critères d'admissibilité sont fournis.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
11. Pour les personnes jugées inadmissibles, les motifs d'inadmissibilité sont indiqués.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
12. Le nombre de personnes ayant consenti et n'ayant pas consenti à participer à l'étude est mentionné.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
13. Les motifs de ceux n'ayant pas consenti sont indiqués.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
14. Les sujets consentants ont été comparés avec ceux n'ayant pas consenti.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
15. Le nombre de participants au début de l'étude est mentionné.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas

16. Les méthodes de collecte de données sont présentées.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
17. La fiabilité (reproductibilité) des méthodes de mesure est précisée.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
18. La validité des méthodes de mesure (comparativement à la méthode idéale) est mentionnée.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
19. Les facteurs confusionnels possibles sont indiqués.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
20. Le nombre de participants à chaque phase ou étape est précisé.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
21. Les motifs de réduction de l'échantillon pendant le suivi sont quantifiés.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
22. Les données manquantes à chaque phase sont mentionnées.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
23. Le type d'analyse menée est précisé.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
24. Les méthodes d'analyse longitudinale sont précisées.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas

25. La valeur absolue des effets mesurés est fournie.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
26. La valeur relative des effets mesurés est fournie.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
27. La réduction de l'échantillon pendant le suivi a été prise en considération dans l'analyse.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
28. Les facteurs confusionnels ont été pris en compte dans l'analyse.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
29. Les données manquantes ont été prises en compte dans l'analyse.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
30. Les répercussions des biais ont été évaluées sur le plan qualitatif.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
31. Les répercussions des biais ont été estimées sur le plan quantitatif.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
32. Les auteurs ont fait le lien entre leurs résultats et la population cible.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas
33. Il y a eu des discussions sur la possibilité de généralisation des résultats.	Entièrement rencontré Rencontré de façon satisfaisante Rencontré de façon non satisfaisante	Traité sans précision Pas traité Ne s'applique pas

SECTION 2 : Évaluation globale de l'étude

34. Dans quelle mesure l'étude réduit-elle les risques de biais ou de confusion, et établit-elle une relation causale entre l'exposition et l'effet ?

Cotez ++, + ou

(+) pour le côté étude de faisabilité

(-) pour tous les aspects quantitatifs d'évaluation de l'AP.