

Comparaison entre la prescription écrite d'activité physique et les conseils oraux pour les patients à risque de maladie cardiovasculaire en médecine générale : résultats de l'essai contrôlé randomisé PEPPER



William Bellanger^{a,*}, Matthieu Peurois^{a,b,*}, Laurent Connan^a, Nastassia Navasiolava^c,
David Missud^a, Thibaut Py^a, Cyril Bègue^{a,b}

^a Université d'Angers, Département de médecine générale, F-49000 Angers, France.

^b Université d'Angers, Université de Rennes, EHESP, Inserm, IRSET-ESTER, SFR ICAT, F-49000 Angers, France

^c Université d'Angers, CHU Angers, CRC, INSERM, CNRS, MITOVASC, Equipe CarMe, SFR ICAT, F-49000 Angers, France

Liens d'intérêt : Aucun

30 novembre 2023

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès de
Lyon

Bellanger et al. *BMC Public Health* (2023) 23:1402
<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16302-6>

BMC Public Health

RESEARCH

Open Access



Comparing physical activity prescription with verbal advice for general practice patients with cardiovascular risk factors: results from the PEPPER randomised controlled trial

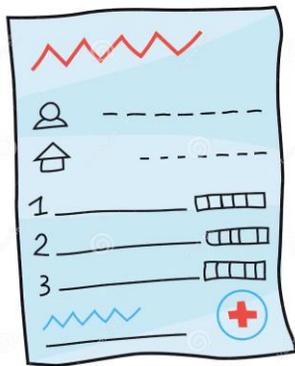
William Bellanger^{1†}, Matthieu Peurois^{1,2*†}, Laurent Connan¹, Nastassia Navasiolava³, David Missud¹, Thibaut Py¹ and Cyril Bègue^{1,2}

#CNGE2023

www.congrescnge.fr

Objectifs

Évaluer si une prescription écrite d'activité physique combinée à un podomètre (PEPP) augmente l'activité physique par rapport à des conseils oraux (CO) chez des patients à risque de maladie cardiovasculaire en soins primaires



Méthodes

Design : étude interventionnelle contrôlée, randomisée, durée de 12 mois

Critères d'inclusion : patients âgés de 35 à 74 ans suivis trimestriellement pour hypertension, dyslipidémie ou diabète, jugés insuffisamment actifs

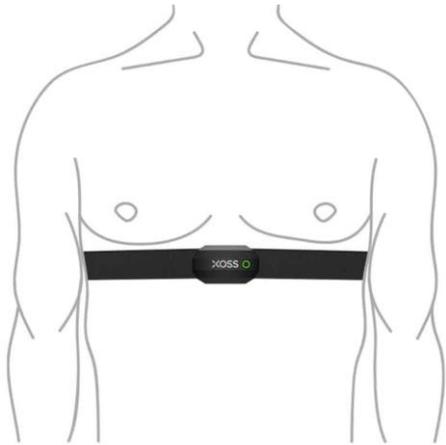
Recrutement : 17 médecins généralistes ont randomisé les patients

- Groupe expérimental : prescription écrite personnalisée de nombre de pas quotidiens, un podomètre et un carnet de bord (PEPP)
- Groupe témoin : conseils oraux pour faire au moins 15 minutes de marche rapide ou équivalent quotidien (CO)

Méthodes

Critère de jugement principal : variation de dépense énergétique hebdomadaire totale mesurée par accéléromètre à 3 mois (MET-min/semaine)

Critères secondaires (3 et 12 mois) :



Variations du nombre de pas

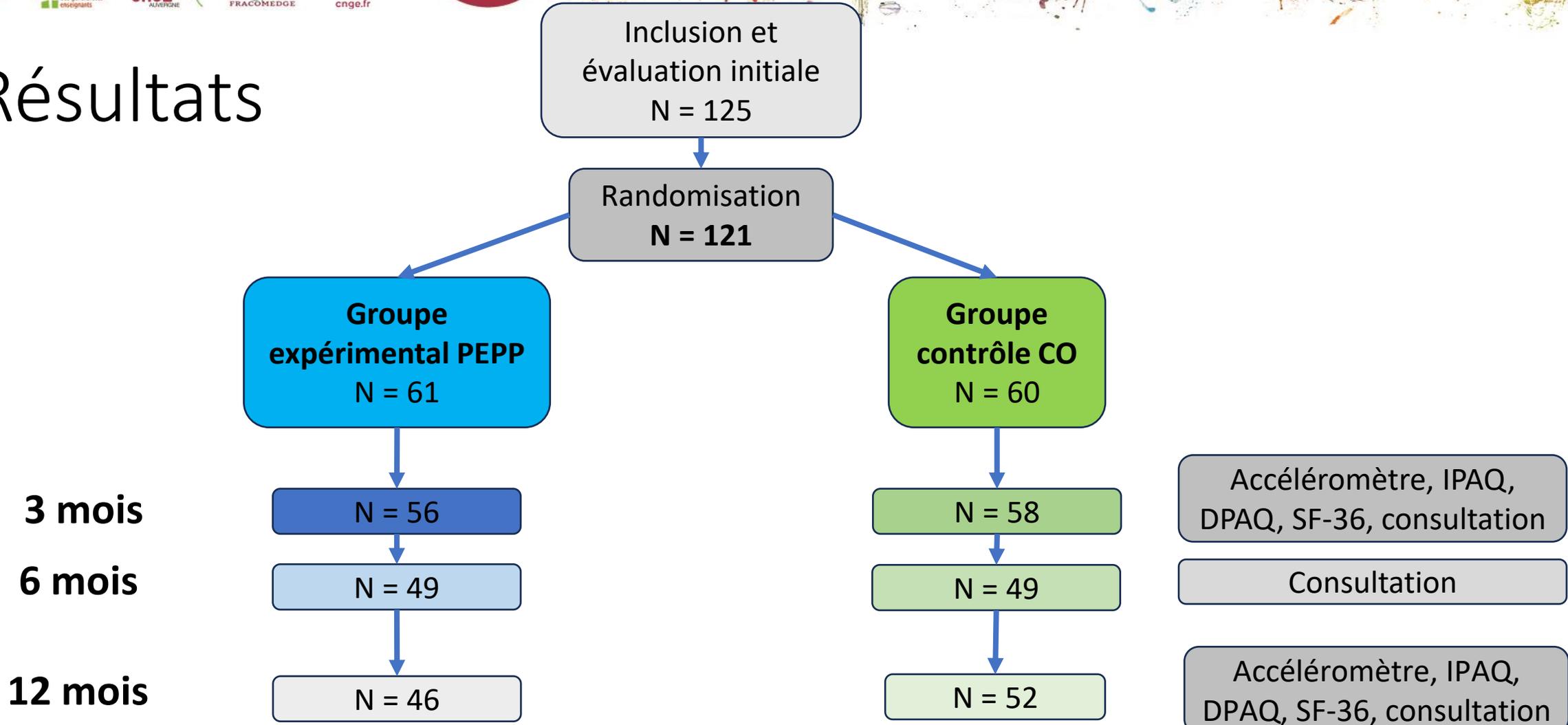
Niveaux d'activité physique (IPAQ)

Qualité de vie (SF-36)

Obstacles perçus à l'activité physique (DPAQ)

Indicateurs biomédicaux

Résultats



Résultats

Dépense énergétique hebdomadaire : pas de différence statistique significative entre les deux groupes à 3 mois



Après 12 mois, différence significative dans le groupe PEPP comparé au groupe CO

- **Temps** consacré à une activité physique d'intensité modérée : augmentation moyenne de 48 minutes/semaine (IC95 % : 8 - 89)
- **Nombre de pas** : augmentation moyenne de 5256 pas/semaine (IC95 % : 660 - 9852)

Résultats

Analyse du **sous-groupe le plus sédentaire** (< 5000 pas/jour à l'inclusion) :
augmentation de 739 pas/semaine dans le groupe PEPP à chaque mois de suivi

Pas de différence statistique significative en termes de :

- Qualité de vie
- Poids, périmètre abdominal et pression artérielle
- Modification du traitement médicamenteux



Discussion

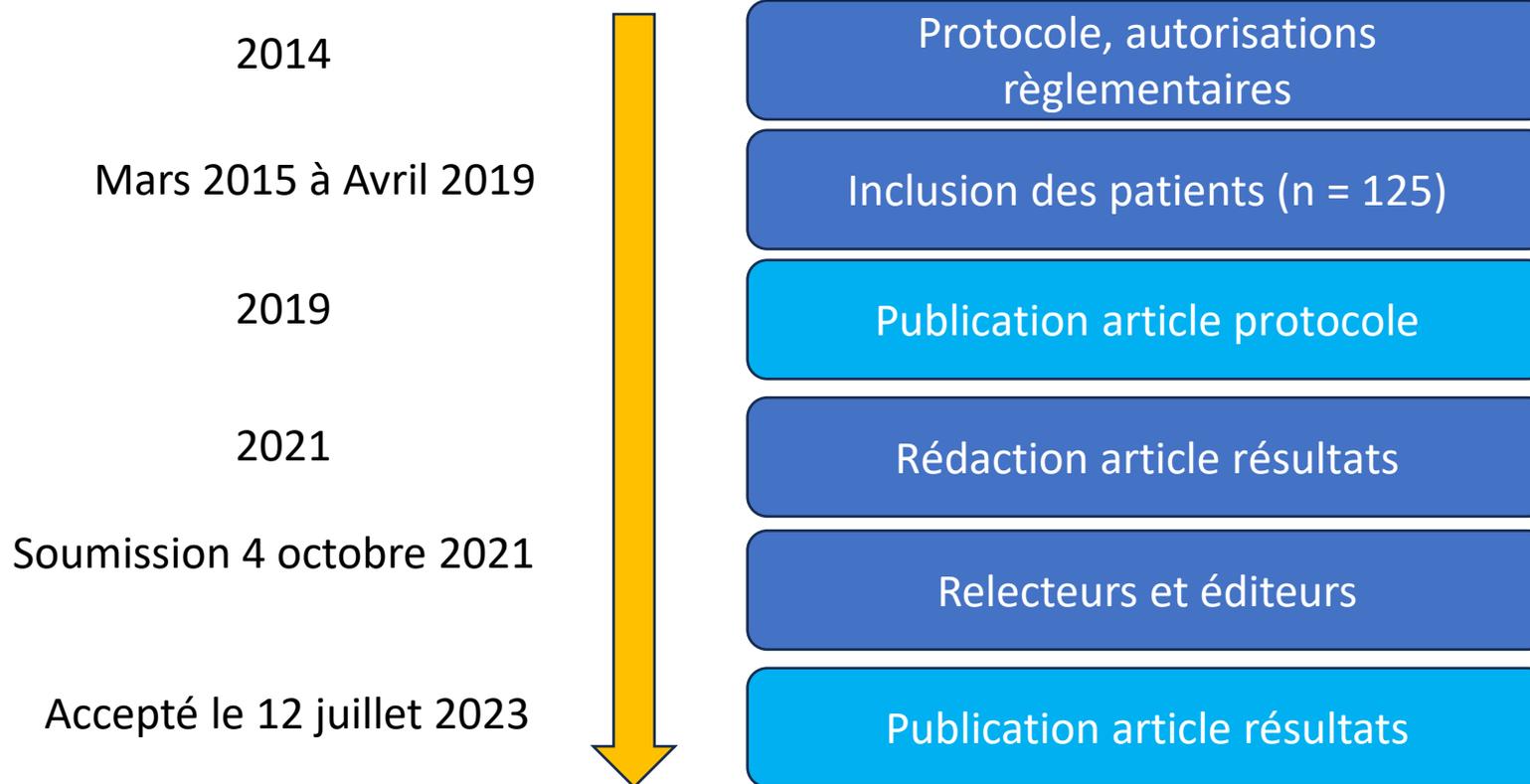
Forces

- ✓ Etude interventionnelle contrôlée randomisée
- ✓ Pragmatique, intervention simple
- ✓ Investissement limité en temps, argent, ressources humaines
- ✓ Transposabilité aux soins primaires

Limites

- ✓ Essai ouvert : effet Hawthorne ?
- ✓ Biais de sélection : participants actifs à l'inclusion
- ✓ Biais de contamination
- ✓ Utilisation correcte du podomètre ?
- ✓ Manque de puissance statistique

Processus de publication



23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de
Lyon

7 mois sans 2^{ème}
relecteur, puis
absence de 2^{ème}
relecteur

61 points de
modification

Changement
d'éditeur

10 aller-retours
avec la revue

Changement des
éléments de
contrôle qualité à
chaque soumission

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de
Lyon

Conclusion

Prescription écrite d'objectifs personnalisés pourrait encourager les patients plus sédentaires à augmenter leur activité physique

Essai clinique contrôlé randomisé réalisable en soins primaires avec intervention simple, en vie réelle et un moindre investissement financier et humain

Apporte des **données issues des soins primaires** pour une applicabilité aux soins primaires

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de *Lyon*

Merci pour votre attention

#CNGE2023

www.congrescnge.fr