

Fiche 23		Séances de pédalier	
Direction responsable DIRECTION DES SERVICES D'HÉBERGEMENT POUR LES AINÉS ET LES PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE		Émis	2021-04-22
Expéditeur Nathalie Beaupré		Entrée en vigueur	2021-04-22
Destinataires Tout le personnel du CISSMO – Hébergement - Réadaptation		Révisé	2022-10-21

1. Énoncé

- Séances de pédalier
- Énoncé qui concerne aussi les unités de lits de soins post-aigus, URFI DP et COVID+

2. Objectifs

- Prévenir et traiter le déconditionnement physique des usagers en participant à des séances de pédalier
- Maintenir les capacités résiduelles des usagers

3. Instructions

- Mettre en place des séances de pédalier qui répondent aux besoins de l'utilisateur
- Fournir l'assistance ou la supervision requise à la réalisation des séances de pédalier
- Utiliser deux types de pédaliers :
 - Pédalier des membres supérieurs nécessitant une table ajustable
 - Pédalier des membres inférieurs
- Fréquence suggérée: 1x par semaine de façon individuelle, ou selon les recommandations spécifiques
- Durée : 12 min par pédalier ou selon les recommandations spécifiques
- Lieu : Salle de physiothérapie ou autre selon le milieu. Un contexte de pandémie peut nécessiter que l'intervenant se déplacer aux étages
- Désinfecter les pédaliers entre chaque utilisation

4. Intervenants concernés : rôles et responsabilités

Gestionnaire

- Libérer les ressources humaines pour l'implantation du programme de pédalier
- Faire l'achat du matériel nécessaire pour l'implantation du programme de pédalier

Infirmière

- Assurer un suivi des usagers inscrits à la séance de pédalier de façon à être en mesure de confirmer la stabilité médicale pré-requise à sa participation
- Mettre à jour le plan thérapeutique infirmier (PTI) et le plan de travail des préposés aux bénéficiaires (PAB)
- Rédiger les références au professionnel concerné en cas de besoin de réévaluation
- Travailler en collaboration avec le professionnel responsable du plan d'intervention

Infirmière auxiliaire

- Contribuer à la mise à jour du PTI et du plan de travail des PAB
- Rapporter à l'infirmière tout changement observé chez les usagers

Professionnel responsable du plan d'intervention: Physiothérapeute, technologue en physiothérapie, ergothérapeute, kinésiologue

- Déterminer l'éligibilité à participer aux séances de pédalier
- Effectuer la liste des usagers considérés à risque en lien avec une instabilité à l'effort, au niveau médical ou certaines conditions particulières, qui seront encadrés et supervisés uniquement par un professionnel autorisé
- Encadrer / superviser les séances de pédalier pour les usagers instables à l'effort ou au niveau médical
- Effectuer la liste des usagers stables à l'effort et au niveau médical qui seront encadrés et supervisés par un professionnel autorisé ou un intervenant-partenaire
- Effectuer un test d'essai de 2 minutes sans résistance pour évaluer la tolérance à l'effort de l'utilisateur et déterminer si l'exercice est sécuritaire
- Identifier le(s) pédalier(s) qui répondra(ont) aux besoins de l'utilisateur (membres supérieurs et/ou inférieurs / NuStep...)
- Identifier les balises et paramètres qui seront utilisés
- Pour les usagers confiés à un intervenant-partenaire, compléter le formulaire « [CLI-60546 Activités physiques confiées à un intervenant-partenaire](#) » (Section « *Balises cliniques* »):
 - Le déposer au poste des PAB ou autre endroit selon le milieu, pour que tous y aient accès en tout temps
 - Le présenter à l'intervenant-partenaire qui supervisera la séance de pédalier
 - Consulter régulièrement la section « *Commentaires / observations pertinentes* » complétée par l'intervenant-partenaire
 - Assurer un suivi aux commentaires / observations pertinentes
 - Lorsque le formulaire est finalisé, le déposer au dossier
- Effectuer une réévaluation à chaque 8 semaines ou plus tôt si un changement dans l'état de l'utilisateur est noté

Intervenant-partenaire: Préposé en réadaptation, préposé aux bénéficiaires, technicien en éducation spécialisée, technicien en loisir, stagiaire ou étudiant en physiothérapie, ergothérapie, kinésiologie, loisir, Kinésiologue (lorsqu'actes déléguées par un professionnel autorisé)

- S'assurer du respect de son plan de travail
- Travailler en collaboration avec le professionnel responsable du plan d'intervention
- Avant la séance de pédalier

- Prendre connaissance de la liste des usagers confiés à l'intervenant-partenaire (stables à l'effort et au niveau médical)
- Connaître les règles à respecter dans la réalisation sécuritaire des séances de pédalier
- Bien connaître le fonctionnement des pédaliers et la façon de bien positionner les usagers
- S'assurer auprès de l'infirmière avant chaque séance que l'utilisateur est toujours stable au niveau médical et que la séance de pédalier est indiquée
- Prendre connaissance et s'assurer du respect des balises, recommandations et suivis du professionnel responsable du plan d'intervention qui sont inscrits dans le formulaire « [CLI-60546 Activités physiques confiées à un intervenant-partenaire](#) »
- S'assurer que l'environnement physique est sécuritaire et calme
- Pendant la séance de pédalier
 - Rappeler les bienfaits des séances de pédalier à l'utilisateur et ses proches
 - Actionner les freins du fauteuil roulant
 - Respecter le rythme de l'utilisateur et son état de fatigue
 - Bien lui expliquer le fonctionnement du pédalier et comment l'utiliser adéquatement
 - Le superviser et le guider pendant la séance
 - S'assurer qu'il est bien positionné, respire bien et qu'il ne bloque pas sa respiration
 - S'assurer qu'il porte :
 - Ses verres correcteurs, ses appareils auditifs et que les soins d'hygiène sont faits au préalable
 - Des chaussures bien ajustées et non glissantes lors de l'utilisation du pédalier pour les membres inférieurs
 - Arrêter la séance au moindre malaise ou au moindre signe que la sécurité est compromise : douleur, inconfort, étourdissement, vertige, fatigue anormale, nausée, difficulté à respirer, augmentation de la confusion...
- Après la séance de pédalier
 - Rapporter à l'infirmière et au professionnel responsable du plan d'intervention tout changement observé chez l'utilisateur : douleur, malaise, inconfort, enjeu de sécurité...
 - Compléter la grille : [Activités dirigées et de loisirs- Moments de bonheur](#)
 - Compléter le formulaire « [CLI-60546 Activités physiques confiées à un intervenant-partenaire](#) »

Autre

- Pour optimiser les séances, il est recommandé qu'une tierce personne soit en charge des déplacements des usagers et apporte support et soutien au bon fonctionnement des séances de pédalier

5. Documents de référence

- Document de référence 1 : [Pédaliers recommandés](#)
- Document de référence 2 : [CLI-60549 Séance de pédalier - observations du professionnel](#)
- Document de référence 3 : [CLI-60546 Activités physiques confiées à un intervenant-partenaire](#)
- Document de référence 4 : [PPT - Formation Activités physiques confiées à un intervenant-partenaire](#)
- Document de référence 5 : [Liste des APTD motrices réalisées par les usagers](#)
- Document de référence 6 : [CLI-60582 Appareils aérobiques](#)