



19^e CONGRÈS NATIONAL 2019
CNGE Collège Académique
Exercer et enseigner la médecine générale

La cité
des congrès
de **NANTES**
27 - 29 NOVEMBRE 2019

Protocole d'étude de faisabilité d'un programme d'activité physique adaptée pour les patients de plus de 70 ans en ALD dans leur bassin de vie

Escourrou E, Chicoulaa B, Durrieu F, Rolland Y, Rouge Bugat ME, Oustric S.



DUMG Toulouse
UMR 1027 INSERM – UPS Toulouse III
Gérontopôle – CHU Toulouse





Introduction

- 57% des patients de 70 ans ou plus atteints par une des ALD
- Bénéfices de l'Activité physique adaptée (APA) pour les patients en ALD
 - Amélioration des capacités musculaires
 - Lutte contre la sarcopénie
 - Réduction du risque cardio vasculaire
 - Contrôle du poids
 - Prévention primaire et secondaire en oncologie
- Décret 2016-1990 30/12/2016 : prescription par le médecin traitant de l'APA
- Freins
 - Non remboursement
 - Méconnaissance de l'offre
 - Difficultés d'accès aux structures d'APA
 - Manque d'adaptation des programmes d'AP au profil du patient

INSERM - Activité physique et prévention des chutes chez les personnes âgées 2017
Dovjak P. Sarcopenia in cases of chronic and acute illness. A mini-review. Gerontol Geriatr 2016
Kalyani RR. Age-related and disease-related muscle loss: the effect of diabetes, obesity, and other diseases. Lancet 2014
Pahor M. Effect of structured physical activity on prevention of major mobility disability in older adults: the LIFE study randomized clinical trial. JAMA 2014



Hypothèse

- Programme d'APA
- Centre situé au sein d'une Maison de Santé Pluri professionnelle,
- Incluse dans le bassin de vie de la personne
- faciliterait l'adhésion du patient
- constituerait une solution adaptée de proximité



Objectif principal

Évaluer la faisabilité d'un programme d'activité physique adaptée de 4 mois réalisé en soins premiers, pour les personnes âgées de 70 ans et plus bénéficiant d'au moins une Affection Longue Durée

Objectifs secondaires

1. Évaluer la faisabilité du programme concernant : a) la collecte des données, b) la mise en place du programme
2. Évaluer l'adhésion des patients au programme d'activité physique adaptée
3. Évaluer la satisfaction des patients au programme d'activité physique adaptée
4. Évaluer la satisfaction des médecins généralistes
5. Évaluer l'état global du patient, son niveau d'activité physique et sa qualité de vie



Méthode

- Étude de faisabilité, quasi expérimentale, mono-centrique
- Population cible
 - personnes de 70 ans et plus,
 - bénéficiant d'une ALD,
 - vivant à domicile au sein de l'agglomération toulousaine
- Intervention
 - Entretien motivationnel
 - 3 séances hebdomadaires d'une 1h pendant 4 mois
 - Exercices d'équilibre, coordination, souplesse et renforcement musculaire (tapis de marche/course anti gravité : ALTER G°, appareil de coordination et d'équilibre : HUBER°)
 - Réévaluation régulière du contenu des séances
- A la fin du programme : conseils pour la poursuite d'une AP adaptée à son profil





Méthode

Professionnels impliqués

Médecins généralistes au sein de la CPTS

- Repérage des patients éligibles
- Inclusion du patient
- Prescription de l'APA + CACI
- Suivi post-intervention

MG de la MSPU

- Investigateur P / Recueil du consentement

Enseignantes d'APA

- Intervention

IDE formé à l'EGS / ARC

- Evaluation à M0 puis au cours du suivi



Plateforme motorisée pour
entraînement physique & cognitif



Résultats

- Début 2020
 - Objectif de recrutement : 50 patients / 30 terminant le programme
 - Durée de l'étude 2 ans : Recrutement 1 an / Suivi 1 an
 - Appel à projet du CHU de Toulouse - ARI 2018
 - Financement de 50.000 €
- Démontrer que ce programme d'APA dans le bassin de vie de la personne, est accepté et réalisé par le patient.



Discussion

- Décret 2016-1990 30/12/2016 : Prescription possible pour patient en ALD
 - Pas de remboursement
 - Des freins liés aux déplacements à l'éloignement etc.
- Proposer un programme sans reste à charge pour patient
- De proximité
- Encadré, dans un centre équipé
- Etude de faisabilité en vu d'un programme de plus grande ampleur
 - Recueil des données ++



Discussion

- **Unité de lieu** pour une activité clinique de professionnels avec expertise en recherche
- **Organisation structurelle** → Centre d'activité physique adaptée au sein de la MSPU
- Permettant de **féderer des ressources financières**
- Organiser un **parcours en santé fonctionnel** pour les personnes relevant d'APA au sein d'une **CPTS** organisée autour de la MSPU
 - Offre de soins adaptée ET de proximité
 - Professionnels impliqués et formés



Conclusion

- Patient ALD de plus de 70 à risque de sarcopénie et de comorbidités
- Bénéfice de l'APA en prévention primaire et secondaire
- Programme d'APA financé par fonds public offrant une solution de proximité aux patients et professionnels sur un territoire
- Vers une diffusion ... un remboursement ?



19^e CONGRÈS NATIONAL 2019
CNGE Collège Académique
Exercer et enseigner la médecine générale

*La cité
des congrès
de* **NANTES**
27 - 29 NOVEMBRE 2019

Merci pour votre attention

emile.escourrou@dumg-toulouse.fr