

Université de Sherbrooke

Enjeux et pistes de solutions face à l'implantation de la prise en charge non pharmacologique de l'insomnie en clinique privée de réadaptation

Par
Eric Charuest
Programme de Maîtrise en pratiques de la réadaptation

Essai présenté à la Faculté de médecine et des sciences de la santé
en vue de l'obtention du grade de maître en pratiques de la réadaptation (M. Réad.)

Maîtrise en pratiques de la réadaptation

Longueuil, Québec, Canada
Juin 2022

Membres du jury d'évaluation
Claire-Marie Legendre, mentore, Institut universitaire de première ligne en santé et services sociaux
Marie-José Durand, Programme de maîtrise professionnelle en pratiques de la réadaptation

© Eric Charuest, 2022

RÉSUMÉ

Problématique : À la clinique Ergothérapie de l'Estrie, une équipe de thérapeutes composée d'ergothérapeutes, kinésologues et thérapeutes en réadaptation physique intervient, dans le cadre d'un programme de développement des capacités fonctionnelles, auprès d'utilisateurs présentant des douleurs chroniques à la suite d'un trouble musculosquelettique (TMS). Chez cette clientèle, la prévalence de l'insomnie est largement plus élevée que dans la population générale. Or, l'insomnie n'apparaît pas comme une cible prioritaire d'intervention dans le milieu à l'étude et les meilleures pratiques en gestion non pharmacologique de l'insomnie n'y sont pas implantées de façon systématique. On peut donc se demander quels éléments ou facteurs pourraient favoriser l'implantation systématique des meilleures pratiques en termes de gestion non pharmacologique de l'insomnie (GNPI) au sein de cette clinique dans un contexte de programme de développement des capacités fonctionnelles des utilisateurs présentant des TMS.

But : Ce projet d'innovation vise l'implantation, dans la clinique privée Ergothérapie de l'Estrie, des meilleures pratiques en gestion non pharmacologique de l'insomnie auprès des utilisateurs qui présentent à la fois de la douleur chronique en raison d'un TMS et de l'insomnie.

Méthodes : Dans un premier temps, des entrevues ont été réalisées auprès des thérapeutes de la clinique afin de documenter leurs connaissances et obtenir leurs perceptions face aux enjeux quant à l'implantation des meilleures pratiques en GNPI. Dans un deuxième temps, une entrevue avec les gestionnaires de la clinique et un questionnaire à l'attention des conseillers en réadaptation (CR) d'organismes divers qui réfèrent les utilisateurs dans les cliniques privées de réadaptation ont été utilisés afin d'explorer leurs attentes et les ressources disponibles en regard de l'implantation des meilleures pratiques en GNPI dans le milieu à l'étude.

Résultats : Premièrement, les résultats révèlent que les connaissances des thérapeutes envers le sommeil, l'insomnie et la GNPI sont insuffisantes et inégales et que ces derniers souhaitent les améliorer. Les thérapeutes identifient plusieurs enjeux face à l'implantation des meilleures pratiques en GNPI et ces enjeux sont cohérents avec ceux retrouvés dans la littérature. Deuxièmement, les gestionnaires identifient eux aussi des enjeux face à l'implantation des meilleures pratiques en GNPI et ces derniers sont cohérents avec ceux identifiés par les thérapeutes et la littérature. Les gestionnaires se considèrent en mesure de mobiliser des ressources afin de favoriser l'implantation des meilleures pratiques en GNPI. Troisièmement, les CR ont des attentes quant à la prise en charge de l'insomnie par les fournisseurs en réadaptation et ils sont prêts, eux-aussi, à mobiliser des ressources pour

favoriser l'implantation des meilleures pratiques en GNPI. Finalement, en tenant compte de la littérature et par triangulation des résultats, un médium à l'attention des gestionnaires de la clinique a été développé afin de favoriser l'implantation systématique des meilleures pratiques en gestion non pharmacologique de l'insomnie dans la pratique quotidienne des thérapeutes de la clinique et en favoriser la pérennisation.

Conclusion : Ce projet a permis de cerner les enjeux face à l'implantation des meilleures pratiques en GNPI à travers les perceptions des thérapeutes du milieu, de ses gestionnaires, mais également celles des conseillers en réadaptation qui réfèrent les usagers dans ce milieu. La compréhension de ces enjeux, conjointement à la consultation de la littérature, a permis de formuler concrètement des pistes de solution face à l'implantation des meilleures pratiques en GNPI autour d'une liste de cinq recommandations.

Mots-clés : Insomnie, traitement non pharmacologique de l'insomnie, douleur chronique, réadaptation fonctionnelle, réadaptation au travail, développement des capacités fonctionnelles, implantation des meilleures pratiques.