Le programme STAR: Un cheminement vers le rétablissement

Programme de gérontopsychiatrie

Le 12 mars 2014

Animateurs – qui sommes nous?

- Dre Geneviève Gagnon, Neuropsychologue
- Isabelle Émond, Infirmière clinicienne
- Maria Mireault, Psychologue
- Angela Potes, Étudiante Maîtrise en Psychiatrie McGilll

Plan de présentation

- La dépression chez la personne âgée
- Description du programme
- Contenu
- Horaire d'une journée dans le programme STAR
- Objectifs

Plan de présentation

- Modalités de référence – inclusion / exclusion
- Évaluation clinique
- Recherche et transfert des connaissances
- Conclusion
- Témoignage

La dépression chez la personne âgée

- Conditions psychiatriques les plus prévalentes chez la personne âgée (Blazer, 1989; Cully and Stanley, 2008)
- Le groupe des 65+ va doubler d'ici 2036
- La dépression et l'anxiété : conditions les plus fréquentes - statistiques annuelles du programme de gérontopsychiatrie Douglas (2012)
- Déclin du bien-être et du fonctionnement quotidien (Wells *et* al, 1989; Gurland, 1992; Ormel *et* al, 1994)
- Plus grands risques de mortalité et d'utilisation des services (Gurland *et* al, 1983; Burvill & Hall, 1994; Beekman *et* al, 1997)

La dépression chez la personne âgée

- Programmes de psychoéducation (e.g. Cuijpers et al., 2009)
  - Efficaces (Eftimiou & Psoma, 2012; Harigsma et al, 2006)
    - Certains programmes jugés aussi efficaces que la thérapie individuelle (e.g. Dalgard, 2006)
  - Efficients (Brown et al. 2011).
    - La population de 65+ doublera d'ici 2036. Essentiel de faire des choix judicieux et offrir des traitements avec un bon rapport coût/bénéfices (CSMC 2014)

Le programme STAR: description

Services Thérapeutiques pour les Ainés en Rétablissement

- Programme de psychoéducation sur la dépression et l'anxiété
- Durée de 10 semaines
- Fait partie intégrante du plan de traitement de la clientèle hospitalisée ou suivie à la clinique externe
- Clientèle: toute personne atteinte de troubles dépressifs ou anxieux inscrite dans les services du programme de gérontopsychiatrie et désireuse de participer à son rétablissement
- Animé par une équipe multidisciplinaire (psychiatre, infirmières, neuropsychologue, ergothérapeutes, travailleurs sociaux, pharmacien, psychologue, thérapeute par l'animal, thérapeute par la musique, nutritionniste, kynésiologue, étudiants, fellow en psychiatrie, …)

Le programme STAR: description (suite)

- Hebdomadaire: de 9h30 à 15h00 au Pavillon Porteous
- Groupe de 15 personnes maximum
- Offert dans les 2 langues en alternance (Automne et Hiver)
- Session d'information thématique en matinée et activité d'intégration l'après-midi avec emphase mise sur l'apprentissage de nouvelles stratégies de gestion du stress
- Lunch en groupe au Centre de Transition Soleil (Sunshine)
- Cahier du participant et objectifs/défis hebdomadaires
- Vise le rétablissement actif: les participants seront mieux outillés pour être actifs dans leur rétablissement
- Tremplin pour thérapie cognitivo-comportementale future

Le programme STAR: L'horaire de la journée

	Heure
Accueil/café	9h00-9h30
Retour sur les défis	9h30-10h00
Session d'information	10h00-11h00
PAUSE	11h00-11h15
Cahier du participant	11h15-12h00
Dîner	12h00-13h00
Activité psychoéducative	13h00-14h00
Relaxation	14h00-14h30
Évaluation de la journée	14h30-15h00

Contenu du programme (sujet traité chaque semaine)

1. Introduction
2. La dépression
3. En apprendre davantage sur l'anxiété
4. La médication
5. Les attitudes, les croyances et les valeurs
6. La nutrition
7. Un mode de vie actif et sain
8. La prévention - Gestion de crise
9. Le réseau de soutien
10. Le bilan des acquis

<u>Responsables:</u>
Groupe de cliniciens de la clinique externe L'Étape; les unités de soins Po1 et Po2; nutrition, pharmacie, musicothérapie, Centre thérapeutique assisté par l'animal, et le Centre récréatif Roberts

En après midi: activités psychoéducatives

Responsable: Élise Couture, Ergothérapeute

Session	Activité
1	Établir soi-même des objectifs mesurables et réalistes
2	Introduction à l'intervention thérapeutique par la musique (première partie)
3	Introduction à l'intervention thérapeutique par l'animal
4	Mises en situation : questions et réponses sur la médication
5	Vignettes cliniques : questionner ses propres pensées négatives
6	Atelier sur la nutrition
7	Atelier sur l'activité physique et visite du centre Roberts
8	L'intervention thérapeutique par la musique (seconde partie)
9	Ressources communautaires
10	Discussion sur les objectifs, les acquis et graduation

Objectifs du Programme

1. Diminuer la stigmatisation, briser l'isolement et réapprendre à socialiser
2. Aider les patients à mieux comprendre la dépression et l'anxiété
3. Aider à mieux reconnaître et gérer les symptômes
4. Enseigner des stratégies pour prévenir la rechute et favoriser le rétablissement
5. Aider les patients à se fixer des objectifs à court terme et à les atteindre
6. Encourager le développement de réseaux sociaux et de support
7. Guider les patients vers les ressources communautaires appropriées
8. Améliorer la qualité de vie des patients

Procédure de références

Transmettre les références au Centre Soleil (Porteous)

Formulaire de référence

(pour les patients recevant des services en psychogériatrie)

Les patients externes sont référés au Douglas, puis au programme STAR

Douglas INSTITUT UNIVERSITAIRE EN SANTÉ MENTALE MENTAL HEALTH UNIVERSITY INSTITUTE

Référence au Centre Sunshine
Programme STARc

Centre de transition Sunshine

Envoyez la demande au Centre de Transition Sunshine accompagnée d'une requête de services professionnels (AH-248)

Renseignements		
Date de la demande:___/___/___		
Nom du patient:_____		Numéro de dossier:_____
Nom de l'intervenant:_____		
Nom du médecin traitant:_____		
Référé par:	☐Clinique externe	☐Unité de réadaptation
	☐Unité d'admission ⬇ Date anticipée de congé: ___/___/___	☐Autre _____ (Spécifier)

Programme		
Session	**Dépression**	**Psychose**
Automne	☐Francophone ☐Anglophone	☐Francophone ☐Anglophone
Hiver	☐Francophone ☐Anglophone	☐Francophone ☐Anglophone

Données			
Candidat potentiel pour projet de recherche	☐Oui ☐Non _____ (Spécifier)		
MMSE	Date:___/___/___ Résultat (sur 30): _____	MoCA	Date:___/___/___ Résultat (sur 30): _____
Transport	☐Ambulant ou autonome ☐Transport adapté ☐Taxi Institut (Une demande de transport adapté doit être en cours)		

Informations pertinantes complémentaires_____

Merci!

Procédure de références

Transmettre les références au Centre Soleil (Porteous)

- Les groupes démarrent en Septembre (français) et en Février (anglais).
- Entre temps, nous acceptons les références et préparons les participants au groupe à venir (information + réponses aux questions)
- Les participants référés seront évalués pour participer au programme (évaluation de l'humeur par questionnaires et évaluation cognitive brève). Responsable: Angela Potes.

Critères d'inclusion ou d'exclusion du programme

Inclusion	Exclusion
• Âge ≥ 60 ans • Désir d'être actif dans son processus de rétablissement (évalué par le clinicien) • À l'aise avec la langue d'usage du groupe • Avoir un MMSE ≥ 24	• Difficulté à maintenir son attention durant les sessions • Incapacité de lire ou d'écrire • Incapacité physique limitant grandement la mobilité / Besoin d'assistance physique importante • Dépendance active à l'alcool ou aux drogues.

Évaluations cliniques

Symptomatologie:

- Questionnaire sur les symptômes de l'anxiété (BAI)
- Questionnaire sur les symptômes de la dépression (pour le patient et son proche) (GDS)
- Questionnaire sur le bien-être général (GWBS)
- Questionnaire sur le rétablissement (RAS)

Évaluations brèves de la cognition

- Mini- Mental State Examination (MMSE)
- Montreal Cognitive Assessment (MoCA)

Responsable: Angela Potes

Recherche / transfert de connaissance

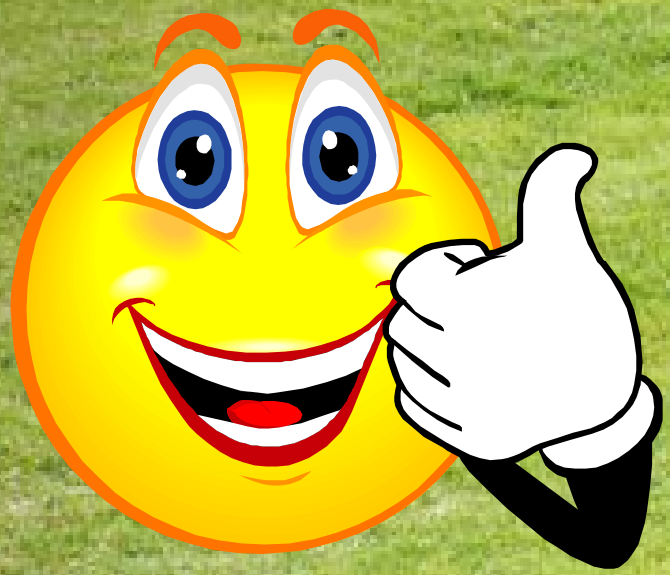
- Nous offrons ce service depuis l'automne 2012
- Présentement en cours d'approbation éthique (CER)
  - Évaluation de la satisfaction des participants
  - Évaluation de la perception des participants quand à l'amélioration de leurs symptômes
- Supporté par Angela Potes, étudiante à la maîtrise depuis janvier 2014 (Supervisée par Dr Michel Perreault)

Le programme STAR: à venir

- Au cours des prochaines années, nous visons aussi à développer:
  - Un second groupe de psychoéducation pour les gens atteints de troubles psychotiques
  - Des ateliers pour les proches / aidants et les responsables des ressources non-institutionnelles

Conclusion

- Les participants du programme mentionnent :
  - Augmentation de leur *insight* / conscience de soi
  - Augmentation de leur estime de soi / *empowerment*
  - Application des stratégies acquises
  - Conscience des signes de détérioration et importance de l'intervention précoce pour prévenir la rechute
  - Cohésion de groupe: se sentir moins seul dans son vécu, tisser des liens significatifs et avoir du plaisir

Questions?

Merci!