

Évaluation d'un programme virtuel d'exercices assis pour améliorer l'équilibre et la mobilité après un AVC : une méthodologie mixte (*Assessing a telehealth seated exercise program on post-stroke balance and mobility: A mixed-method design*)

Lieu : Canada

Description : Depuis la pandémie de COVID-19, les soins virtuels sont devenus une nécessité. Le nombre croissant d'études sur les exercices et soins de l'AVC virtuels en témoigne (Laver et coll., 2020). Cependant, beaucoup de physiothérapeutes expriment des inquiétudes quant à la sécurité des exercices traditionnels de marche ou en position debout effectués en ligne par des personnes présentant des troubles de mobilité. Par conséquent, il faut étudier des options de rechange plus sécuritaires qui requièrent peu ou pas d'aide en personne. Les exercices en position assise sur une chaise peuvent remplacer les exercices de marche et en position debout. Ils se sont révélés efficaces pour améliorer l'équilibre et la mobilité chez les personnes ayant subi un AVC (Mackie et Eng, 2023), mais ils n'ont pas été offerts virtuellement. L'étude V-PASE vise à déterminer les effets d'un programme virtuel d'exercices assis de 10 semaines sur l'équilibre, la mobilité, la qualité de vie et la santé cardiométabolique chez les personnes atteintes d'un AVC chronique et présentant un trouble de la mobilité.

Langue : Le programme sera offert uniquement en anglais. Des exceptions peuvent être accordées si les personnes responsables de l'évaluation et de la formation peuvent effectuer la traduction pour les participantes et participants.

Admissibilité :

- Adultes (19 ans et plus) en phase chronique d'un AVC (≥ 6 mois après un AVC)
- Capacité à se lever d'une chaise
- Trouble de la mobilité touchant les membres inférieurs (nécessite une aide à la marche, avec ou sans supervision étroite, selon le jugement clinique)
- Aptitude à prendre part en toute sécurité à des exercices et à tolérer une séance de 60 minutes
- Capacité à communiquer en anglais (selon le jugement clinique)
- Accès à une tablette, à un ordinateur ou à un ordinateur portable avec Internet et une adresse de courriel

Exigences de participation :

- Assister à une séance virtuelle de préparation de 60 minutes avant le début du programme d'exercices afin de passer en revue les directives relatives à la sécurité, à l'équipement et aux exercices.
- Participer aux séances d'exercices assis en vidéoconférence (p. ex., Zoom ou Microsoft Teams) :
 - groupe de 10 semaines – 3 fois par semaine pendant 10 semaines (chaque séance dure 60 minutes);
 - groupe d'entraînement – 3 fois par semaine pendant 2 semaines, après une période de 10 semaines.
- Utiliser l'équipement fourni pour les séances (tablette, bracelets lestés et montre intelligente Fitbit Versa 4).
- Participer aux évaluations virtuelles : au commencement du programme, après le programme de 10 semaines, lors du suivi de 2 mois. (Groupe d'entraînement seulement : une évaluation supplémentaire aura lieu après le programme de 2 semaines.)

- Effectuer les prises de sang requises (2 pour le groupe de 10 semaines, et 3 pour le groupe d'entraînement).

La participation s'échelonne sur une période d'environ 5 à 6 mois.

Reconnaissance : Les participantes et participants obtiendront gratuitement 30 séances d'un programme d'exercices en ligne et une séance individuelle avec une ou un spécialiste de l'exercice (physiothérapeute ou kinésiologue). Ils recevront aussi une carte-cadeau de 20 \$ pour les aider à payer les frais de transport après chaque visite au centre de prélèvement.

Établissement : Institut de recherche Santé Bruyère

Personne-ressource : Asefeh Memarian amemarian@bruyere.org 613 562-6262, poste 1419