

Le rôle de l'ergothérapie dans la scoliose, opérée ou non

L'**ergothérapie** peut constituer un accompagnement complémentaire intéressant chez une personne atteinte de scoliose, qu'elle soit **non opérée ou opérée**. Son objectif n'est pas de corriger directement la courbure de la colonne, mais de permettre à la personne de **préserver ou retrouver le maximum d'autonomie dans ses activités quotidiennes**, en tenant compte de ses capacités, de ses douleurs, de sa fatigue et de ses éventuelles limitations.

Dans une scoliose non opérée

L'ergothérapeute peut aider la personne à adapter son quotidien afin de limiter les difficultés liées à la scoliose.

Il peut notamment intervenir sur :

- **les activités de la vie quotidienne** : toilette, habillage, cuisine, ménage, courses, etc. ;
- **l'organisation du poste de travail**, notamment devant un ordinateur ;
- l'installation à l'école ou au travail ;
- la recherche de positions plus confortables pour les activités prolongées ;
- la gestion de la **fatigue et des douleurs** au cours de la journée ;
- les gestes et stratégies permettant de réaliser certaines activités avec moins de contraintes ;
- l'utilisation éventuelle d'**aides techniques** lorsque celles-ci sont nécessaires ;
- l'aménagement du domicile ou du lieu de travail.

Chez l'enfant ou l'adolescent

L'ergothérapeute peut également accompagner les conséquences pratiques de la scoliose ou du port d'un corset :

- installation confortable en classe ;
- adaptation du matériel scolaire si nécessaire ;
- organisation du cartable et du matériel ;
- recherche de solutions pour faciliter l'habillage ou certaines activités avec le corset ;
- maintien de la participation aux activités scolaires et sociales.

L'idée est de **favoriser l'autonomie sans réduire inutilement les activités de l'enfant**.

Après une chirurgie de la scoliose

Après une arthrodèse, l'ergothérapeute peut avoir un rôle particulièrement utile pendant la période de récupération.

Le travail peut porter sur :

Les gestes du quotidien

Selon les consignes données par l'équipe chirurgicale, l'ergothérapeute peut apprendre ou rechercher avec la personne des façons de :

- se lever et se coucher ;
- s'habiller ;
- se laver ;
- utiliser les toilettes ;
- préparer un repas ;
- effectuer certaines tâches quotidiennes ;
- éviter certains mouvements ou efforts momentanément déconseillés.

L'objectif est de **retrouver progressivement de l'autonomie tout en respectant les restrictions postopératoires**.

Le retour à domicile

Avant ou après le retour à domicile, l'ergothérapeute peut évaluer si l'environnement présente des difficultés particulières.

Il peut proposer, lorsque cela est nécessaire :

- une modification de l'installation ;
- une aide technique temporaire ;
- une organisation différente des activités ;
- une adaptation de certaines tâches.

Toutes les personnes opérées n'ont évidemment pas besoin d'aménagements particuliers.

La reprise des études ou du travail

L'ergothérapeute peut également accompagner la reprise progressive des activités scolaires ou professionnelles.

Pour une personne travaillant longtemps devant un ordinateur, par exemple, il peut analyser :

- la hauteur et la position de l'écran ;
- l'installation du siège et du bureau ;
- le positionnement du clavier et de la souris ;
- l'alternance entre les périodes assises et les déplacements ;
- l'organisation de la journée pour éviter une fatigue excessive.

Retrouver ses activités

L'objectif n'est pas seulement de pouvoir « faire les gestes correctement », mais aussi de permettre à la personne de **reprendre progressivement une vie quotidienne aussi normale que possible**, en tenant compte de ses capacités et des recommandations de l'équipe médicale.

Un point important

L'ergothérapeute **ne remplace ni le chirurgien, ni le médecin, ni le kinésithérapeute**. Il intervient dans un autre domaine : **le lien entre la personne, son corps, ses capacités et les activités qu'elle souhaite ou doit réaliser au quotidien**.

Après une chirurgie, les conseils doivent notamment respecter les consignes spécifiques du chirurgien concernant les mouvements, les charges, la reprise du travail, le sport et les autres activités.

En résumé

Dans la scoliose non opérée comme après une chirurgie, l'ergothérapie cherche avant tout à aider la personne à vivre et à agir au quotidien avec ses capacités et ses éventuelles limitations.

Adapter l'environnement, trouver des stratégies, préserver l'autonomie et faciliter la reprise des activités : c'est là que l'ergothérapie peut avoir toute sa place.

L'ergothérapie dans la scoliose

Pasco est là pour toi !

L'ergothérapie aide à préserver ou retrouver l'autonomie dans la vie quotidienne, en tenant compte des capacités, des douleurs et des éventuelles limitations.

Dans la scoliose non opérée

- ✓ Aide à adapter les activités du quotidien (toilette, habillage, cuisine, ménage, courses...).
- ✓ Conseille sur la posture et les positions les plus confortables.
- ✓ Aménage le poste de travail et l'installation à l'école.
- ✓ Propose des aides techniques si besoin.
- ✓ Aide à gérer la fatigue et la douleur.
- ✓ Accompagne l'adaptation du domicile ou du lieu de travail.

Des solutions pour plus d'autonomie !

Chez l'enfant et l'adolescent

- ✓ Facilite l'installation en classe.
- ✓ Aide à adapter le matériel scolaire et l'organisation du cartable.
- ✓ Cherche des solutions pour l'habillage et les activités avec le corset.
- ✓ Encourage la participation aux activités scolaires, sociales et de loisirs.

Pour grandir, apprendre, se sentir bien... malgré la scoliose !

Après une chirurgie de la scoliose

- ✓ Aide à retrouver progressivement son autonomie (gestes du quotidien).
- ✓ Évalue et propose des aménagements au domicile si nécessaire.
- ✓ Accompagne la reprise des études ou du travail.
- ✓ Analyse et adapte l'installation au poste de travail (écran, siège, clavier...).
- ✓ Soutient la reprise des activités et des loisirs.

Retrouver son équilibre, pas à pas !

Les + de l'ergothérapie

- ✓ Prendre en compte la personne dans sa globalité.
- ✓ Proposer des stratégies adaptées à chaque situation.
- ✓ Favoriser l'autonomie et la confiance en soi.
- ✓ Travailler en lien avec l'équipe médicale et les autres professionnels.

Des gestes simples pour une vie plus facile !

En résumé

L'ergothérapie ne corrige pas la courbure de la colonne, mais elle aide la personne à mieux vivre avec sa scoliose, à préserver son autonomie et à retrouver confiance dans ses capacités.

Une meilleure autonomie pour une meilleure qualité de vie !

- Adapter le quotidien
- Favoriser l'autonomie
- Renforcer la confiance
- S'épanouir malgré la scoliose

Scoliose et Partage | www.scoliose.org | webmaster@scoliose.org