

2012

Le kinésologue au service des Montréalais

pour l'atteinte
de *mes* objectifs, je consulte
mon *kinésologue* accrédité



trouvez votre professionnel de l'activité physique
via le répertoire en ligne : www.kinesiologue.com

**Mémoire portant sur la consultation
publique Montréal, physiquement active**

Produit par la
Fédération des Kinésologues du Québec

11/21/2012

Sommaire

L'engagement de la Ville de Montréal à endosser une consultation publique sur le concept de saines habitudes de vie témoignent de sa volonté à favoriser la santé de ses citoyens.

Dans le cadre de la consultation publique sur le thème Montréal, physiquement active menée par la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports, la Fédération des kinésiologues du Québec souhaite partager différentes recommandations qui permettront à la ville d'offrir à tous les citoyens l'opportunité d'être physiquement actif au quotidien.

En améliorant les conditions de vie des familles et en favorisant l'activité physique et sportive sur son territoire, la Ville de Montréal investit dans l'avenir de sa communauté.

Enjeux et recommandations

Enjeu 1 • Le manque de ressources

Plusieurs actions sont mises en œuvre par les arrondissements et la ville pour promouvoir le sport et le loisir, surtout chez les jeunes. Or il y a peu de ressources disponibles pouvant encadrer les citoyens Montréalais cherchant à adopter un programme d'entraînement personnalisé et sécuritaire qui répond à leurs objectifs et qui tient compte de leurs symptômes ou limitation fonctionnelle. Par exemple, la personne diabétique a accès à un réseau de nutritionniste/diététistes lui permettant de s'instruire face à son apport alimentaire, mais présente peu de soutien quant aux programmes d'activité physique adapté à sa médication. La situation se duplique pour tout autre citoyen présentant une maladie cardiovasculaire, pulmonaire, métabolique (embonpoint), et bien d'autres ou qui présente une faible condition physique de sorte à rendre sa pratique d'activité physique très ardue.

Une démarche plus large s'impose en matière d'activité physique pour mieux contrer les habitudes sédentaires. Mais il faut penser plus loin que l'aménagement de notre territoire (design actif) et trouver des mesures pour favoriser l'accroissement de la participation des citoyens par l'augmentation de ressources disponibles à cet égard.

Recommandation 1 • Développer un programme de soutien

Amener les villes à développer un programme de soutien en pratique d'activité physique saine et sécuritaire pour répondre au besoin des citoyens Montréalais.

Nous encourageons la mise en place d'un guide de ressource éducatif contenant toute l'information préliminaire des maladies chroniques ou des symptômes limitant une pratique régulière de l'activité physique. Un résumé de recommandations serait ajouté à chaque catégorie favorisant ainsi une pratique sécuritaire en activité physique. D'autres recommandations générales seront incluses pour toute autre personne sans limitation fonctionnelle désirant entreprendre un programme d'activité physique sécuritaire. Par ailleurs, la présence d'un répertoire de kinésologues travaillant dans la grande métropole rendrait davantage facile l'accès à un professionnel de l'activité physique pouvant répondre aux critères spécifiques de chaque clientèle.

Ce programme devra être appuyé de données probantes et devra être accessible en ligne ou par l'entremise du 311 pour citoyens de tout âge, présentant ou non des symptômes ou limitation fonctionnelle.

L'élaboration de ce service de soutien serait encadrée par l'expertise du kinésologue qui a pour mission

- d'optimiser la performance motrice et ses déterminants de la condition physique
- de redonner le plaisir d'être physiquement actif sur une base régulière afin de réduire les facteurs de risque reliés au mode de vie sédentaire,
- de contribuer à l'adaptation/réadaptation d'une situation personnelle et même repousser ses propres limites.

L'approche réseau aura intérêt à être utilisée puisque plusieurs partenaires sont aussi complémentaires, voire interdépendants. D'ailleurs la naissance récente de plusieurs tables de concertation sur un mode de vie physiquement actif prouve que l'offre publique et civile se caractérise par une structure de moins en moins fragmentée.

Enjeu 2 • Encadrer les responsables en activité physique et sportive employé ou promu par la ville

Présentement, aucun cadre d'intervention en activité physique et en sport n'est appliqué. L'arrondissement embauche souvent un intervenant non formé en kinésiologie (ou dans ce domaine d'intervention) ou encore s'affilie avec un centre partenaire afin de dispenser un programme d'activité physique et sportive selon la clientèle. Les risques et préjudices encourus sont les suivants

- Intervenant souvent mal formé pour personnes symptomatiques
- Augmentation du risque de blessures
- Non atteignabilité des résultats escomptés
- Manque de motivation
- Arrêt de l'activité

Recommandation 2 • Encadrer l'intervenant par un kinésologue accrédité via la Fédération des kinésologues du Québec

Il est le souhait de la Fédération des kinésologues du Québec que la ville de Montréal privilégie l'embauche ou la promotion de kinésologue comme intervenant de première ligne en ce qui a trait aux interventions en activité physique. Selon le service rendu, un intervenant non kinésologue pourrait être promu ou embauché. Il serait par contre primordial que celui-ci soit encadré par un kinésologue accrédité afin de diminuer les risques et préjudices ci-haut nommés. La Fédération met à la disposition du public un bottin en ligne, facile d'utilisation qui permet à la population d'obtenir des services professionnels en activité physique. Elle

encourage également tout employeur du domaine à afficher sur son babillard électronique tout contrat ou offre d'emploi requérant un professionnel de l'activité physique.

À propos du kinésologue

Le Kinésologue

Le kinésologue est le professionnel de la santé, spécialiste de l'activité physique, qui utilise le mouvement à des fins de prévention, de traitement et de performance.

Un kinésologue possède au minimum un baccalauréat de niveau universitaire ayant pour objet principal d'étude la kinésiologie. Pour être membre accrédité de la FKQ, il faut avoir complété la formation et il doit réussir son examen d'accréditation. Pour que le kinésologue puisse conserver le privilège de demeurer membre accrédité de la FKQ, il doit s'acquitter de sa cotisation annuelle et accumuler le nombre de crédits nécessaire relié à la formation continue dans sa discipline.

En absence d'un ordre professionnel, toute personne peut se faire appeler kinésologue puisque le nom n'est pas réservé sur le plan légal. La FKQ a malheureusement un pouvoir restreint sur le contrôle de toute personne qui se dit kinésologue et qui ne répond pas aux exigences précitées.

Les huit universités reconnues pour la formation des kinésologues sont :

- L'Université Laval
- L'Université McGill
- L'Université de Montréal
- L'Université de Sherbrooke
- L'Université du Québec à Chicoutimi
- L'Université du Québec à Montréal
- L'Université du Québec à Trois-Rivières
- L'Université Concordia

Le secteur de la recherche est bien développé et il donne accès au niveau doctoral.

La kinésiologie au Québec

La kinésiologie est l'étude des mouvements du corps humain, de ses composants biologiques (anatomiques, physiologiques, neurophysiologiques, neurologiques, biochimiques, biomécaniques, neuromoteurs) et sociaux (sociologie, histoire, psychologie).

La kinésiologie fait partie de la catégorie des supradisciplines. La kinésiologie n'est pas une science en soi. Elle est composée de plusieurs sciences qui pourraient facilement être une profession en elle-même. Certains professionnels pourraient affirmer qu'ils sont physiologiste, biomécanicien, neuromotricien, etc. et en soi, ils pourraient exercer leur profession de façon distincte en utilisant ou non la modalité du sport. La kinésiologie s'est donc donné comme modalité d'intervention le sport et les activités physiques. Elle a aussi comme support parmi tant d'autres la psychologie, la sociologie, l'histoire, la phylogénétique et la déontologie.

La clientèle à qui s'adressent les services du kinésologue est fort diversifiée. Lorsque le kinésologue termine sa formation universitaire au niveau du baccalauréat, il possède des connaissances générales qui lui permettent d'avoir une intervention de base avec l'ensemble de la clientèle qu'il dessert, et ce, dans les sphères du conditionnement physique, de la préparation physique, de la réadaptation fonctionnelle ou cardio-respiratoire, de la réhabilitation, de la santé mentale, de la performance, de la modification des habitudes de vie, des secteurs militaires et paramilitaires, de la périnatalité et du milieu de travail.

Le kinésologue a toujours la possibilité de se spécialiser par l'entremise d'une formation plus poussée au niveau du second et troisième cycle universitaire. Il peut aussi se perfectionner grâce à des formations complémentaires reconnues par la FKQ. À cet effet, la FKQ exige un nombre minimal de formation par année pour que le kinésologue puisse demeurer membre de la fédération.

La définition du kinésologue

Le kinésologue est le professionnel de la santé, spécialiste de l'activité physique, qui utilise le mouvement à des fins de prévention, de traitement et de performance.

Le kinésologue est le professionnel de la santé qui évalue et intervient sur la dynamique du mouvement humain et ses déterminants à tous les stades de la vie, tant sur les plans fonctionnels que de la haute performance, en s'appuyant sur ses fondements biopsychosociaux incluant ses capacités d'adaptation/réadaptation dans une perspective de santé globale. Le kinésologue réalise ses interventions autant auprès d'individus qu'auprès de groupes. Son moyen privilégié est l'activité physique selon une approche personnalisée.

La valeur phare du kinésologue

Amener la population à découvrir les bienfaits d'être actif physiquement, incluant le plaisir, tout au long de sa vie dans un cadre d'interventions sécuritaires et professionnelles, appuyées de compétences reconnues.

Les valeurs du kinésologue

Le professionnalisme, l'honnêteté, le respect, l'intégrité, la responsabilité, la rigueur, la bienfaisance.

La vision du kinésologue

Optimiser la performance motrice et ses déterminants de la condition physique de la population en général, lui redonner le plaisir d'être physiquement active sur une base régulière afin de réduire les facteurs de risque reliés au mode de vie sédentaire, contribuer à l'adaptation/réadaptation d'une situation personnelle et mettre en place les conditions nécessaires pour repousser ses propres limites.

La mission du kinésologue

Le kinésologue a pour mission d'optimiser la performance motrice et ses déterminants de la condition physique de la population par le biais de l'activité physique. Le but recherché est l'autodétermination de ses clients et que ceux-ci adoptent un mode de vie physiquement actif sur une base régulière.

Le champ de pratique

Le kinésologue évalue la dynamique du mouvement humain, et ses déterminants, d'une personne présentant ou non des facteurs personnels perturbés s'étalant de la dimension fonctionnelle à la haute performance selon des fondements biopsychosociaux. Il établit un plan d'intervention et en assure sa réalisation afin d'obtenir un rendement fonctionnel optimal incluant ses capacités

d'adaptation/réadaptation dans une perspective de santé globale et l'acquisition de saines habitudes de vie durable.

Les activités professionnelles du kinésiologue

Les activités professionnelles du kinésiologue s'inscrivent dans une démarche semblable à tout professionnel de la santé au Québec. À cet effet, les compétences attendues du kinésiologue lors de sa formation (compétences uniformisées par la totalité des universités québécoises qui forment les futurs professionnels) ont été définies en fonction du modèle des professionnels de la santé au Québec :

Être en mesure de rechercher les informations pertinentes préalables à son intervention.

- Le kinésiologue doit être en mesure d'identifier les besoins et les objectifs de l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'interpréter les besoins et les objectifs de l'individu en termes opérationnels.

Être en mesure d'évaluer la capacité fonctionnelle et motrice de l'individu afin d'élaborer un bilan.

- Le kinésiologue doit être en mesure d'identifier les tests appropriés pour juger de la capacité fonctionnelle, de la motricité et des habitudes de vie de l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'appliquer les tests appropriés pour juger de la capacité fonctionnelle, de la motricité et des habitudes de vie de l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure de créer des tests appropriés pour juger de la capacité fonctionnelle, de la motricité et des habitudes de vie de l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'analyser les tests;
- Le kinésiologue doit être en mesure de rédiger un bilan.

Être en mesure de construire une programmation spécifique à son intervention.

- Le kinésiologue doit être en mesure d'établir les priorités d'intervention de l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure de formuler des objectifs réalistes en correspondance avec les objectifs de l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'identifier les stratégies et les techniques d'intervention adéquates lui permettant d'atteindre les objectifs visés;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'établir un échéancier réaliste concernant ses interventions.

Être en mesure de réaliser son intervention efficacement.

- Le kinésiologue doit être en mesure de connaître des stratégies et des techniques d'intervention;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'appliquer des stratégies et des techniques d'intervention de façon efficace.

Être en mesure de poser un regard critique sur son intervention et, au besoin, de réajuster son intervention.

- Le kinésiologue doit être en mesure d'évaluer les effets de ses interventions;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'évaluer l'adéquation entre les effets de ses interventions et les objectifs retenus;
- Le kinésiologue doit être en mesure de réajuster au besoin ses interventions.

Être en mesure d'agir de façon éthique et responsable.

- Le kinésiologue doit être en mesure de communiquer de façon appropriée (oralement et par écrit) avec ses collègues de même discipline et d'autres disciplines;
- Le kinésiologue doit être en mesure de communiquer de façon appropriée (oralement et par écrit) avec l'individu;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'apporter sa contribution disciplinaire dans une situation de collaboration;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'identifier et de planifier des formations pertinentes à l'égard de sa formation continue;
- Le kinésiologue doit être en mesure d'analyser sa capacité professionnelle avant d'agir avec l'individu (ses forces, ses limites, son champ de pratique), de consulter d'autres spécialistes s'il y a lieu ou de le référer;
- Le kinésiologue doit connaître et respecter les normes d'éthique relatives à la profession;
- Le kinésiologue doit respecter les individus, ses collègues et autres intervenants et éviter toute forme de discrimination à l'égard d'autrui.
- Le kinésiologue doit être en mesure de réaliser des activités de promotion, d'éducation et de prévention à la santé adaptées à une population désignée

Les activités professionnelles du kinésiologue sont accomplies dans une proportion qui varie selon les clientèles (qu'elles soient pathologiques ou non) et les milieux d'exercice.

La réalisation du travail du kinésiologue peut se faire sous forme disciplinaire, interdisciplinaire, multidisciplinaire ou transdisciplinaire. Peu importe le secteur d'activité de la kinésiologie, la relation professionnel/client est toujours assujettie aux règles du secret professionnel et toute divulgation d'information confidentielle nécessite l'accord écrit du client.

La clientèle du kinésiologue

Les services des kinésiologues peuvent s'adresser à une vaste clientèle :

Population en absence de symptôme limitatif ou de pathologie

- Les adultes en général incluant les femmes enceintes
- La clientèle nécessitant des dispositions particulières (les services paramilitaires et militaires)
- Les athlètes
- Les enfants et adolescents
- La clientèle étudiante (sport-études, Cégep)
- Les personnes âgées

Populations pathologiques classées selon les conditions cliniques :

- Les blessures médullaires (spina bifida, tétraplégie (-parésie), paraplégie (-parésie))
- Les amputés
- Les maladies neuroévolutives (sclérose en plaques, Parkinson, Sclérose Latérale Amyotrophique, dystrophies musculaires, Huntington)
- Les encéphalopathies (accident vasculocérébrale (AVC), traumatismes crâniens, paralysie cérébrale)
- Les pathologies musculosquelettiques (les problématiques relatives à l'ostéogénèse, prévention des chutes, maladies inflammatoires, fibromyalgie, tendinite, bursite, blessures articulaires et musculaires, douleur persistante, cervicalgie)
- Douleurs persistantes (chroniques)
- Les maladies métaboliques (diabète, cancer, obésité)
- Les troubles psychiques (trouble d'invasion du développement, autisme, Asperger, déficience intellectuelle)
- Les troubles psychiatriques (kinésiophobie, dépression, trouble de personnalité, troubles alimentaires, troubles anxieux)
- Les troubles cognitifs (Alzheimer)
- Les troubles cardiovasculaires (infarctus, hypertension)
- Les conditions pulmonaires (Asthme, fibrose kystique, maladie pulmonaire obstructive chronique)
- Les troubles sensoriels (la surdité, les problèmes visuels jusqu'à la cécité, perceptivo-moteur)
- Les personnes présentant une déficience ou une incapacité

Le champ de pratique du kinésiologue

Le champ de pratique du kinésiologue peut prendre une dimension qui peut différer quelque peu selon la clientèle avec laquelle le professionnel peut avoir à intervenir.

Voici quelques exemples :

Performance sportive

Préparateur physique

- Procède à la préparation psychologique et physique de l'athlète
- Élabore la planification d'entraînement de l'athlète
- Utilise des méthodes et charges d'entraînement spécifiques
- Fait de la supervision pédagogique en entraînement sportif
- Fait de la gestion au sein d'organismes sportifs tels les fédérations sportives, les loisirs, sport-étudiant, etc.

Il peut aussi agir à titre d'entraîneur dans une discipline spécifique, il serait donc d'usage que le kinésiologue puisse acquérir la formation d'appoint qui s'y rattache. (ex : Programme National Certification Entraîneur)

Santé au travail

Dans le domaine de la santé au travail, le kinésiologue peut être contributif au diagnostic médical ou à un plan d'intervention multidisciplinaire.

- Établit des critères d'embauche pour des emplois de nature physique (policiers, pompiers, GRC, etc.).
- Évalue l'environnement de travail.
- Élabore et prodigue des évaluations pré-embauche de la condition physique standard ou fonctionnelles et spécifiques à la tâche.
- Met sur pied des mesures de sécurité pour les travailleurs.
- Élabore et met en place des méthodes de travail sécuritaires.
- Recommande des modifications dans les postes de travail afin d'augmenter le bien-être et l'efficacité ou réduire les risques de blessures.
- Le kinésiologue analyse les compétences, les connaissances et les habiletés qui peuvent être transférées vers un autre emploi.
- Organise des d'activités de promotion de saines habitudes de vie.

Santé publique

- Formule et actualise des plans de promotion de la santé par l'activité physique auprès de la population en général (milieux scolaires, milieux communautaires, travailleurs, personnes âgées, femmes enceintes, etc.).
- Élabore des stratégies de communication pour amener la population à devenir plus active.

La réadaptation

Dans ce milieu, les kinésioles travaillent avec des clients souffrant d'une condition invalidante dans le but de les aider à retrouver leur condition fonctions physiques optimales. Ils exercent leurs fonctions soit au domicile des clients, dans les centres de conditionnement physique, les cliniques de réadaptation, les hôpitaux, les CSSS, les centre de réadaptation et dans les entreprises.

Dans le domaine de la réadaptation le kinésiole peut être contributif au diagnostic médical ou à un plan d'intervention multidisciplinaire.

En autre, ils :

- Évalue et élabore un plan d'intervention pour une clientèle ayant des besoins de réadaptation
- Évalue et identifie les facteurs personnels perturbés (capacités/incapacités, intégrité physique/déficiences) dans son champ d'expertise.
- Évalue la capacité du client à exécuter des tâches fonctionnelles dans les limites de son champ de compétence (p. ex., force, endurance cardiovasculaire, flexibilité, levage, manutention, pousser, tirer, mobilité et tolérance de position) afin de déterminer sa capacité de fonctionner à la maison ou au travail.
- Agit à titre d'intervenant principal ou en collaboration
- Le travail peut se faire en collaboration avec d'autres professionnels de la santé en réadaptation et dans d'autres spécialités médicales.
- Les grandes catégories sont: réadaptation cardiovasculaire et/ou respiratoire, endocrinologie (diabète, etc.), troubles musculosquelettique posturaux et biomécaniques (ostéoporose, arthrite, etc.), troubles neurologiques (AVC, sclérose en plaques, etc.), maux de dos, ergonomie, déficience intellectuelle, déficiences physiques et psychiatriques, gérontologie, gériatrie.

Entraîneur personnel

- Agit en tant qu'entraîneur privé.
- Développe et encadre des sessions d'exercices pour un individu en utilisant divers équipements et matériels.
- S'assure que le programme est sécuritaire, efficace et contrôle le suivi.
- Évalue la condition physique et les habitudes de vie.
- Élabore un plan d'action individualisé sur l'activité physique et les habitudes de vie ainsi qu'un programme d'exercices adapté au client.

Éducateur :

Peut importe le secteur d'activité, le kinésiole a comme tâche implicite un volet éducationnel qui peut varier selon la nature de l'intervention (modification des habitudes de vie, compréhension de son état actuel, hygiène de vie et postural, etc).

De plus, au Québec, on retrouve le kinésologue comme enseignant au niveau collégial, dans les sports études et activités parascolaires.

Fédération des kinésologues du Québec : un gage d'excellence

La Fédération des kinésologues du Québec (FKQ) est un organisme sans but lucratif, regroupant plus de 1000 membres, dont 650 kinésologues accrédités. Les kinésologues membres de la fédération offrent des services professionnels dans le domaine de l'activité physique et du mieux-être.

Afin de s'assurer d'un service professionnel de qualité, la Fédération exige de ses membres accrédités un diplôme universitaire en kinésiologie, l'acceptation d'un code de déontologie, la réussite d'un examen leur permettant d'exercer leur profession sous le vocable de kinésologue.

Ayant satisfait à toutes ces exigences, la Fédération accorde une confirmation de pratique (numéro de membre) en tant que kinésologue accrédité assurant ainsi le droit d'émettre des reçus destinés à diverses compagnies d'assurances.

Mission

La mission de la FKQ est de promouvoir les intérêts de ses membres, tout en s'assurant de leurs compétences par un système d'accréditation et de formation continue. La FKQ répond aussi aux besoins de protection du grand public en permettant l'accès au réseau des kinésologues accrédités du Québec.

Vision

La Fédération des Kinésologues du Québec, par ses services aux membres et la promotion de leurs intérêts, vise à faire reconnaître le kinésologue, comme la référence en tant que professionnel de la santé, spécialiste de l'activité physique qui utilise le mouvement à des fins de prévention, de traitement et de performance.

La FKQ met à la disposition du public un bottin en ligne, facile d'utilisation qui permet à la population d'obtenir des services professionnels en activité physique.

Les coordonnées de la Fédération des kinésiologues du Québec

Fédération des Kinésiologues du Québec
Université de Montréal - Département de Kinésiologie
Case Postale 6128 succ. Centre-Ville
Montréal (Québec) H3C 3J7

Téléphone : 514 343-2471

Télécopieur : 514 343-2181

Courriel : info@kinesiologue.com

Site Internet : www.kinesiologue.com

