

## **AMBULOPHOBIE**

### **Peur de marcher**

#### **Voir Basophobie**

L'ambulophobie est une phobie spécifique caractérisée par la peur de marcher. Elle touche principalement les personnes âgées, qui préfèrent rester chez elles ou au lit pour éviter de marcher sur des surfaces irrégulières et réduire ainsi le risque de chute.

#### **L'ambulophobie en tant que phobie spécifique : définition du problème chez les patients des établissements de soins de longue durée en Pologne**

**Contexte :** L'ambulophobie est une phobie spécifique caractérisée par la peur de marcher. Elle touche principalement les personnes âgées, qui préfèrent rester chez elles ou au lit pour éviter de marcher sur des surfaces irrégulières et réduire ainsi le risque de chute. Ce problème revêt une importance considérable en termes de santé publique et d'organisation des soins de longue durée, la Pologne connaissant l'un des taux de croissance démographique des personnes âgées les plus élevés au monde.

**Objectifs :** L'objectif de l'étude était de déterminer la prévalence de l'ambulophobie chez les patients des établissements de soins de longue durée en Pologne et d'identifier les facteurs augmentant le risque de cette phobie spécifique dans le groupe étudié.

**Matériel et méthodes :** L'étude a été menée de janvier à juillet 2021. Les données recueillies auprès de 379 patients de 16 établissements de soins de longue durée situés en Pologne ont été analysées. L'étude a utilisé les critères diagnostiques des phobies spécifiques selon le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 5e édition (DSM-5), ainsi que des questionnaires standardisés tels que le MMSE, le GDS-16, le DOS et l'ADL. Le test du  $\chi^2$  a été utilisé pour évaluer la significativité des différences ( $p = 0,05$ ).

**Résultats :** La prévalence de l'ambulophobie dans le groupe étudié était de 30,1 %. L'ambulophobie touchait significativement plus souvent les femmes (37,7 %) et les personnes de plus de 70 ans (42,1 %). Des facteurs tels que la dépression, la maladie de Parkinson, l'hypotonie orthostatique, des antécédents de chute ou le fait d'avoir été témoin d'une chute, ainsi qu'un handicap d'au moins un degré modéré, augmentaient la probabilité de souffrir d'ambulophobie.

**Conclusions :** D'après les résultats obtenus, il a été constaté que les facteurs protecteurs contre le développement de l'ambulophobie sont le sexe masculin, un âge plus jeune, une grande autonomie, une consommation quotidienne de médicaments moins importante et l'absence d'antécédents de chutes ou de vision d'une autre personne tombant.

#### **Comment vaincre la peur de marcher ?**

La psychanalyse est la solution la plus efficace pour surmonter la peur de se tenir debout ou de marcher. D'autres thérapies comprennent la TCC (Thérapie Comportementale et Cognitive) qui peut être utilisée en combinaison avec la psychanalyse.