GLA:D® Suisse pour l'arthrose et le dos

Rapport annuel 2021

Éditorial

Chère lectrice, cher lecteur,

La Communauté d'intérêt GLA:D® Suisse (GLA:D® est l'abréviation de Good Life with osteoArthritis in Denmark) mène le programme GLA:D® Suisse pour l'arthrose depuis 2019 et le programme GLA:D® Suisse pour le dos depuis 2021. Développés tous deux à l'Université du Danemark du Sud, ces programmes sont la mise en œuvre d'une prise en charge basée sur l'évidence, efficace et durable de l'arthrose du genou et de la hanche ainsi que des maux de dos. Au vu de la haute prévalence internationale de ces deux pathologies, on peut dire que les deux programmes GLA:D® répondent à l'actualité.

Le nombre impressionnant de physiothérapeutes certifié·e·s et de participant·e·s au cours des trois premières années atteste d'un grand intérêt pour le programme GLA:D® en Suisse, même si celui-ci a été fortement freiné temporairement par la pandémie. Plusieurs centaines de physiothérapeutes ont été certifié·e·s en 2021 dans les trois régions linguistiques. Les émissions télévisées et les articles dans les quotidiens et magazines sur les programmes GLA:D® augmentent leur notoriété auprès des patient·e·s et des professionnel·le·s de santé. Les personnes concernées s'adressent souvent d'elles-mêmes à GLA:D® pour participer à un de ces programmes ou demandent à leur médecin de le leur prescrire. Enfin et surtout, la communauté d'intérêt GLA:D® Suisse effectue un travail de réseau continu.

La Fondation Promotion Santé Suisse soutient depuis deux ans la mise en œuvre du programme GLA:D® pour l'arthrose en collaboration avec l'Office fédéral de la santé publique dans le cadre du programme « Prévention dans le domaine des soins ». Cette aide au projet favorise l'intégration de GLA:D® dans le système de santé suisse. Nous remercions vivement la Fondation Promotion Santé Suisse pour son soutien financier et sa coopération, ainsi que l'organisme d'évaluation externe Grünenfelder Zumbach GmbH pour son travail d'évaluation. Tous deux donnent au projet un élan important.

Le rapport annuel 2021 de GLA:D® Suisse présente les résultats atteints par les participant·e·s souffrant d'arthrose de la hanche et du genou ou de maux de dos qui ont suivi respectivement le programme GLA:D® pour l'arthrose et le programme GLA:D® pour le dos, au niveau de la réduction de la douleur, de l'amélioration fonctionnelle de la mobilité et du gain en qualité de vie.

La communauté d'intérêt GLA:D® Suisse vous souhaite une intéressante lecture.

Prof. Dr. Karin Niedermann
GLA:D® pour l'arthrose / directrice de recherche à la Haute École des sciences appliquées de Zurich ZHAW

Prof. PD Dr. Lara Allet
coach GLA:D® pour l'arthrose / chercheuse à la Haute École de Santé HES-SO Valais-Wallis

Luca Scascighini MPTSc, BSc
coach GLA:D® pour l'arthrose / chercheur, Département entreprise, santé et social SUPSI, Manno (TI)

Dr. Thomas Benz
coach GLA:D® pour le dos / chef de projet et responsable de la recherche à la Haute École des sciences appliquées de Zurich ZHAW

Sommaire

Qu’est-ce que GLA:D® ? 6

L’offre de GLA:D® pour l’arthrose 8

L’offre de GLA:D® pour le dos 9

Les participant·e·s à GLA:D® pour l’arthrose 10

Les participant·e·s à GLA:D® pour le dos 12

Résultats du programme GLA:D® pour l’arthrose 14

GLA:D® pour l’arthrose : un an après 16

Résultats du programme GLA:D® pour le dos 18

GLA:D® Suisse 2021 20

GLA:D® International (GIN) 21

Activités de GLA:D® International 22

Contacts GLA:D® Suisse 23

Mention légale
Rapport annuel GLA:D® Suisse pour l’arthrose et le dos
Rédigé et publié par la Communauté d’intérêt GLA:D® Suisse
Le ® de GLA:D® signifie « programme soumis à un contrôle de qualité » ; il n’implique aucun intérêt commercial.

Auteures et auteurs
Lara Allet, Susann Bechter, Thomas Benz, Jolanta Boganski, Gianpiero Capra, Roger Hilfiker, André Meichtry, Karin Niedermann, Luca Scascighini

Références des images
Joyce Riper, Cordula Stegen, Carol Urfer

Qu’est-ce que GLA:D® ?

GLA:D® pour l’arthrose et GLA:D® pour le dos sont des programmes basés sur l’évidence développés respectivement pour le traitement de l’arthrose de la hanche et du genou et le traitement des douleurs lombaires. Les recommandations internationales préconisent d’offrir une éducation thérapeutique et des exercices adéquats à toutes les personnes souffrant d’arthrose de la hanche ou du genou. Un traitement chirurgical de l‘arthrose ne doit être envisagé que dans les cas où les traitements non chirurgicaux n’apportent pas d’amélioration. Les lignes directrices pour le traitement des douleurs lombaires chroniques ou récurrentes recommandent de fournir à toutes les personnes concernées des informations et de la documentation sur leurs maux de dos (éducation thérapeutique), de leur faire effectuer des exercices personnalisés et de manière générale, de les instruire de garder une activité physique, y compris professionnelle.

Les programmes GLA:D® comprennent des cours de certification, les offres de cours GLA:D® pour les patient·e·s et la saisie de données dans le registre GLA:D®.

1. Cours de certification pour physiothérapeutes
Durant un cours de certification de deux jours, les physiothérapeutes acquièrent les compétences respectives pour appliquer le programme GLA:D® pour l’arthrose ou le programme GLA:D® pour le dos et les mettre en œuvre dans leur institution. Les noms de toutes les personnes certifiées sont publiés sur le site www.gladsuisse.ch.

3

Trois séances individuelles avec un bilan initial, des tests cliniques et une introduction pratique au programme d’exercices

2

© Universitätsklinik Balrgrist, Zürich.

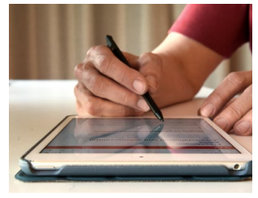
Deux séances de groupe avec de l’éducation thérapeutique

12

© Universitätsklinik Balrgrist, Zürich.

Douze séances de groupe avec le programme d’exercices

1



Une dernière séance individuelle avec le bilan final et un bref rapport au médecin prescripteur

2. Programme GLA:D® pour l’arthrose, destiné aux personnes atteintes d’arthrose de hanche et de genou et programme GLA:D® pour le dos, destiné aux personnes souffrant de douleurs lombaires chroniques ou récurrentes
Les participant·e·s aux programmes GLA:D® effectuent un bilan uniforme et suivent un programme de conseil, d’instruction et d’exercices standardisé, basé sur l’évidence et éprouvé dans la pratique dont le contenu est individualisé.

3. Collecte systématique des données dans le registre GLA:D®
En plus des bilans d’entrée et de sortie, des questionnaires de suivi sont réalisés après huit à douze semaines, six mois (seulement pour le programme GLA:D® pour le dos) et douze mois. Toutes les données relevées sont saisies sous forme anonyme dans le registre GLA:D® Suisse et un rapport est rédigé chaque année.

Les données recueillies sont utilisées pour la documentation de suivi et pour la gestion de la qualité. Les directives fédérales usuelles relatives à la protection des données et de la vie privée sont appliquées.

L’offre de GLA:D® pour l’arthrose

Les cours de certification pour physiothérapeutes et le programme GLA:D® pour l’arthrose pour personnes souffrant d’arthrose de la hanche et du genou sont offerts dans toute la Suisse depuis 2019.

De 2019 à 2021 inclus, 654 physiothérapeutes de Suisse et de la principauté du Liechtenstein ont été certifiés pour le programme GLA:D® pour l’arthrose.

En 2021, ce programme GLA:D® a été offert par 295 physiothérapeutes dans 175 institutions (hôpitaux ou cabinets de physiothérapie). Il est disponible aujourd’hui dans presque toutes les régions de Suisse.

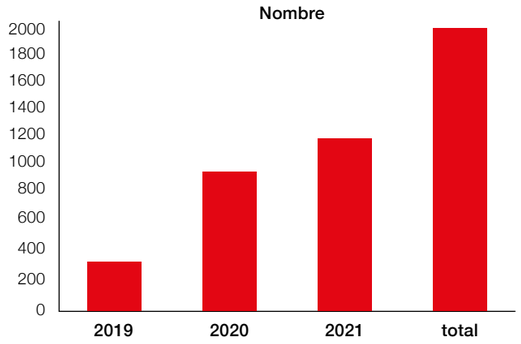
L’offre de GLA:D® pour le dos

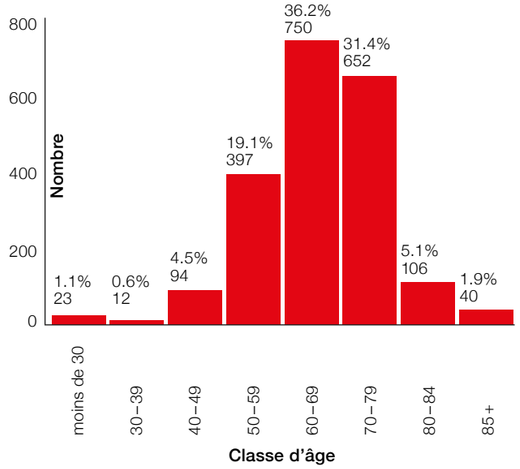
Le programme GLA:D® pour le dos, destiné aux personnes souffrant de douleurs lombaires chroniques ou récurrentes est proposé en Suisse alémanique et romande depuis juillet 2021. Pas moins de 212 physiothérapeutes de 174 cliniques et cabinets de 25 cantons ont été certifiés en 2021 dans ce programme. Le premier cours GLA:D® pour le dos destiné aux patients a été donné en juillet 2021 et, jusqu’à la fin de l’année, 28 institutions (hôpitaux ou cabinets de physiothérapie) ont offert le programme GLA:D® pour le dos.

À partir de 2022, les cours de certification pour physiothérapeutes et le programme pour les personnes souffrant de douleurs lombaires chroniques ou récurrentes seront également offerts au Tessin.

Les participant·e·s à GLA:D® pour l'arthrose

Nombre
Au total, les données de 2'076 participant·e·s ont été inscrites dans le registre depuis 2019, dont 1'198 en 2021.



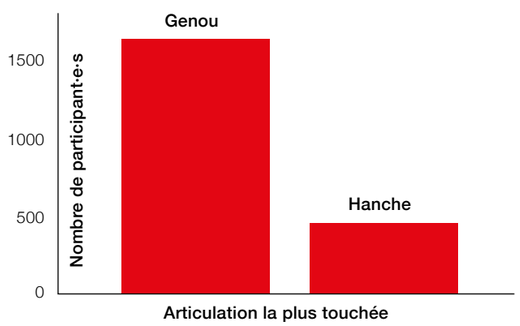


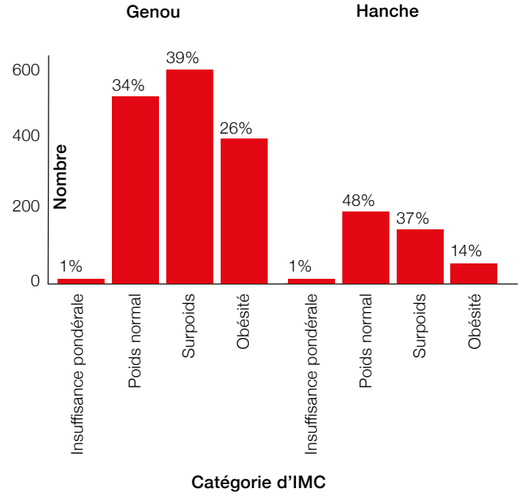
Âge et sexe
La moyenne d'âge des participant·e·s au cours était de 65.6 ans (ET 11).

Les participant·e·s souffrant de problèmes de genou étaient âgé·e·s en moyenne de 66 ans et celles et ceux présentant des problèmes de hanche étaient légèrement plus jeunes (64 ans en moyenne).

Sur les 2'076 participant·e·s, 1'390 (67 %) étaient des femmes et 676 (33 %) des hommes.

Genou et hanche
1'634 personnes (79 %) ont participé au programme GLA:D® pour des problèmes de genou et 442 (21 %) pour des problèmes de hanche.





Poids
L'indice de masse corporelle (IMC) moyen des participant·e·s était de 27 (ET 4.9). Les participant·e·s souffrant de problèmes de genou présentaient un IMC moyen de 27.4 (ET 4.9) et 65 % étaient en surpoids (IMC ≥ 25.0). Les participant·e·s souffrant de problèmes de hanche présentaient un IMC moyen de 25.6 (ET 4.4) et 51 % étaient en surpoids (IMC ≥ 25.0).

Interventions chirurgicales
Opérations antérieures
52 % des participant·e·s souffrant de problèmes de genou et 29 % de celles et ceux souffrant de problèmes de hanche ont subi antérieurement une intervention chirurgicale. L'opération la plus fréquente chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou était la chirurgie du ménisque (31 %), suivie des opérations du ligament croisé (7 %). 9 % des participant·e·s présentant des problèmes de hanche avaient déjà une prothèse de hanche, et 7 % de celles et ceux souffrant de problèmes de genou avaient déjà une prothèse de genou. Les personnes porteuses d'une prothèse n'ont toutefois été incluses dans le registre que si leur principal problème venait de l'articulation non opérée.

Opérations programmées
Une opération était prévue au début du programme GLA:D® chez 4 % des participant·e·s présentant des problèmes de genou et 6 % de celles et ceux ayant des problèmes de hanche. À la fin du programme, une opération était prévue chez 4 % des participant·e·s ayant des problèmes de genou et 7 % de celles et ceux ayant des problèmes de hanche.

Durée des symptômes
La durée moyenne des symptômes au début du programme GLA:D® était de 54.6 mois chez les participant·e·s présentant des problèmes de genou et de 33.3 mois chez celles et ceux ayant des problèmes de hanche.

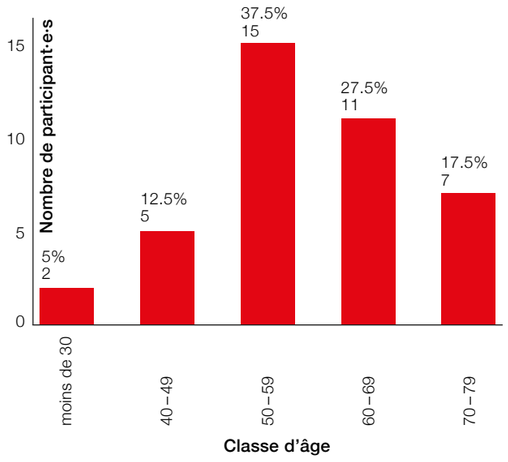
	Genou	Hanche
Radiographies	76%	81%
Opérations	52%	29%
Antalgiques	53%	53%

Antécédents de blessure et d'autres maladies
Chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou, 42 % avaient subi antérieurement une blessure au genou requérant une consultation médicale.
Ce taux est de 26 % chez les participant·e·s souffrant de problèmes de hanche.

Radiographies
Plus de trois quarts (76 %) des participant·e·s présentant des problèmes de genou et 81 % de celles et ceux présentant des problèmes de hanche avaient eu une radiographie avec diagnostic d'arthrose.

Les participant·e·s à GLA:D® pour le dos

Nombre
Le programme GLA:D® pour le dos a commencé en juillet 2021 avec le premier cours destiné aux patient·e·s. En 2021, 40 personnes ont pris part à un programme GLA:D® pour le dos en Suisse et l'ont suivi jusqu'au bout.



Âge et sexe
La personne la plus jeune avait 29 ans, la plus âgée 78 ans. La moyenne d'âge était de 58 ans (ET 12). Deux personnes participantes sur trois étaient des femmes.

Durée des symptômes
Chez la plupart des patient·e·s (57 %), les maux de dos durent depuis plus d'une année.

Intensité des douleurs et prise d'analgésiques
À l'entrée dans le programme GLA:D® pour le dos, l'intensité moyenne des douleurs était de 4.2 dans la région dorsale et de 2.3 au niveau des jambes sur une échelle numérique (NRS) de 0 à 10 (0 = aucune douleur ; 10 = douleur maximale imaginable). Des anti-douleurs étaient pris par 23 % des participant·e·s.

Autres maladies et traitements
Plus de la moitié des participant·e·s au programme GLA:D® pour le dos présentent des comorbidités. La plupart avaient reçu un autre traitement pour leur problème dorsal durant le mois précédant leur entrée dans le programme.

Absentéisme dû à des maux de dos
Les participant·e·s ont signalé en moyenne 6.4 jours de maladie pour cause des maux de dos au cours des trois mois précédant leur participation au programme GLA:D®.

Résultats du programme GLA:D® pour l'arthrose

Les résultats obtenus reflètent l'évolution des données collectées sur environ 8 semaines, soit du début à la fin du programme.

Toutes les données rapportées dans le texte sont arrondies à une décimale, les pourcentages sont calculés à partir des chiffres non arrondis.

Réduction des douleurs
À l'issue du programme GLA:D®, la douleur avait diminué en moyenne de 27 % (réduction de 5 à 3.6 sur une échelle d'évaluation numérique [NRS] de 0 à 10) chez les participant·e·s ayant des problèmes de genou (n = 1'616) et de 25 % (réduction de 4.8 à 3.6 sur la NRS) chez les participant·e·s ayant des problèmes de hanche (n = 434).

Réduction de la consommation d'analgésiques
Au début du programme GLA:D®, 53 % des participant·e·s souffrant de problèmes de genou ont déclaré avoir pris des analgésiques dans les trois mois précédents. Cette proportion était de 52 % chez les participant·e·s souffrant de problèmes de hanche. À l'issue du programme, 40 % des participant·e·s ayant des problèmes de genou et 41 % de celles et ceux ayant des problèmes de hanche prenaient encore des analgésiques. Ces valeurs correspondent à une réduction absolue de la consommation d'analgésiques de 13 % dans le groupe des problèmes de genou et de 11 % dans celui des problèmes de hanche. La réduction relative était de 25 % dans le groupe des problèmes de genou et de 21 % dans celui des problèmes de hanche.

	Genou 1'618 participant·e·s	Hanche 436 participant·e·s
Douleur NRS	-27%	-25%
Analgésiques	-25%	-21%
Capacité fonctionnelle	+16%	+13%
Qualité de vie	+24%	+16%

Améliorations fonctionnelles (activités quotidiennes et capacité de marche)
Après avoir suivi le programme GLA:D®, les participant·e·s souffrant de problèmes de genou ont rapporté une amélioration de 16 % de leur capacité fonctionnelle dans les activités quotidiennes, qui est passée de 63.5 à 73.8 en moyenne sur une échelle de 0 à 100 (100 = meilleure valeur) selon le questionnaire KOOS. Chez les participant·e·s ayant des problèmes de hanche et ayant répondu au questionnaire HOOS, la capacité fonctionnelle s'est améliorée de 13 %, passant de 63.5 à 73.8 en moyenne sur une échelle de 0 à 100. Par rapport à celle mesurée avant le programme, la vitesse de marche maximale au test de marche sur 40 mètres s'est améliorée en moyenne de 9 % (de 1.7 à 1.8 m/s) chez les participant·e·s ayant des problèmes de genou, et de 9 % également (de 1.7 à 1.9 m/s) chez celles et ceux ayant des problèmes de hanche. Dans le test de levers de chaise (« chair-stand-test »), le nombre de levers de chaise enchaînés en 30 secondes a été amélioré de 18 %, passant de 13.6 à 16 répétitions, chez les participant·e·s ayant des problèmes de genou et de 17 % (de 14.4 à 17 répétitions) chez les participant·e·s ayant des problèmes de hanche.

Participation au programme GLA:D
Environ 90 % des participant·e·s, soit 9 sur 10, ont effectivement pris part aux 4 séances individuelles, aux deux séances de formation et à au moins 10 séances d'exercices.

	Genou	Hanche
Vitesse de marche	+9%	+9%
Levers de chaise en 30 secondes	+18%	+17%
Test de saut	+27%	+6%

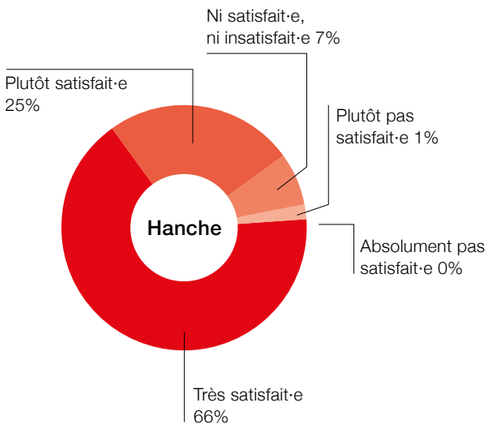
Pour le test de marche sur 40 mètres,19 participant·e·s souffrant de problèmes de genou (1.2 %) utilisaient une aide à la marche avant de suivre le programme GLA:D®, et 7 (0.4 %) l'utilisaient après avoir suivi le programme. Ces valeurs sont respectivement de 2 (0.5 %) et 1 (0.2 %) chez les participant·e·s souffrant de problèmes de hanche.

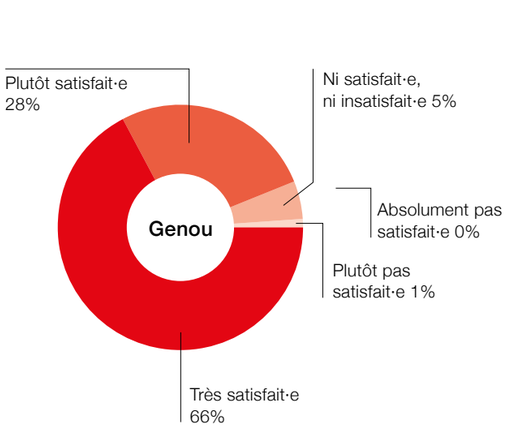
Pour le test assis-debout (« sit-to-stand »), les participant·e·s ayant des problèmes de genou était 46 (2.8 %) à devoir prendre appui sur l'accoudoir au début du programme, contre 31 (1.9 %) après avoir suivi le programme. Ces valeurs sont respectivement de 5 (1.1 %) et 8 (1.8 %) chez les participant·e·s ayant des problèmes de hanche.

Le test de saut unipodal (« one-leg hop-test ») pour les personnes ayant des problèmes de hanche ou de genou n'a été réalisé que chez les participant·e·s qui dépassaient les valeurs maximales prédéfinies pour le nombre de levers d'une chaise ou la vitesse de marche. C'était le cas de 9 % des participant·e·s (8 % des personnes ayant des problèmes de genou et 12 % de celles ayant des problèmes de hanche). La distance parcourue lors du saut sur une jambe s'est améliorée de 27 % (de 54.6 cm à 69.6 cm en moyenne) et de 6 % (de 75 cm à 79.6 cm en moyenne) chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou ou de hanche, respectivement.

Amélioration de la qualité de vie
Chez les participant·e·s ayant terminé le programme GLA:D®, la qualité de vie a été améliorée de 24 % (de 43.1 à 53.4 sur une échelle de 0 à 100 [100 = meilleure valeur]) selon le questionnaire KOOS pour les personnes ayant des problèmes de genou, et de 16 % (de 49.9 à 57.7 en moyenne sur une échelle de 0 à 100) selon le questionnaire HOOS pour celles ayant des problèmes de hanche.

Satisfaction
À l'issue du programme GLA:D®, 91 % des participant·e·s ayant des problèmes de genou et 94 % de celles et ceux ayant des problèmes de hanche étaient globalement « très satisfait·e·s » ou « plutôt satisfait·e·s » du programme.





GLA:D® pour l’arthrose : un an après

Toutes les personnes qui terminent le programme GLA:D® reçoivent un questionnaire une année après leur participation. En 2021, les résultats à une année sont disponibles pour les participant·e·s ayant démarré le programme en 2019 et en 2020. 691 personnes ayant des problèmes de genou (42 %) et 185 personnes ayant des problèmes de hanche (42 %) ont participé à l’enquête.

Douleurs
Un an après la fin du programme GLA:D®, la réduction des douleurs atteinte pendant l’entraînement était maintenue. En comparaison à l’état « avant-GLA:D® », la douleur a diminué en moyenne de 26 % chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou (de 4.8 à 3.5 sur l’échelle NRS de 0-10) et de 22 % chez celles et ceux souffrant de problèmes de hanche (de 4.6 à 3.5 sur l’échelle NRS de 0-10).

Amélioration fonctionnelle (activités quotidiennes)
L’amélioration de la capacité fonctionnelle dans les activités quotidiennes atteinte après la participation au programme GLA:D® a été maintenue un an après. En comparaison à l’état « avant GLA:D® », la capacité fonctionnelle a été améliorée de 12 % (de 65.6 à 73.6 en moyenne sur une échelle de 0-100) selon le questionnaire KOOS chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou, et de 9 % (de 63.8 à 69.9 en moyenne sur une échelle de 0-100) selon le questionnaire HOOS chez les participant·e·s souffrant de problèmes de hanche.

Amélioration de la qualité de vie
L’amélioration de la qualité de vie atteinte après la participation au programme GLA:D® a été maintenue un an après. En comparaison à l’état « avant GLA:D® », la qualité de vie a été améliorée de 26 % (de 44 à 55.6 en moyenne sur une échelle de 0-100) selon le questionnaire KOOS chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou, et de 21 % (de 48.4à 59 en moyenne sur une échelle de 0-100) selon le questionnaire HOOS chez les participant·e·s souffrant de problèmes de hanche.

Un constat frappant est qu’au bout d’un an, la qualité de vie des participant·e·s par rapport à l’issue du programme GLA:D® a continué de s’améliorer de 24 à 26 % chez les participant·e·s souffrant de problèmes de genou et de 16 à 21 % chez les participant·e·s ayant des problèmes de hanche.

	Genou	Hanche
Douleur NRS	-26%	-22%
Capacité fonctionnelle	+12%	+9%
Qualité de vie	+26%	+21%

Conclusions
La douleur, la faculté de marche et la qualité de vie ont été considérablement améliorées à trois et à douze mois. En particulier, les valeurs atteintes n’ont pas diminué après douze mois, alors que c’est souvent le cas pour d’autres méthodes de traitement. Les participant·e·s qui ont achevé le programme semblent posséder des compétences suffisantes pour une prise en charge autonome de leurs problèmes de genou ou de hanche. Une observation confirmée par la comparaison aux résultats à long terme obtenus après douze mois au Danemark.

Ces résultats sont comparables dans leur orientation et leur ampleur aux données danoises qui incluent plus de 60’000 participant·e·s (2013 – 2021).

Résultats du programme GLA:D® pour le dos

Les résultats obtenus reflètent l'évolution à environ 12 semaines des critères d'évaluation mesurés du début à la fin du programme.

Toutes les données rapportées dans le texte sont arrondies à une décimale, les pourcentages sont calculés à partir des chiffres non arrondis.

Réduction des douleurs
Immédiatement après la participation au programme GLA:D®, l'intensité des douleurs dorsales avait diminué de 22 % en moyenne (de 4.2 à 3.3 sur l'échelle NRS de 0–10).

Fonction corporelle améliorée
La fonction corporelle s'est améliorée. Les patient·e·s ont pu améliorer de 18 % le nombre de levers de chaise en 30 secondes par, passant de 12 à 14 répétitions en moyenne. Le niveau de capacité fonctionnelle, mesuré à l'indice d'incapacité d'Oswestry (ODI), s'est également amélioré de 8 %, passant d'un ODI de 19 à 17 (échelle de 0 à 100). L'endurance de la musculature abdominale et dorsale a augmenté de 35 % et 32 %, respectivement.

	Dos
Douleur NRS	-22%
Capacité fonctionnelle	+8%
Atteinte de l'objectif personnel	90%

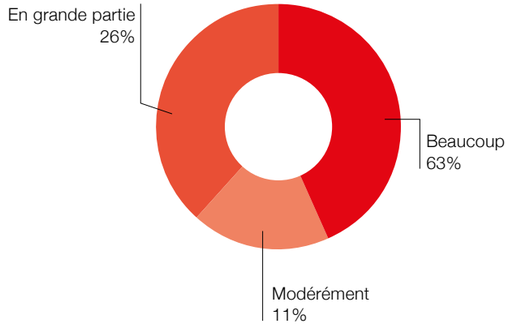
Moins d'appréhension face aux activités physiques
Après avoir suivi le programme, les participant·e·s ont déclaré moins redouter les douleurs pouvant résulter des activités physiques. Le recul a été de 21 % en moyenne. Sur l'échelle d'évitement de l'appréhension face à l'activité physique (fear-avoidance beliefs questionnaire FABQ), cela représente un recul du score de 11.6 à 9.2

Moins d'arrêts-maladie
Le nombre moyen de jours d'absentéisme professionnel pour cause de douleurs au dos au cours des trois mois précédents est passé de 6 à 1 immédiatement après le programme GLA:D®.

Beaucoup d'objectifs personnels atteints
En commençant le programme GLA:D®, les participant·e·s ont défini un objectif personnel. À la fin du cours, 90 % des personnes ont déclaré avoir partiellement ou entièrement atteint leur objectif ; 33 % disent les avoir pleinement atteints. En comparaison à leur état avant la participation au programme GLA:D®, 90 % des participant·e·s ont estimé que l'état général de leur dos et de leurs jambes s'est un peu à beaucoup amélioré.

Une participation régulière au programme GLA:D
Les unités du cours ont été régulièrement fréquentées par les participant·e·s : 85 % des personnes ont participé à toutes les 4 séances individuelles, aux deux séances de formation et au moins à 10 séances d'exercices.

Satisfaction
Au total, 89 % des personnes qui ont participé au programme GLA:D® se sont déclarées ensuite « très satisfaites » ou « hautement satisfaites ».



Résultats du programme GLA:D® pour le dos après 6 et 12 mois
Il n'y a encore aucun résultat disponible à 6 et à 12 mois après la participation au programme GLA:D® pour le dos.

Conclusions
Ces premiers résultats du programme GLA:D® pour le dos en Suisse montrent une diminution de la douleur et une amélioration de la capacité fonctionnelle chez les participant·e·s après une participation au programme GLA:D® pour le dos. Du fait que les personnes qui ont participé au programme GLA:D® pour le dos jusqu'à fin 2021 ne représentent qu'un faible nombre, un risque de biais existe sur les résultats présentés. Une certaine prudence est donc de mise dans l'interprétation de ces analyses. Elles nous donnent cependant des premiers indices qui autorisent leur comparaison avec celles des données danoises réunissant quelque 4'000 participant·e·s.

GLA:D® Suisse 2021

Cours de certification pour l'arthrose
Cinq cours de certification ont été donnés en 2021 en Suisse alémanique. Les cours de certification de janvier et de mars ont été conçus – Covid oblige – en conformité avec les mesures d'hygiène applicables à la ZHAW, de manière à transmettre la théorie en ligne le premier jour et les parties pratiques (formation aux tests cliniques, programme d'exercices et saisie des données dans le registre) en présentiel le lendemain. Comme ce format s'est avéré convenir aux participant·e·s comme aux coachs, il a été maintenu. La HES-SO Valais-Wallis et la SUPSI ont chacune organisé un cours de certification en français et en italien.

Cours de certification pour le dos
Le cours pour coachs GLA:D® pour le dos a été donné en Suisse en février 2021 sous l'égide de l'équipe GLA:D® pour le dos du Danemark. Vingt-deux personnes ont reçu la formation de coach GLA:D® pour le dos leur permettant d'offrir en Suisse des cours de certification aux physiothérapeutes en allemand, en français et en italien.

Ces cours de certification sont offerts aux physiothérapeutes de Suisse depuis juin 2021. Quatre de ces cours ont pu être donnés en 2021 en Suisse alémanique. Les cours à la ZHAW sont organisés sous la forme d'une journée de formation en ligne pour la partie théorique et d'une journée d'enseignement pratique en présentiel (formation aux tests cliniques, programme d'exercices, éducation thérapeutique du patient et saisie des données dans le registre). Le premier cours de certification en français a eu lieu en septembre à la HES-SO Valais-Wallis.

Concept de marketing
L'élément central du concept de marketing a été la campagne d'annonces Google. Un espace spécifique pour médecins référents sur le site internet est en préparation. Il sera créé en collaboration avec les sociétés des médecins spécialistes.

Évaluation externe
Le financement du projet par Promotion Santé Suisse comprend également une évaluation externe du programme GLA:D® pour l'arthrose. La seconde évaluation a eu lieu fin 2021 ; les responsables du projet, les physiothérapeutes certifié·e·s et les participant·e·s au programme GLA:D® pour l'arthrose ont été interrogé·e·s, Promotion Santé Suisse a émis les recommandations suivantes sur la base de ses conclusions :

Renforcer les programmes GLA:D® en Suisse romande
La Communauté GLA:D® Suisse doit examiner les mesures supplémentaires qui permettraient d'augmenter le nombre de cours de certification et, de fil en aiguille, celui des cours de GLA:D®.

Encourager le réseautage régional
Des stratégies doivent être mises au point et des mesures définies dans toutes les régions linguistiques pour améliorer, étendre et stabiliser le réseautage des différents acteurs, en particulier des physiothérapeutes et des médecins référents.

Réduire les charges administratives au minimum
Il convient d'examiner, d'une part, si la relance du registre GLA:D, ® perfectionné dans le but d'améliorer encore sa convivialité, aura un impact sur l'exécution par les physiothérapeutes de leurs tâches administratives. Et d'autre part, comment des exemples de bonnes pratiques pourraient aider les professionnel·le·s à gérer efficacement la charge de travail supplémentaire grâce à la collecte systématique de données.

GLA:D® International (GIN)

GLA:D® est une initiative à but non lucratif de l'Université du Danemark du Sud. GLA:D® pour l'arthrose a certifié plus de 1300 physiothérapeutes depuis son introduction au Danemark en 2013. Près de 60'000 personnes atteintes d'arthrose de la hanche et/ou du genou ont suivi avec succès le programme GLA:D® pour l'arthrose (voir QR-Code Rapport annuel Danemark 2020).

Depuis 2015, le programme GLA:D® pour l'arthrose connaît une diffusion internationale ; il est notamment appliqué au Canada (2015), en Australie (2016), en Chine (2017), en Nouvelle-Zélande (2019), en Suisse (2019) et en Autriche (2020). Ces pays sont regroupés au sein de l'organe GLA:D International (GIN).

Réunions semestrielles des membres du GIN
Les membres du GIN se réunissent deux fois par an sous la présidence des professeurs Dr Ewa Roos (GLA:D® pour l'arthrose) et Dr Jan Hartvigsen (GLA:D® pour le dos) pour échanger des informations, lire les rapports des groupes de travail et de la recherche et développer les collaborations, d'ordinaire une fois dans le cadre du congrès annuel OARSI (OsteoArthritis Research Society International) et une fois virtuellement. Les deux réunions de 2021 ont été virtuelles et ont réuni plus de 50 représentant·e·s des pays participants. Une petite anecdote pour illustrer l'engagement dont font preuve les membres du GIN : les réunions avaient lieu de 12h à 14h (heure de l'Europe centrale, CET), c'est-à-dire entre 18h et 20h à Pékin (Chine), entre 22h et 24h à Auckland (Nouvelle-Zélande) et de 4h à 6h (du matin !) à Edmonton (Canada).

- Telehealth Committee: élaboration virtuelle des programmes GLA:D® pour l'arthrose et pour le dos destinés aux patient·e·s (représentation CH : Lara Allet et Luca Scascighini)
- Program Content Committee: mise à jour des contenus, actuellement des supports d'éducation thérapeutique (représentation CH : Karin Niedermann)
- Core Variable Committee: harmonisation internationale de toutes les variables saisies et mise en œuvre nationale des adaptations (représentation CH : Roger Hilfiker)
- Communications Committee: mise à jour du site web international, présentation des publications (représentation CH : Jolanta Boganski)

Rapport annuel
Danemark
2020/21

Activités de GLA:D® International

Le tableau ci-dessous indique les activités dans les différents pays participants

Pays	Denmark		Canada		Australia	China	Switzerland		New Zealand	Austria	Germany	Ireland
	OA	Back	OA	Back (Alberta)	OA	OA	OA	Back	OA	OA	OA (Pilot)	OA (Pilot)
Year started	2013	2018	2015	2021	2016	2017	2019	2021	2019	2020	2021	2021
Courses	22	14	31	4	32	2	18	7	2	4	1	1
Clinicians trained	1429	700	1'563	97	2138	49	654	212	30	68	20	19
Active clinics	342	200	296	22	567	5	175	28	2	25	–	–
Patients enrolled in registry	60'308	5000	11'132	209	10'781	575	2076	114	68	23	4	12

Contacts GLA:D® Suisse

Communauté d'intérêt GLA:D® Suisse
La communauté d'intérêt GLA:D® (fondée le 14 novembre 2018) est composée des organisations suivantes :

ZHAW, Université des Sciences Appliquées de Zurich, Institut de physiothérapie :
- Susann Bechter, cheffe du projet GLA:D® pour l'arthrose
- Dr Thomas Benz, chef de projet et directeur de recherches GLA:D® pour le dos
- Jolanta Boganski, assistante
- André Meichtry, statistiques
- Prof. Dr Karin Niedermann, directrice de recherches GLA:D® pour l'arthrose, personne de contact à la Fondation Promotion Santé Suisse

HES-SO Valais-Wallis, Haute École de Santé :
- Prof. PD Dr Lara Allet, responsable pour la Suisse romande ; recherche
- Sophie Carrard, responsable pour la Suisse romande
- Prof. Dr Roger Hilfiker, recherche / statistiques

SUPSI, Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana :
- Gianpiero Capra (responsable de la formation continue, santé)
- Barbara Pianezzi, assistante
- Luca Scascighini, responsable pour la Suisse italienne ; recherche

svomp, Association Suisse de Physiothérapie Musculo-Squelettique Orthopédique :
- Felicitas Frank Meier, présidente
- Rick Peters, vice-président

Sportfisio, Association Suisse de Physiothérapie du Sport :
Prof. PD Dr Lara Allet, membre du comité

LSR, Ligue suisse contre le rhumatisme :
Martina Roffler, responsable des services

GLA:D® SUISSE

GLA:D® Schweiz, Suisse, Svizzera
c/o ZHAW, Institut für Physiotherapie
Katharina-Sulzer-Platz 9
8400 Winterthur

www.gladsuisse.ch
gladsuisse@hevs.ch

Remerciements à la Fondation Promotion Santé Suisse
Nous adressons à la Fondation tous nos remerciements pour le soutien financier à la mise en œuvre dans le cadre du financement «Prévention dans le domaine des soins de santé»

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Merci également aux partenaires du réseau
Nous tenons également à remercier la Société Suisse de Médecine Interne Générale, la Société Suisse de Rhumatologie, swiss orthopaedics, la Société Suisse de Médecine Physique et Réadaptation Suisse et ChiroSuisse pour leur soutien.

SGAIM SSMIG SSGIM
Schweizerische Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin
Société Suisse de Médecine Interne Générale
Società Svizzera di Medicina Interna Generale
Swiss Society of General Internal Medicine

ChiroSuisse

swiss orthopaedics

reha schweiz
Schweizerische Gesellschaft für Physikalische Medizin und Rehabilitation
Société Suisse de Médecine Physique et Réadaptation
Società Svizzera di Medicina Fisica e Riabilitazione
Swiss Society of Physical Medicine and Rehabilitation

Schweizerische Gesellschaft für Rheumatologie