

Après 65 ans, une femme sur trois présente des fuites involontaires d'urine. Beaucoup de Québécoises risquent alors d'avoir à faire face à de l'incontinence urinaire au cours de leur vie. Cependant, même si elles sont fréquentes, ces fuites ne sont ni inévitables, ni irréversibles. Pour les réduire efficacement, la physiothérapie du plancher pelvien est aujourd'hui le traitement recommandé en première ligne. Néanmoins, l'accessibilité de ce traitement demeure toujours limitée. En réponse, un traitement innovant est présentement à l'étude à l'Université de Montréal, proposant de la physiothérapie du plancher pelvien offerte en groupe et à distance pour traiter l'incontinence urinaire chez les femmes âgées.

Constituant la version en ligne d'un programme de physiothérapie du plancher pelvien offert en groupe déjà appuyé par plusieurs études, ce nouveau programme est né du contexte pandémique. En effet, avant même la crise de la COVID-19, des efforts étaient déjà en place pour améliorer l'accessibilité des soins. Les approches de groupe, permettant de rejoindre plus de femmes à la fois, pourraient aider à répondre au nombre encore limité de physiothérapeutes formé·e·s pour pratiquer au niveau du plancher pelvien. Lorsqu'approprié, offrir des soins à des groupes plutôt qu'en individuel est d'ailleurs déjà utilisé pour réduire les listes d'attente dans plusieurs milieux, pour le traitement de diverses conditions de santé.

Cependant, afin de limiter la propagation du virus, les soins de groupe ont eu à se réinventer au cours des dernières années. Les approches à distance se sont alors multipliées et ont été massivement intégrées dans l'offre de soins. Avec la reprise postpandémique qui s'amorce, certains de ces soins à distance pourraient conserver leur pertinence dans le paysage québécois. Les régions rurales, encore plus durement touchées par les enjeux d'accessibilité des soins de physiothérapie du plancher pelvien, auraient ainsi une option supplémentaire pour faire face à la

disparité dans l'offre de services. De plus, même au sein des régions urbaines le mieux desservies, l'option à distance conserve plusieurs attraits liés au fait de rester chez soi sans avoir à se déplacer jusqu'en clinique.

D'ici quelques mois, le projet financé par le Réseau québécois de recherche sur le vieillissement et le comité aviseur pour la recherche clinique du centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal, tirera ses conclusions quant à la faisabilité d'offrir de tels soins, à l'acceptabilité de cette approche auprès des femmes âgées et des physiothérapeutes et à l'efficacité clinique de ce traitement innovant.

Contact : Mélanie Le Berre, candidate au doctorat en sciences de la réadaptation à l'Université de Montréal, melanie.le.berre@umontreal.ca

Titre : La physiothérapie à distance pour traiter l'incontinence urinaire



Crédits photo : MART PRODUCTION (libre d'utilisation)

<https://www.pexels.com/photo/woman-sitting-on-a-couch-7329664/>

Résumé : Malgré le grand nombre de femmes touchées par les fuites urinaires, l'accessibilité au traitement demeure encore limitée. En réponse, un nouveau traitement est à l'étude à l'Université de Montréal, proposant de la physiothérapie du plancher pelvien pour traiter l'incontinence urinaire chez les femmes âgées, offerte en groupe pour rejoindre plus de femmes, et à distance pour les rejoindre partout. Les résultats obtenus via ce traitement seront annoncés dans les prochains mois.