

23^e CONGRÈS NATIONAL

Exercer
et enseigner
la médecine
générale

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de

Lyon

Validation d'un modèle de prescription d'activité physique adaptée par méthodologie DELPHI

Dr Michael AUFFRET, Dre Yaritza CARNEIRO

Aucun lien d'intérêt

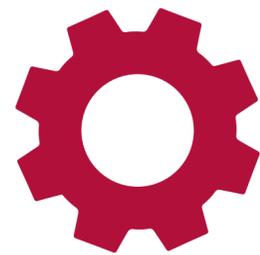
#CNGE2023

www.congrescnge.fr

Plan



Introduction



Méthodologie



Résultats



Discussion



Conclusion



Introduction

1. Définitions et recommandations





Introduction

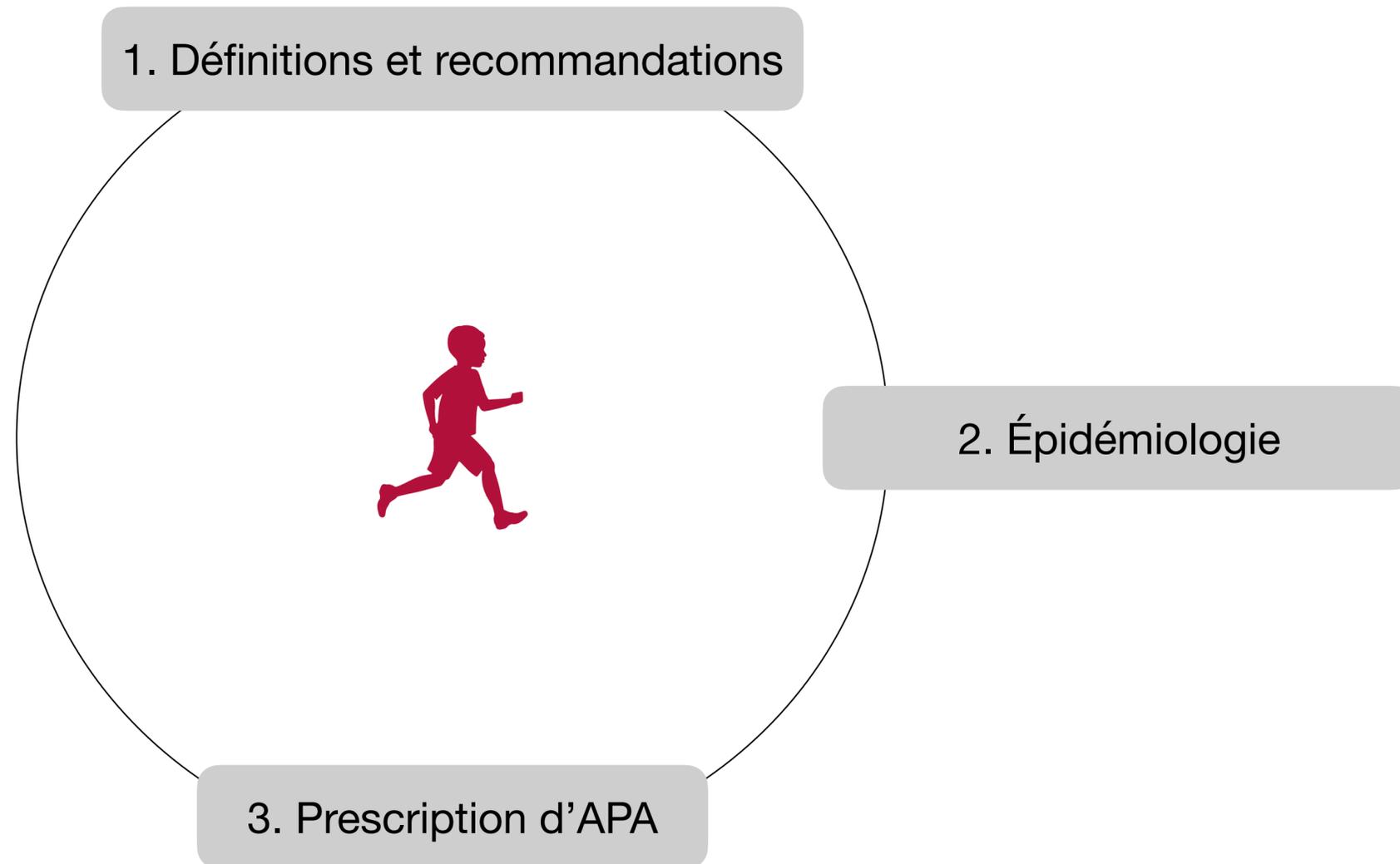
1. Définitions et recommandations



2. Épidémiologie

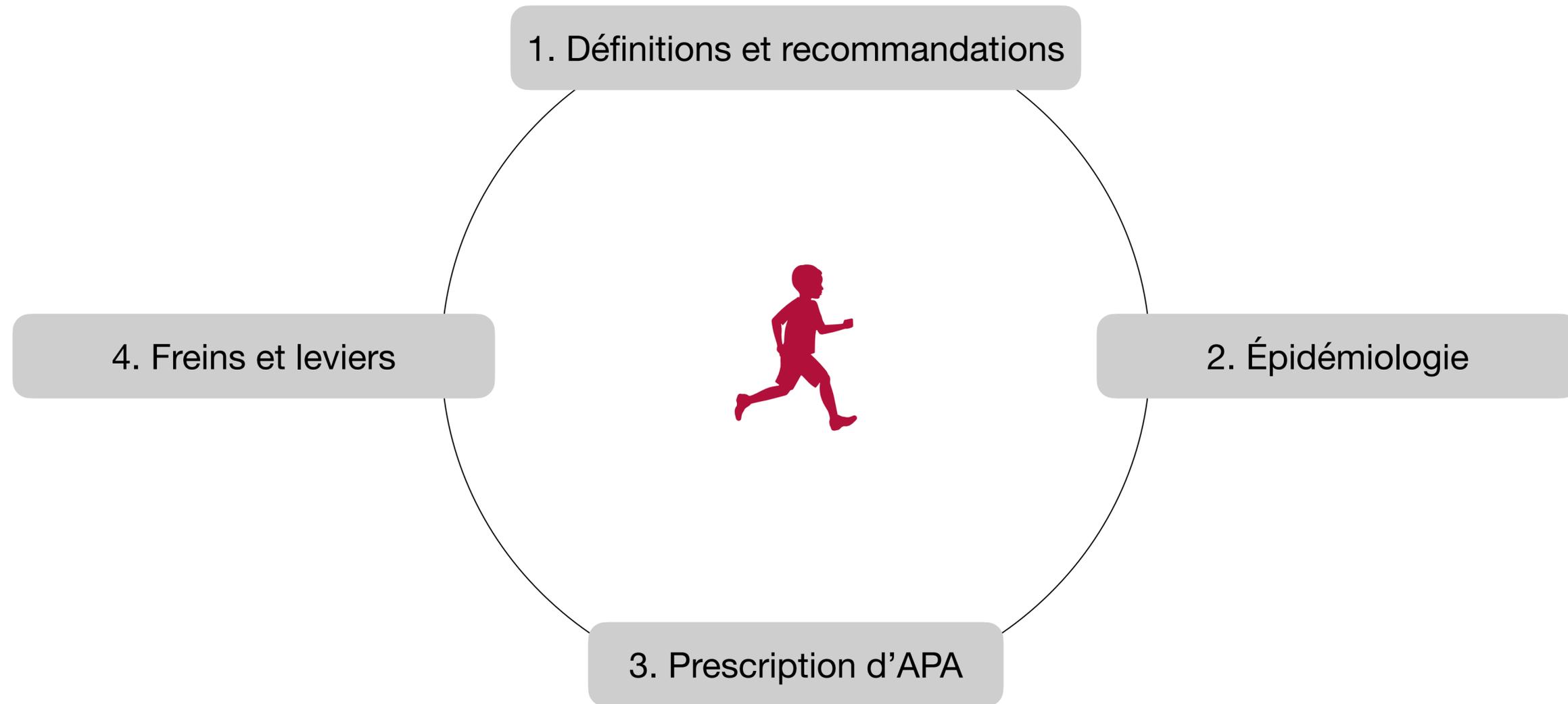


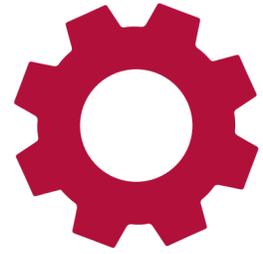
Introduction





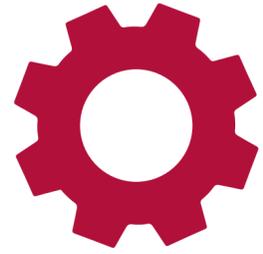
Introduction





Méthodologie

Étude DELPHI®

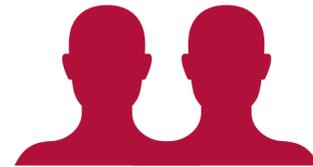


Méthodologie

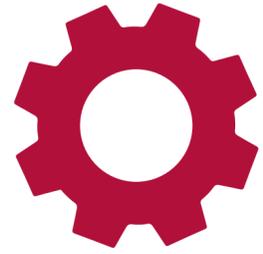
Étude DELPHI®



Investigateur

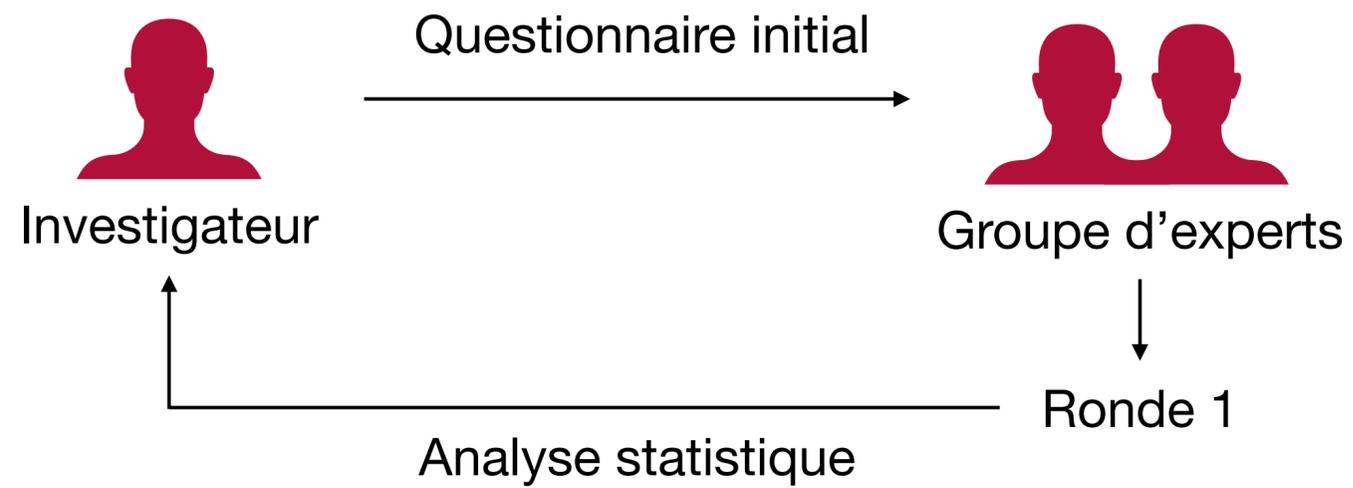


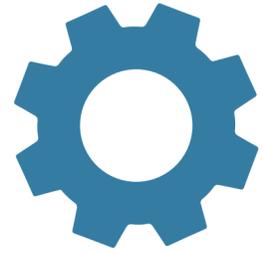
Groupe d'experts



Méthodologie

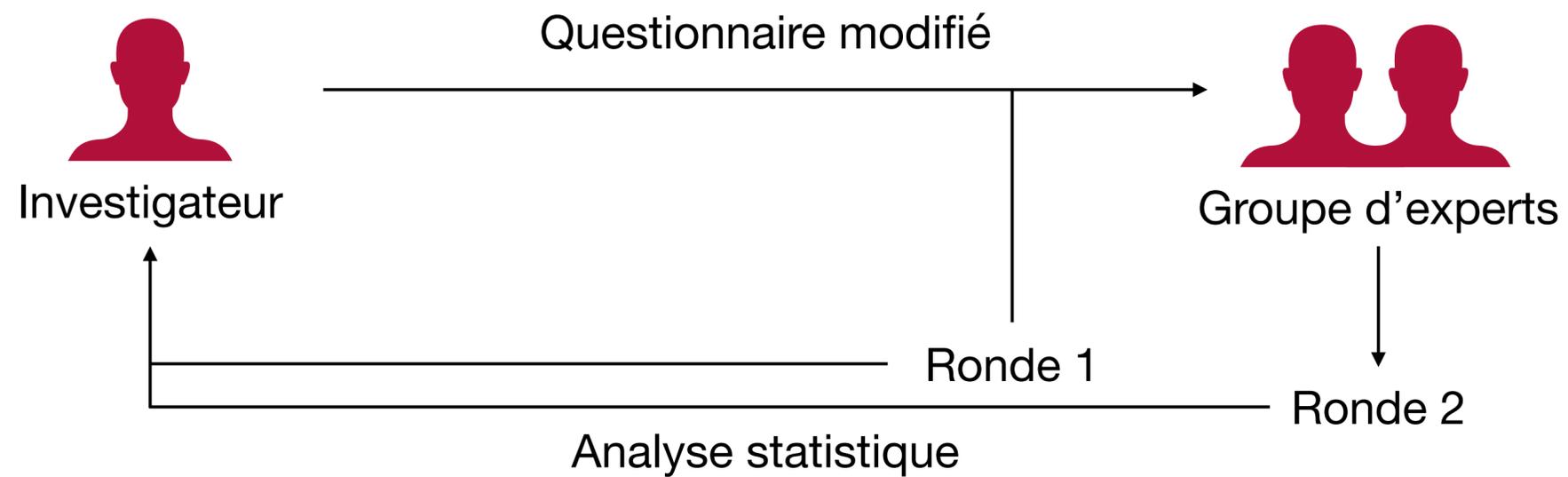
Étude DELPHI®

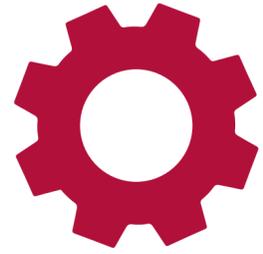




Méthodologie

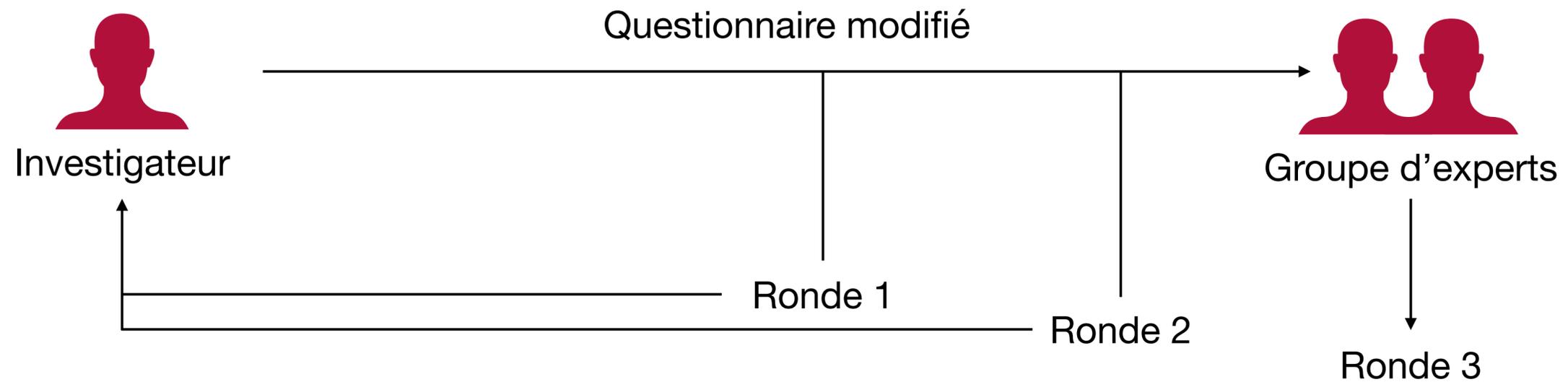
Étude DELPHI®

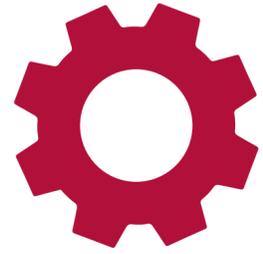




Méthodologie

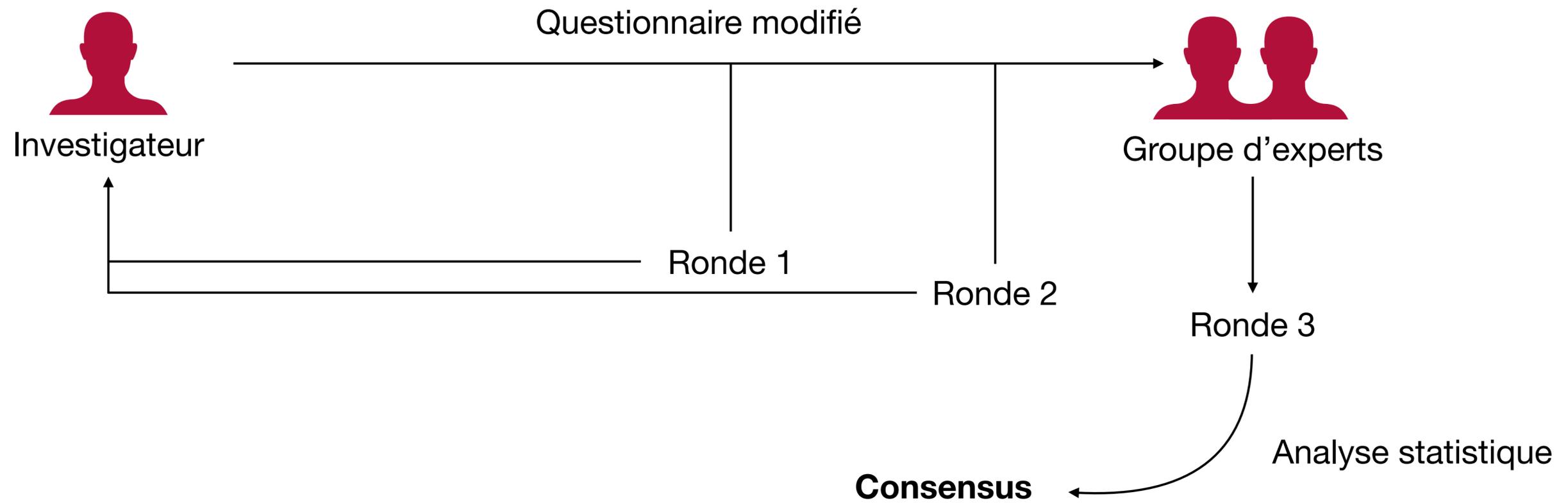
Étude DELPHI®

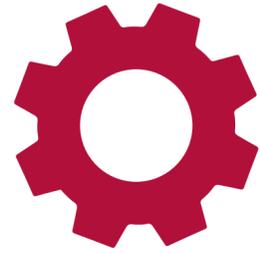




Méthodologie

Étude DELPHI®

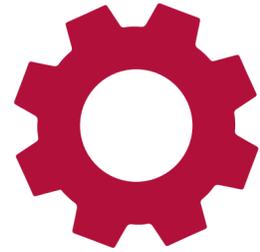




Méthodologie

Critères d'inclusion des experts :

- Connaissances dans le domaine de l'APA
- Implication dans le projet APA



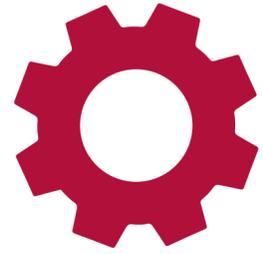
Méthodologie

Critères d'inclusion des experts :

- Connaissances dans le domaine de l'APA
- Implication dans le projet APA

Critères d'exclusion des experts :

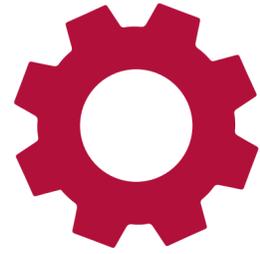
- Absence de réponse au mail de recrutement
- Refus de participer à l'étude
- Absence de réponse à l'un des questionnaires



Méthodologie

- Revue narrative de la littérature





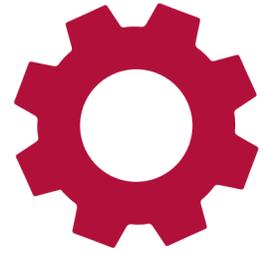
Méthodologie

- Revue narrative de la littérature



- Guide de Promotion, Consultation et Prescription d'Activité Physique et Sportive pour la Santé





Méthodologie

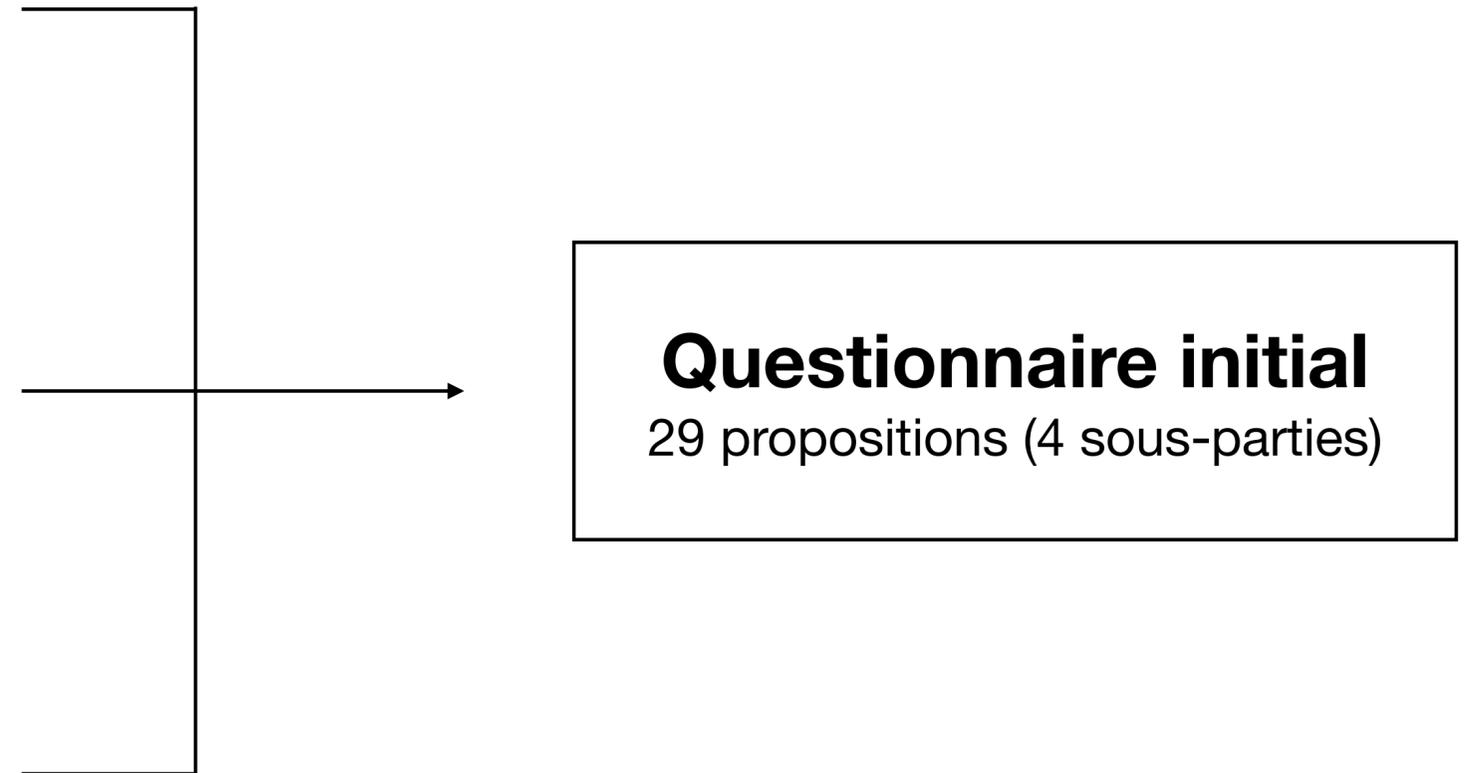
- Revue narrative de la littérature

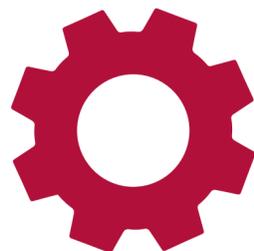


- Guide de Promotion, Consultation et Prescription d'Activité Physique et Sportive pour la Santé

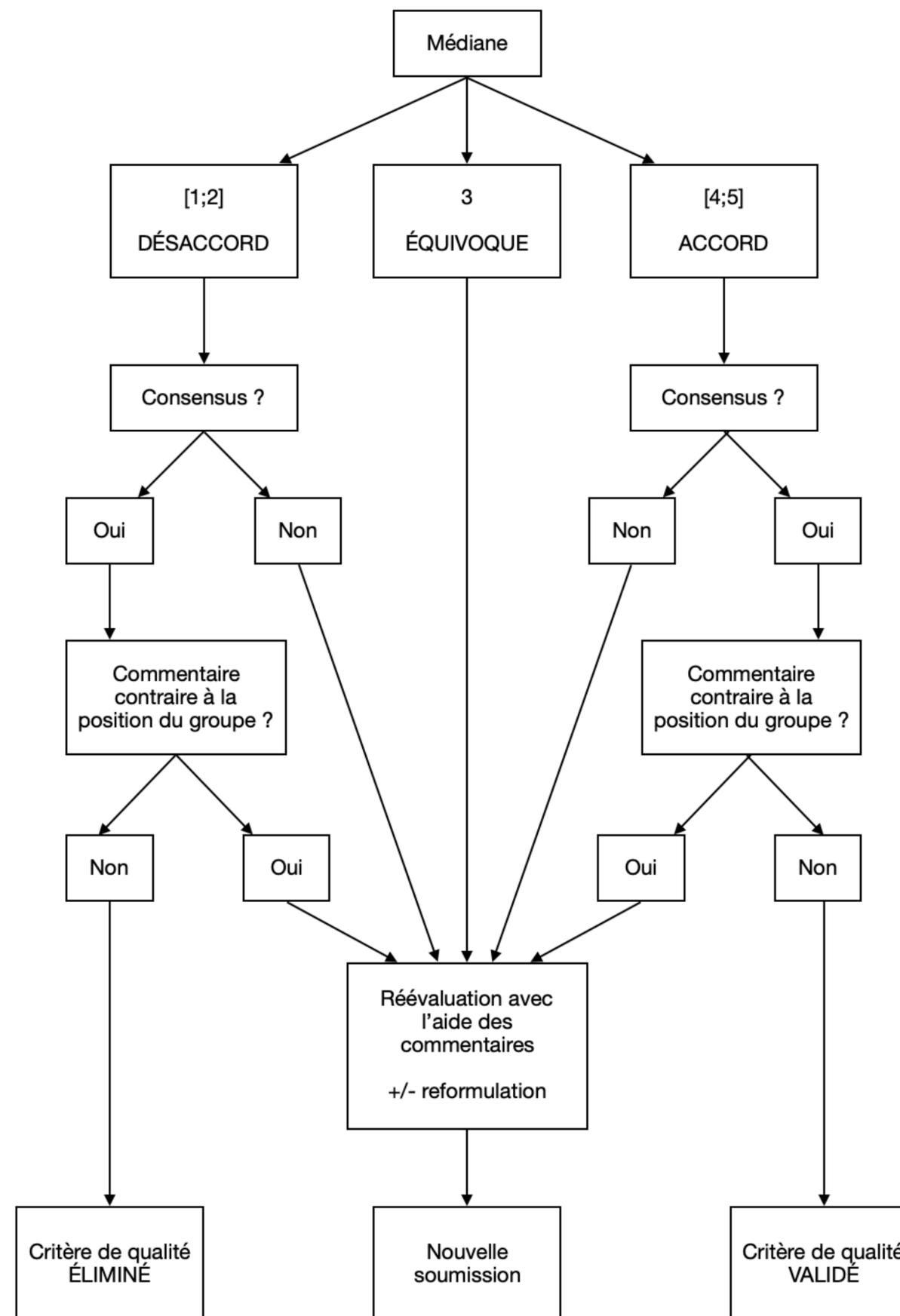


- Formulaire de prescription existants (4)





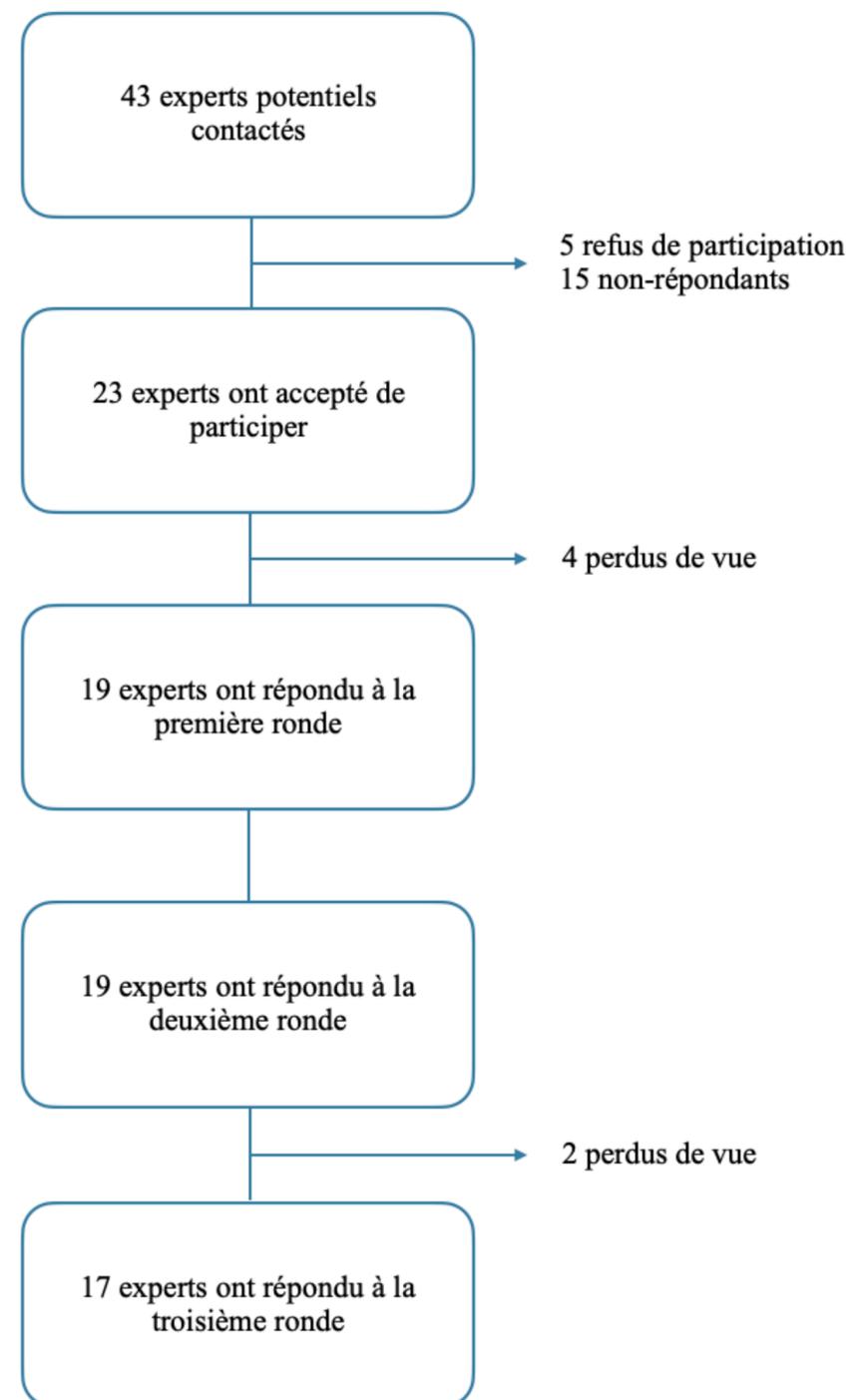
Analyse statistique

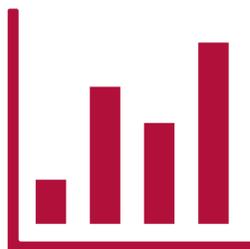




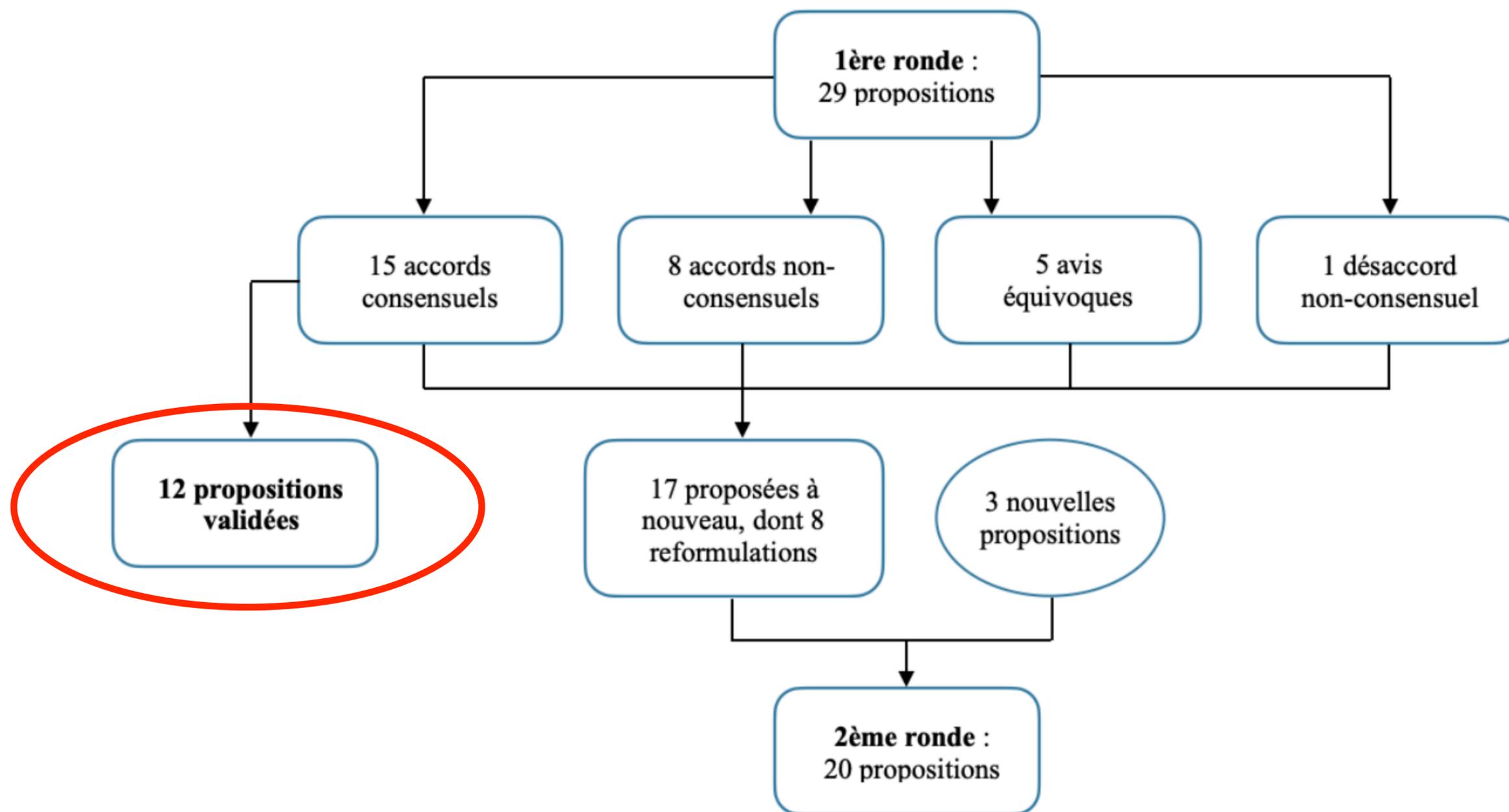
Groupe d'experts

Résultats



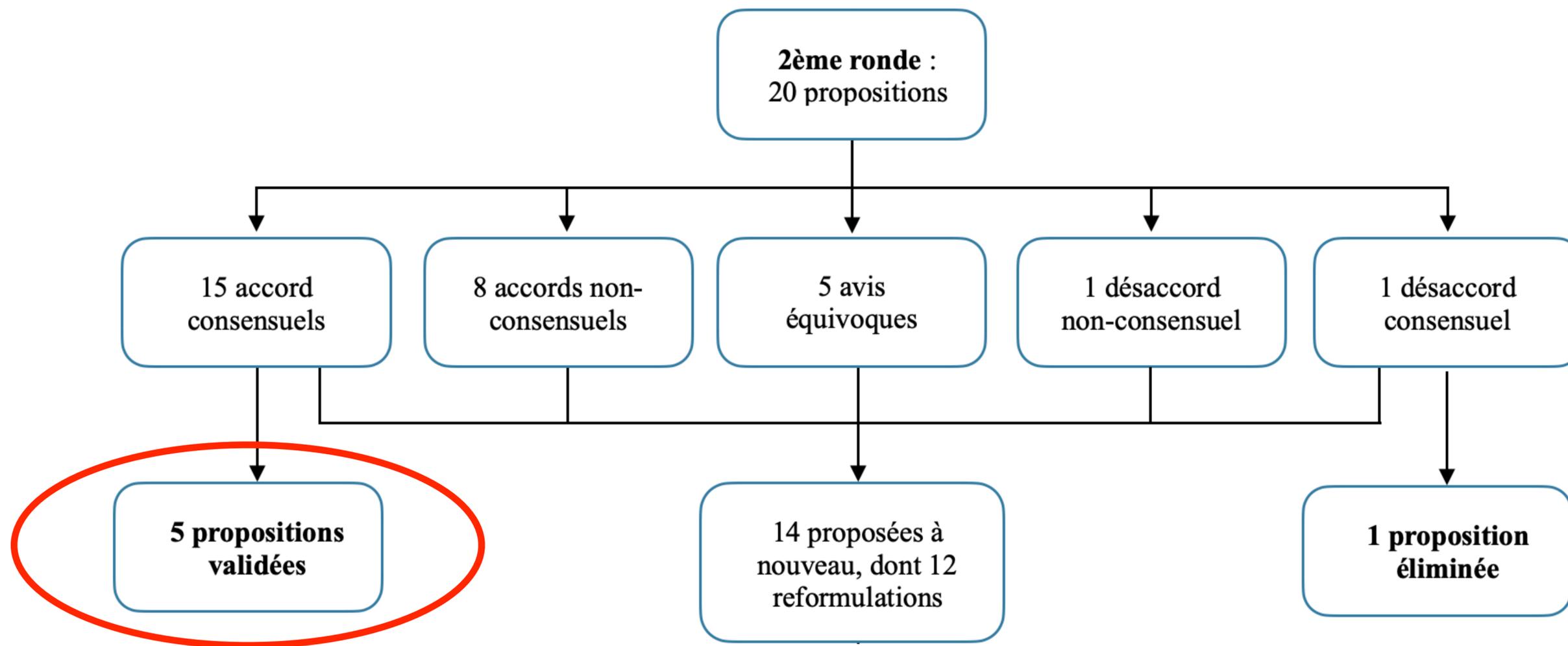


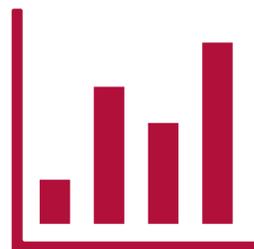
1ère ronde



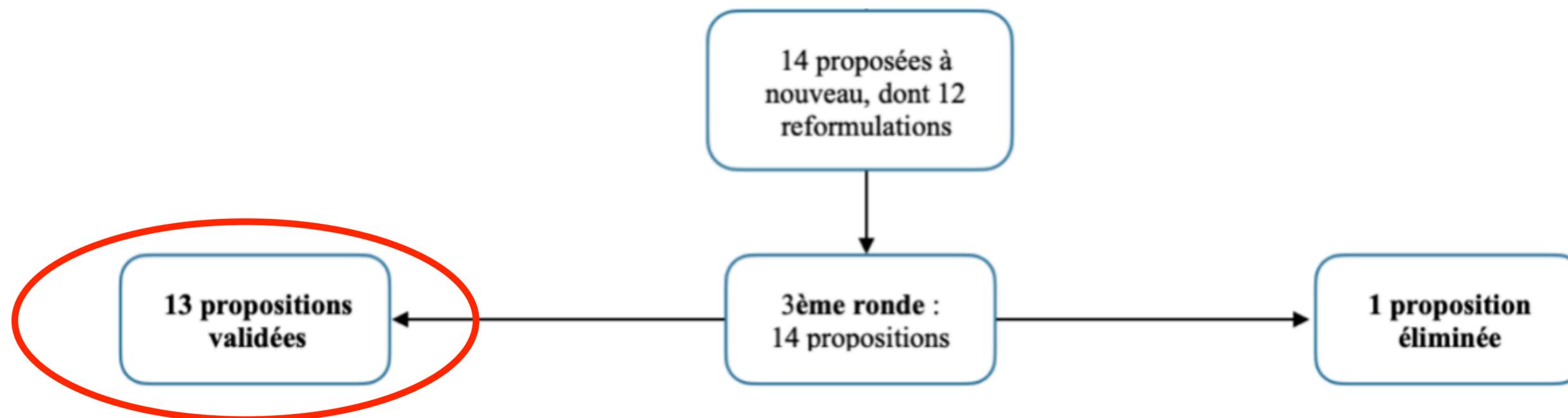


2ème ronde





3ème ronde



30 propositions validées au total



PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

pour personnes atteintes d'une pathologie ou état de santé chronique

Cette prescription est valable un an, renouvelable par un médecin ou masseur-kinésithérapeute selon le décret n°2023-234 du 30 mars 2023.

Je soussigné(e), Docteur certifie avoir examiné ce jour
 M/Mme : Né(e) le : et prescrits une activité
 physique et/ou sportive adaptée selon les conditions de la présente prescription.

PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Activité(s) physique et/ou sportive antérieure(s) :

Niveau actuel d'activité (facultatif) :

- Nul
- Occasionnelle (< 150 min d'intensité modérée/semaine)
- Régulière (≥ 150 min d'intensité modérée/semaine)

Niveau actuel de sédentarité (facultatif) :

- Faible (< 3h position allongée, assise ou debout statique/jour)
- Modéré (3 à 7h position allongée, assise ou debout statique/jour)
- Élevé (≥ 7h position allongée, assise ou debout statique/jour)

Objectif défini par le patient (facultatif) :

- Amélioration / entretien de la condition physique
- Réduction des douleurs
- Perte de poids
- Bien-être / lutte contre le stress
- Autre(s) :

Type d'activité préconisée :

- Renforcement musculaire
- Capacité cardio-respiratoire
- Souplesse et mobilité articulaire
- Équilibre et proprioception
- Autre(s) :

Intensité préconisée :

- Légère
- Moyenne
- Élevée

Fréquence hebdomadaire préconisée :

- 1 séance
- 2 à 3 séances
- 4 séances ou plus

• Précisions complémentaires (facultatif) :

Je confie l'orientation et l'évaluation complémentaire du patient à un dispositif territorial ou une Maison Sport-Santé de proximité (liste disponible sur <https://livemap.getwemap.com/embed.html?emmid=13462&token>)

J'oriente directement le patient pour une activité physique adaptée à ses limitations fonctionnelles, vers l'une des professions suivantes :

- Masseur-kinésithérapeute
- Ergothérapeute ou psychométricien
- Enseignant en activité physique adaptée
- Educateur sportif
- Autre (en référence à l'article D. 1172-2 du Code de la santé publique) :

Date : / /

Signature du médecin :

Tampon du médecin



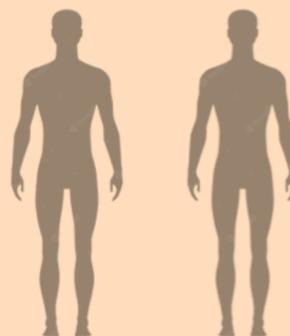
FICHE D'INFORMATION MÉDICALE

et renseignements complémentaires soumis au secret professionnel

À compléter au moment de la consultation chez le médecin prescripteur afin d'adapter au mieux l'activité physique et le bilan initial par le professionnel en APA ou le médecin coordonnateur.

RESTRICTION D'ACTIVITÉ

Articulations à éviter de solliciter (entourez) :



Types d'effort à éviter (à réévaluer selon évolution) :

- Endurance Vitesse Force
 Plyométrie Autre :

Actions à éviter (à réévaluer selon évolution) :

- Courir Sauter Porter Tirer
 Flexion de genou Élévation d'épaule > 90°
 Autre :

• Intensité à ne pas dépasser (entourez) : Faible / Modérée / Élevée

RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX

Pathologies et complications/séquelles éventuelles pour lesquelles l'activité physique est prescrite (veuillez préciser s'il existe des complications liées à des traitements antérieurs, notamment cardio-toxiques en cas de traitement anti-cancéreux) :

.....

Traitements au long cours pouvant interférer avec une activité physique :

.....

Données anthropométriques (facultatif) :

Taille : Poids : IMC :

Facteurs de risque identifiés :

- HTA Diabète Dyslipidémie Tabac (actif ou sevré < 1 an)
 Alcool Pathologie cardio-vasculaire SCORE (facultatif) :
 Autre :

Merci de joindre à la prescription les résultats de tests environnementaux et conclusions d'examens pouvant impliquer des précautions particulière lors de la pratique de l'activité physique.

Examens réalisés :

- ECG de repos < 5 ans
 Épreuve d'effort < 5 ans
 Tests environnementaux
 Autre :

Limitations fonctionnelles identifiées :

- Locomotrices (trouble ostéo-articulaire, musculo-tendineux, limitation cardio-respiratoire, endurance à l'effort) :

 Cérébrales (difficultés cognitives, langagières, émotives) :
 Sensorielles et douloureuses (défaillance visuelle, auditive, sensitive, d'équilibre, douleur chronique) :



Synthèse des résultats

Partie A : Informations concernant le patient

RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX

Pathologies et complications/séquelles éventuelles pour lesquelles l'activité physique est prescrite *(veuillez préciser s'il existe des complications liées à des traitements antérieurs, notamment cardio-toxiques en cas de traitement anti-cancéreux) :*

.....
.....

Traitements au long cours pouvant interférer avec une activité physique :

.....

Données anthropométriques *(facultatif) :*

Taille : Poids : IMC :

Facteurs de risque identifiés :

HTA Diabète Dyslipidémie Tabac *(actif ou sevré < 1 an)*
 Alcool Pathologie cardio-vasculaire SCORE *(facultatif) :*
 Autre :

Examens réalisés :

ECG de repos < 5 ans
 Épreuve d'effort < 5 ans
 Tests environnementaux
 Autre :
.....

Merci de joindre à la prescription les résultats de tests environnementaux et conclusions d'examens pouvant impliquer des précautions particulière lors de la pratique de l'activité physique.

Limitations fonctionnelles identifiées :

Locomotrices *(trouble ostéo-articulaire, musculo-tendineux, limitation cardio-respiratoire, endurance à l'effort) :*

.....

Cérébrales *(difficultés cognitives, langagières, émotives) :*

Sensorielles et douloureuses *(défaillance visuelle, auditive, sensitive, d'équilibre, douleur chronique) :*

.....



Synthèse des résultats

Partie B : Prescription d'APA

PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Activité(s) physique et/ou sportive antérieure(s) :

Niveau actuel d'activité <i>(facultatif)</i> :	Niveau actuel de sédentarité <i>(facultatif)</i> :
<input type="checkbox"/> Nul	<input type="checkbox"/> Faible (< 3h position allongée, assise ou debout statique/jour)
<input type="checkbox"/> Occasionnelle (< 150 min d'intensité modérée/semaine)	<input type="checkbox"/> Modéré (3 à 7h position allongée, assise ou debout statique/jour)
<input type="checkbox"/> Régulière (≥ 150 min d'intensité modérée/semaine)	<input type="checkbox"/> Élevé (≥ 7h position allongée, assise ou debout statique/jour)

Objectif défini par le patient *(facultatif)* :

<input type="checkbox"/> Amélioration / entretien de la condition physique	<input type="checkbox"/> Perte de poids	<input type="checkbox"/> Bien-être / lutte contre le stress
<input type="checkbox"/> Réduction des douleurs	<input type="checkbox"/> Autre(s) :	

Type d'activité préconisée :	Intensité préconisée :	Fréquence hebdomadaire préconisée :
<input type="checkbox"/> Renforcement musculaire	<input type="checkbox"/> Légère	<input type="checkbox"/> 1 séance
<input type="checkbox"/> Capacité cardio-respiratoire	<input type="checkbox"/> Moyenne	<input type="checkbox"/> 2 à 3 séances
<input type="checkbox"/> Souplesse et mobilité articulaire	<input type="checkbox"/> Élevée	<input type="checkbox"/> 4 séances ou plus
<input type="checkbox"/> Équilibre et proprioception		
<input type="checkbox"/> Autre(s) :	• Précisions complémentaires <i>(facultatif)</i> :	
.....	

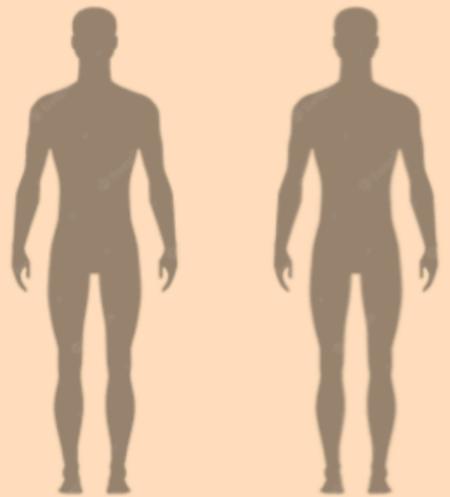


Synthèse des résultats

Partie C : Restriction d'activité

RESTRICTION D'ACTIVITÉ

Articulations à éviter de solliciter *(entourez)* :



Types d'effort à éviter *(à réévaluer selon évolution)* :

Endurance Vitesse Force
 Plyométrie Autre :

Actions à éviter *(à réévaluer selon évolution)* :

Courir Sauter Porter Tirer
 Flexion de genou Élévation d'épaule > 90°
 Autre :

• **Intensité à ne pas dépasser** *(entourez)* : Faible / Modérée / Élevée



Synthèse des résultats

Partie D : Orientation et suivi

PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

pour personnes atteintes d'une pathologie ou état de santé chronique

Cette prescription est valable un an, renouvelable par un médecin ou masseur-kinésithérapeute selon le décret n°2023-234 du 30 mars 2023.

- Je confie l'orientation et l'évaluation complémentaire du patient à un dispositif territorial ou une Maison Sport-Santé de proximité (liste disponible sur <https://livemap.getwemap.com/embed.html?emmid=13462&token>)

- J'oriente directement le patient pour une activité physique adaptée à ses limitations fonctionnelles, vers l'une des professions suivantes :
 - Masseur-kinésithérapeute
 - Ergothérapeute ou psychométricien
 - Enseignant en activité physique adaptée
 - Éducateur sportif
 - Autre (en référence à l'article D. 1172-2 du Code de la santé publique) :



Discussion

Forces de l'étude :

- Une étude originale
- Méthodologie rigoureuse
- Peu de perdus de vue
- Experts qualifiés, vision transversale
- Etude internationale, bonne validité externe
- Objectifs principal et secondaire atteints



Discussion

Forces de l'étude :

- Une étude originale
- Méthodologie rigoureuse
- Peu de perdus de vue
- Experts qualifiés, vision transversale
- Etude internationale, bonne validité externe
- Objectifs principal et secondaire atteints

Limites de l'étude :

- Biais de sélection
- Certaines catégories professionnelles plus représentées que d'autres
- Biais de suggestibilité
- Hétérogénéité des commentaires



Perspectives

- Présentation à d'autres congrès de médecine générale et médecine du sport
- Intégration à un site internet
- Un outil à tester en conditions réelles



Bibliographie

1. Organisation Mondiale de la Santé. Activité physique. [cité 31 juill 2023]. Activité physique. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
2. HAS. Guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez l'adulte [Internet]. 2019 [cité 25 juill 2023]. Disponible sur: <https://tarn.franceolympique.com/tarn>
3. Légifrance. Article D1172-1 - Code de la santé publique. [cité 9 juill 2023]. Article D1172-1 - Code de la santé publique. Disponible sur: https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000033826292
4. PEPS. Formulaire de prescription d'APA [Internet]. [cité 25 juill 2023]. Disponible sur: <https://cdn.website-editor.net/>
5. Réseau régional de cancérologie Pays de la Loire. Guide d'aide à la prescription en cancérologie [Internet]. 2020 [cité 25 juill 2023].
6. Azur Sport Santé. Kit d'aide à la prescription d'activité physique [Internet]. 2021 [cité 25 juill 2023]. Disponible sur: <https://azursportsante.fr/>
7. HAS. Guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez l'adulte [Internet]. 2019

23^e CONGRÈS NATIONAL

Exercer
et enseigner
la médecine
générale

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNCGE

Centre
des congrès
de *Lyon*

Merci pour votre attention

23^e CONGRÈS NATIONAL

Exercer
et enseigner
la médecine
générale

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de

Lyon

Validation d'un modèle de prescription d'activité physique adaptée par méthodologie DELPHI

Dr Michael AUFFRET, Dre Yaritza CARNEIRO

Aucun lien d'intérêt

#CNGE2023

www.congrescnge.fr