

Kinésithérapie et Trisomie 21

(*remarque d'ART 21 : en Suisse = physiothérapie)

Rachel Vantieghem - Angélique Collela

Kinésithérapeutes SESSAD Trisomie 21 Loire (GEIST 21 Loire)

L'objectif de la kinésithérapie est d'accompagner l'enfant dans son développement neuromoteur et de prévenir les déficits et anomalies de statique qui apparaissent en l'absence de prise en charge du fait de l'hypotonie et de l'hyperlaxité. Le but est de faciliter l'insertion sociale et professionnelle des personnes.

Le projet est construit et réévalué régulièrement et individuellement pour chaque enfant en fonction de la prescription médicale et du bilan kinésithérapique. La kinésithérapie s'inscrit dans un travail pluridisciplinaire (orthophonie, psychomotricité, éducatif).

La prise en charge est différente selon les périodes :

➤ **L'éducation précoce** débute vers 5, 6 mois

Elle se fait en présence des parents jusqu'à l'acquisition de la marche. L'enfant est ainsi rassuré et les parents sont accompagnés dans la découverte des compétences et difficultés de leur enfant. La séparation se travaille vers 2, 3 ans. Les séances doivent rester ludiques et durent en moyenne 30 à 45 minutes selon la disponibilité physique et l'attention de l'enfant. Les « jeux exercices » utilisés, souvent accompagnés de stimulations sensorielles, visent à aider l'enfant à acquérir les bases de la motricité en passant les **étapes du développement neuromoteur** dans le bon ordre et moins lentement (retournement en position couchée, station assise, passage assis-couché, déplacement en rampant, 4 pattes, station debout, marche, passage d'obstacles, saut). Certains mouvements rendus possibles par l'hyperlaxité sont dangereux et à éviter : on apprendra à l'enfant à passer de la position plat ventre à la position assise et inversement sans faire glisser ses jambes de chaque côté du tronc.

Un travail plus **manuel** est également mis en place par des manipulations d'objets (jouets) de différentes tailles et formes pour tonifier et aider l'enfant à avoir une bonne préhension. On abordera également le travail sur la tonification, la statique, la proprioception, l'équilibre et la coordination. Ces aspects seront approfondis lorsque l'enfant grandira.

➤ **Rééducation après l'âge de 7 ans et jusqu'à l'adolescence ou au delà**

Les séances de 45 minutes comportent un travail plus analytique axé sur :

- La motricité générale : Tonification et renforcement musculaire par des exercices analytiques simples et rythmés.
- La proprioception, l'équilibre, la coordination, la prise de conscience de son corps et de sa posture.
- La relaxation, la respiration, apprendre à « entretenir » son corps
- La motricité manuelle lorsqu'est signalé un problème particulier (c'est un aspect déjà souvent abordé en classe et avec les éducateurs).

Il est important de surveiller la statique de l'enfant (courbures vertébrales accentuées, épaules enroulées, scoliose), afin d'en limiter l'évolution ou de proposer d'autres traitements.

Il faut solliciter la pratique régulière d'activités physiques qui seront un relais ensuite à la kinésithérapie

➤ **La tonification de la sphère bucco faciale :** Ce domaine est important en **éducation précoce** comme chez les **plus grands** et peut se faire en collaboration avec les orthophonistes et parfois les psychomotriciens :

- Prise de conscience de la sphère bucco faciale et tonification à l'aide d'exercices et jeux
- Travail de la respiration et de la maîtrise du souffle
- Renforcement de la mastication et de la déglutition: ceci devrait être systématiquement développé étant donné l'incidence de l'hypotonie bucco faciale sur ces fonctions et les conséquences: troubles digestifs, boulimie, fausses routes et infections bronchiques.

La kinésithérapie est souvent arrêtée à l'âge de la marche alors que les bénéfices à la poursuivre sont majeurs. Elle prépare aussi à la pratique régulière d'activités physiques mais il est indispensable de faire régulièrement un bilan moteur et statique pour surveiller l'évolution corporelle et les capacités motrices.

Source : un descriptif de Trisomie 21 Loire, expérience de professionnels du SESSAD
<http://www.integrascal.fr/documents/experience%20des%20professionnels%20du%20SESSAD%20bis.pdf>