



Thermalisme et ETP

Amandine PIERROT

Infirmière coordinatrice du programme ETP BPCO en milieu thermal

Thermes de Cauterets



**1^{er} Journée d'éducation
thérapeutique de l'UTEP GHT65**

TARBES - 13 Octobre 2023

Présentation du thermalisme

- 110 établissements thermaux
 - 24 dans la région Occitanie
 - 7 dans les Hautes-Pyrénées
- 12 Orientations
- Cure conventionnée de trois semaines



Présentation du thermalisme



- **Eaux Minérales Naturelles**
 - Sulfatées
 - Sulfurées
 - Chlorurées
 - Oligométalliques

Programmes ETP existant en milieu thermal

- Fibromyalgies
- Maladie métaboliques / Obésité
- Diabète de type 2
- Insuffisance veineuse chronique
- Lymphœdèmes
- Pathologies respiratoires
- Pathologies dermatologiques
- Maladie Parkinson
- Polyarthrite rhumatoïde
- Post-cancer

Recrutement des patients en milieu thermal

- Brochure
- Réseaux sociale
- Salons
- Congrès
- Via des professionnels de santé

BPCO La Broncho Pneumopathie Chronique Obstructive

PROGRAMME D'ÉDUCATION THERAPEUTIQUE DU PATIENT 115€

Un nouveau souffle pour une nouvelle vie

La Broncho Pneumopathie Chronique Obstructive concerne 6 à 8 % de population française. Elle a pour symptômes principaux : essoufflement, toux chronique, difficulté respiratoire.

Nous vous proposons une cure en voies respiratoires associée à un **programme d'éducation thérapeutique** pour vous approprier les savoirs et les compétences nécessaires afin de mieux vivre avec cette maladie chronique.

Une équipe de professionnels vous accompagnera au cours des ateliers individuels et collectifs tout au long de votre séjour afin de devenir acteur de votre santé.

Pour qui ?
Pour toutes les personnes de plus de 18 ans qui ont été diagnostiquées BPCO stade 1 et 2

CONTENU DU PROGRAMME

- **Un Bilan éducatif individuel avec l'infirmière** pour définir vos objectifs (60 min).
- **4 Ateliers collectifs** avec une infirmière ou un médecin pour acquérir des compétences sur le fonctionnement du système respiratoire, les mécanismes de la maladie, les traitements et le partage de l'expérience.
 - Comprendre sa maladie
 - Mon système respiratoire
 - Vivre avec sa maladie
 - Mes traitements
- **Ateliers collectifs avec un Éducateur Sportif et un Maître Nageur** pour réussir à développer une activité physique adaptée.
 - Respirer en mouvement
 - Marche Cauterésienne
 - Mobiliser son souffle
- **Atelier individuel avec un kinésithérapeute** pour évaluer votre capacité respiratoire et proposer des exercices adaptés.
- **Synthèse avec une infirmière** pour faire le point sur vos objectifs.
- **Suivi distanciel à 3 mois**

12



Déroulement d'un programme ETP dans les thermes

Cure thermal

Ateliers et séance ETP

Suivi en distanciel

Professionnels intervenant dans le programme

- Médecin thermal
- Médecin spécialiste
- Infirmier
- Kinésithérapeute
- Educateur sportif
- Psychologue
- Diététicien
- Maître nageur



Exemples de séance ETP en milieu thermal

- Gymnastique respiratoire : (Swiss Ball, élastiques, frites mousse, tapis)

Assouplissements de la ceinture scapulaire et musculaire + **Renforcement** des muscles inspireurs et expirateurs / membres inférieurs et sangle abdominale

But : ↗ ouverture cage thoracique + amplitude respiratoire

↗ tonus musculaire + aisance et synchronisation respiratoire
(inspiration+++)

- Marche Cauterésienne : (test 6 minutes, marche active, avec bâtons, Afghane)

But : Déterminer la tolérance à l'effort + périmètre de marche

↗ synchronisation respiratoire à l'effort + coordination gestuelle

- **Escape Game** :

- Objectif de la séance : connaître les différents traitement de la BPCO
- Temps de la séance 45 minutes
- Effectif 8 personnes maximum
- 5 énigmes à trouver (corticoïde, antibiotique, Ventoline , kinésithérapeute et combinaison de chiffre)
- Débriefing

Avenir de l'ETP dans le thermalisme

- Collaboration avec les professionnels de santé extérieur
 - Suivi des patients après la cure
 - Echanges
 - Etudes scientifiques
- Evénement de promotion de la santé



Journée MAI POUMONS

Aux Thermes de Cauterets
 Présence de l'association Mai poumons
 Conférence avec professionnels de santé
 Test de spirométrie
 Visite des Thermes
 Divers ateliers : yoga, marche nordique, Escape Game...

**30 MAI 2023
9H - 17H**

sur Place :

- ✓ présence de snacks
- ✓ jeux et lots a gagner

ou ?

📍 Avenue du Docteur Domer 65110 Cauterets

Contactez nous : 05 62 92 51 60 www.thermesdecauterets.com

Événements
de
prévention



Journée de l'UTEP GHT65

TARBES - 13 Octobre 2023 11

Vos questions

