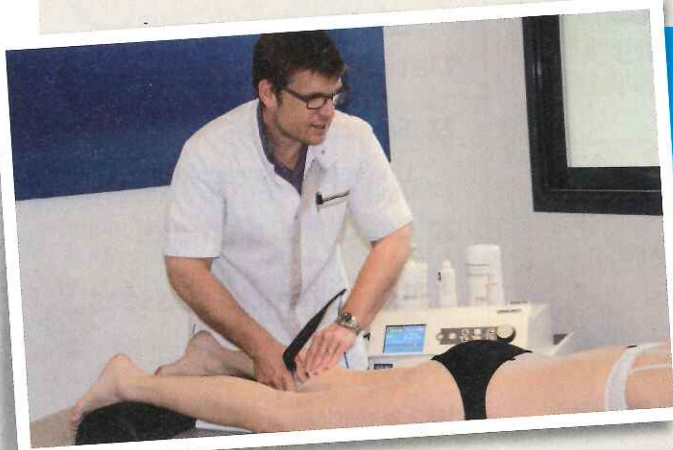


MATHIAS WILLAME

“UN VÉRITABLE TRAVAIL D'ÉQUIPE”

Il y a deux ans et demi, Mathias Willame a ouvert à Nîmes un cabinet regroupant quatre masseurs-kinésithérapeutes, trois préparateurs physiques, une diététicienne et deux secrétaires, avec la volonté de fonctionner en “staff”. Kinésithérapeute de la Fédération française de golf, il est également investi au sein de l'Association française des kinés et ostéos du golf (AFKG) et propose des stages de golf adaptés à ses patients en surpoids. PAR SOPHIE CONRARD



Kiné actualité : Quelle peut être l'action du kinésithérapeute contre le surpoids et l'obésité ?

Mathias Willame : On dit que pour maigrir, il faut manger moins et bouger plus. Manger moins, c'est relativement simple. Bouger plus, surtout si vous êtes en net surpoids, ça peut être délicat. Cela peut causer des douleurs articulaires (au genou, à la cheville, au dos...) ou musculaires, parce que les personnes en surpoids mobilisent très peu certains muscles profonds. Il faut les “réveiller”. Souvent, ces patients arrivent au cabinet avec d'autres problématiques ostéo-articulaires associées. Notre rôle est de leur prodiguer les soins nécessaires pour qu'ils puissent bouger et d'orienter la reprise du sport en toute sécurité. Cela ne va pas de soi car le patient appréhende parfois l'idée de transpirer, de ne pas y arriver, d'être vu par tout le monde... Par ailleurs, les frottements peau/peau ou vêtements/peau peuvent causer irritations et brûlures. Nous avons mis en place une École du dos® dirigée par les kinésithérapeutes,

et un programme d'éveil musculaire avec les préparateurs physiques, permettant une reprise progressive. C'est à la suite du bilan – essentiel – que nous dirigeons nos patients vers le projet le mieux adapté. Dans notre cabinet, le bilan est systématique lors du premier rendez-vous. Avec un patient obèse qui vient avec un objectif de perte de poids, nous faisons le point sur toutes les problématiques (physiques, financières, d'organisation de son emploi du temps...), et je lui explique le protocole que nous allons lui proposer en fonction des conclusions de son bilan. C'est un moment important pour expliquer, rassurer, etc.

Quels types de soins proposez-vous à vos patients en surpoids ?

Nous leur demandons de venir deux à trois fois par semaine. Sur une plateforme type Imoove, on peut leur proposer un travail relativement intense, qui va stimuler les muscles profonds sans imposer une contrainte trop importante puisqu'il s'agit d'une activité “portée”. Cela peut être aussi une première étape avant de suggérer au patient de reprendre une activité sportive en salle ou à l'extérieur.

Les préparateurs physiques sont totalement intégrés au sein de l'équipe

Nous privilégions le travail manuel, en y associant si besoin le Cellu M6, la radiofréquence (Indiba) ou les ondes de choc (Storz Medical). Outre ce plateau technique, nous avons surtout mis en place une organisation spécifique au cabinet, pluridisciplinaire, dans laquelle chacun joue un rôle. La séance commence par l'accueil, dans lequel les secrétaires jouent un rôle crucial : un patient qui se sent bien dans la salle d'attente sera d'autant plus disponible et motivé pour sa séance.

Comment fonctionne cette organisation peu courante ?

Il y a deux réunions (1h30 chacune) par semaine : le lundi pour les kinésithérapeutes et les secrétaires, le vendredi pour les mêmes et les préparateurs physiques. Nous avons mis en place un système de communication interne car chacun n'a pas ses patients attitrés. Ils voient un kinésithérapeute (ou un préparateur physique) différent en fonction de leurs problématiques. Il est donc impératif que les informations circulent. Nous sommes tous au courant de tous les dossiers, ce qui nous permet de nous remplacer mutuellement sans difficulté – et sans perturber le patient. Autre avantage : le patient est confié

au kinésithérapeute en fonction des soins à réaliser et en s'appuyant sur l'expertise de chacun. Par exemple, mon associée, Aurore Alias, prodigue les soins vasculaires ou travaille sur les cicatrices. Nos assistants, qui ont plus de temps, assurent l'École du dos®. Ensuite, les préparateurs physiques connaissent parfaitement le dossier de chaque patient, ce qui leur permet d'être immédiatement opérationnels si nous leur confions quelqu'un qui a terminé sa rééducation, et d'échanger

personnalisé et attentif. Il y avait entre la table du kinésithérapeute et le retour à la "vie normale" un vide que j'ai souhaité combler, en nous donnant la possibilité de "prendre les patients par la main" au cabinet, en les accompagnant et en les aidant à se dépasser. Il est difficile pour certains de pratiquer une activité sportive. Pour Lionel Azais, "le rôle du préparateur physique est de l'amener à repousser ses limites et son seuil de fatigabilité, et de faire en sorte qu'il

rapide pour l'accompagner dans une reprise d'activité avec les préparateurs physiques. Puis on stoppe les séances de kinésithérapie. Mais le patient termine ses séances de réathlétisation avant de quitter le cabinet. Cette prise en charge pluridisciplinaire est toujours soumise à l'accord du patient car elle engendre une facturation supplémentaire, non remboursée, les préparateurs physiques n'étant pas salariés du cabinet. Notre expérience montre que la réathlétisation – compétence des préparateurs physiques, formés à ce type de prise en charge – offre une valeur ajoutée au traitement kinésithérapique.

Il y avait entre la table du kinésithérapeute et le retour à la "vie normale" un vide que j'ai souhaité combler

avec nous si besoin. L'une des clés de la réussite, c'est que les kinésithérapeutes et les préparateurs physiques apprennent à travailler ensemble. Cela ne s'improvise pas, et c'est sans doute aussi une question d'alchimie. Pour que tout fonctionne bien, il faut un cahier des charges précis. C'est une manière très différente de travailler, par rapport à ce que j'avais vécu avant, mais selon moi, c'est beaucoup plus intéressant. Tout le monde y gagne, les patients comme nous. Et les kinésithérapeutes n'y perdent ni leur âme, ni leurs compétences ! C'est un véritable travail d'équipe et si l'on sait utiliser les compétences spécifiques de chacun, les résultats peuvent être bluffants. Je précise que nous faisons également des domiciles, gérés par mon associée sur les mêmes principes : un kinésithérapeute s'en charge chaque matin et un autre chaque après-midi.

Quel est précisément le rôle des préparateurs physiques ?

Sous la responsabilité de Lionel Azais, ils sont totalement intégrés au sein de l'équipe et interviennent au moment de la réathlétisation du patient, une fois que le kinésithérapeute a fait son œuvre, pour qu'il ne régresse pas. Ils proposent une forme de coaching

améliore progressivement son potentiel". Pour vous donner un exemple, en 2012, nous avons emmené à vélo des patients jusqu'au sommet du Ventoux, dont un hémiplegique (en tandem) et une femme qui avait été opérée des poumons !

Votre action relève-t-elle du soin à proprement parler ou de l'éducation thérapeutique du patient ?

Un peu des deux. Nous prodiguons des soins de kinésithérapie "classiques", mais nous essayons également d'amener les patients à comprendre qu'ils doivent faire du sport pour entretenir les bénéfices de ces soins. Pour illustrer mon propos, sur une ordonnance de dix séances pour une lombalgie, une fois le bilan établi et que le kinésithérapeute a prodigué ses soins (antalgiques, préparation musculaires...), je propose au patient un suivi kinésithé-

En quoi le golf est-il intéressant contre l'obésité ?

Pour des patients qui ont des difficultés à marcher, l'intérêt c'est le *swing* – frapper dans la balle. C'est un bon exercice de mobilisation articulaire, de gestion du centre de gravité, cela fait travailler les muscles profonds et développe la coordination musculaire. Par ailleurs, le patient est au grand air, il développe un rapport à l'autre – on est rarement seul sur un *practice* ou un *green* –, et s'il met la balle dans le trou, il éprouve du plaisir, ce qui ne gâche rien ! La notion de plaisir est essentielle pour que le patient soit assidu, au golf ou pour toute autre activité physique. Et dès que vous pouvez associer la marche, les effets bénéfiques augmentent. Régulièrement, nous organisons une journée "golf et santé" pour nos patients au *driving* de Lunel (Hérault), avec des entraîneurs formés aux principes "sport et santé". ■

Plus d'infos :
<http://kinenimes.hautetfort.com>

La notion de plaisir est essentielle pour que le patient soit assidu, au golf ou pour toute autre activité physique