

Direction régionale de santé publique de la Gaspésie et des Îles  
**COMMUNIQUÉ POUR LES MÉDIAS**

Gaspé, le 15 juin 2021

**Prévention des chutes chez les aînés de 65 ans et plus vivant à domicile**

Les chutes, ou tout simplement la peur de chuter chez les aînés vivant à domicile, sont fréquentes et contribuent à leur perte d'autonomie. Le CISSS de la Gaspésie et le CISSS des Îles, par l'intermédiaire de la Direction régionale de santé publique, relancent le *Programme intégré d'équilibre dynamique* (PIED) qui a déjà accueilli dans la région près de 400 aînés.

Le problème est à ce point réel qu'au cours de l'année 2019-2020, on estime à plus de 600 le nombre d'aînés de plus de 65 ans vivant à domicile qui se sont blessés en chutant. Les conséquences sont suffisamment graves pour limiter leurs activités normales et, dans certains cas, précipiter un hébergement en ressource intermédiaire ou en milieu institutionnel. Toujours en 2019-2020, 457 hospitalisations ont eu lieu chez les aînés de la région en raison d'une chute accidentelle. Puis au cours des 5 années 2013 à 2017, 23 aînés sont décédés en moyenne chaque année des suites d'une chute accidentelle.

Les objectifs du Programme PIED sont :

- d'améliorer l'équilibre et la force des jambes;
- de développer la capacité à aménager le domicile et à adopter des comportements sécuritaires;
- d'améliorer le sentiment d'efficacité à l'égard de la prévention des chutes;
- de contribuer à maintenir la densité de masse osseuse aux sites les plus vulnérables et aux fractures (poignets, hanches et colonne);
- de favoriser le maintien d'une pratique régulière d'activités physiques.

Nous invitons les aînés de 65 ans et plus vivant à domicile qui souhaitent obtenir plus d'information sur le programme PIED à communiquer avec la personne responsable dans chacune des MRC. Les responsables sont :

TERRITOIRE DE MRC	RESPONSABLE	NUMÉRO DE TÉLÉPHONE
Îles-de-la-Madeleine	Nadia Renaud	418 986-2121, poste 8511
Avignon	Danielle Castilloux	418 752-2572, poste 1067
Bonaventure	Danielle Castilloux	418 752-2572, poste 1067
Rocher-Percé	Madeleine Rehel	418 689-6696, poste 5001
Côte-de-Gaspé	Marjorie English	418 368-3301, poste 4126
Haute-Gaspésie	Vicky Asselin	418 763-2261, poste 2700

Pour de plus amples renseignements sur le communiqué, veuillez communiquer avec monsieur Lou Landry, responsable des communications et des relations aux médias au CISSS de la Gaspésie à l'adresse courriel : [lou.landry.ci:sssgaspesie@ssss.gouv.qc.ca](mailto:lou.landry.ci:sssgaspesie@ssss.gouv.qc.ca)



Yv Bonnier Viger  
Médecin spécialiste en santé publique et médecine préventive  
Directeur régional de santé publique de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

YBV/JMB/nd