

## Unité 1

### I. Lisez le texte suivant:

**La physiothérapie** (ou kinésithérapie (*kinêsis* signifie le « mouvement » en grec) est une thérapie dont le but est d'améliorer la santé physique et de rétablir la motricité par des moyens physiques, et sans médicament. Elle est donc préconisée pour traiter des incapacités affectant les systèmes neurologique, sensoriel, moteur et cardiorespiratoire. Cette discipline a recours à divers moyens thérapeutiques pour parvenir à son objectif, tels que la manipulation, la thermothérapie (par la chaleur), la cryothérapie (par le froid), l'électrothérapie, ou encore l'hydrothérapie (par l'eau). Elle s'applique à un vaste champ de troubles :

- mal de dos;
- problème postural;
- entorse;
- fracture;
- arthrite;
- trouble neurologique invalidant, etc.

La physiothérapie est une science de la santé dont le rôle est de vous permettre de retrouver le maximum de vos capacités physiques afin que vous puissiez réaliser vos activités quotidiennes, accomplir un travail, pratiquer un loisir ou un sport, et ce, en fonction de votre condition et de votre potentiel de récupération. Elle favorise ainsi votre autonomie tout en vous permettant de rester actif dans votre vie personnelle et sociale.

### **Que traite la physiothérapie?**

Maux de dos, entorses, étourdissements, capsulites, problèmes de développement moteur chez l'enfant, incontinence sont quelques exemples de problèmes que la physiothérapie peut aider à traiter.

De façon générale, cette discipline de la santé intervient dans le traitement d'incapacités physiques qui découlent de blessures et de maladies qui peuvent toucher:

- les muscles,
- les articulations,
- les os,
- le système neurologique (cerveau, nerfs, moelle épinière),
- le système respiratoire (poumons),
- le système circulatoire (vaisseaux sanguins) et
- le système cardiaque (cœur).

### **Quels sont les différents traitements utilisés en physiothérapie ?**

Les professionnels de la physiothérapie, physiothérapeutes ou thérapeutes en réadaptation physique, peuvent avoir recours à différentes façons de vous traiter, par exemple:

- aux techniques manuelles;
- aux exercices;
- à l'électrothérapie (ultrasons, laser, etc.);
- à l'hydrothérapie (traitement dans l'eau) et
- à la thermothérapie (glace ou chaleur).

### **Connaissez-vous les deux professions de la physiothérapie?**

Le physiothérapeute et le thérapeute en réadaptation physique sont les seuls professionnels de la physiothérapie reconnus par le système professionnel québécois. Découvrez-en davantage sur ces deux professions, mais aussi sur les moyens de devenir un professionnel de la physiothérapie.

#### **Le physiothérapeute**

Le physiothérapeute travaille auprès de clientèles de tous les âges présentant des problèmes qui touchent les muscles, les os, les

articulations, le système neurologique (cerveau, nerfs, moelle épinière), le système respiratoire (poumons), le système circulatoire (vaisseaux sanguins) ou le système cardiaque (cœur).

Grâce à sa connaissance approfondie du fonctionnement du corps humain, il analyse la nature et la cause de votre problème. Pour cela, il procède à une évaluation de vos capacités physiques (mobilité des articulations, force, tonus et endurance musculaires, réflexes, posture, etc.).

Après avoir établi son diagnostic physiothérapique, il conçoit et met en œuvre un plan de traitement adapté à vos besoins. Il peut également vous apporter de précieux conseils sur votre posture et votre hygiène de vie de même que vous donner des exercices afin d'améliorer votre condition physique.

***II. Trouvez la signification des mots et des expressions suivants:***

améliorer; la santé physique; rétablir; la motricité; traiter; le système neurologique; le système sensoriel; le système moteur; le système cardiorespiratoire; avoir recours à; parvenir à son objectif; la manipulation; la thermothérapie; la cryothérapie ; l'électrothérapie; l'hydrothérapie ; le mal de dos;le problème postural;la fracture; l'arthrite;un trouble neurologique; une capacité physique; un muscle; une articulation; un os;le fonctionnement du corps humain; procéder à; mettre en œuvre; précieux;une condition physique;

***III. Répondez aux questions:***1. Quel est l'objet d'études de la physiothérapie?

2. Que traite la physiothérapie?

3. Quels sont les différents traitements utilisés en physiothérapie ?

4. Quels sont les seuls professionnels de la physiothérapie ?

5. De quoi s'occupe un physiothérapeute?

***IV. Traduisez ce texte par écrit.***

***V. Faites le résumé écrit du texte.***

