

**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

Proposition d'activité physique durant la consultation par les médecins généralistes de Haute-Vienne (87)

Travail de thèse du Dr Anna CICHOWLAS

Présenté par le Docteur BUREAU-YNIESTA, Médecin généraliste addictologue, MCA DUMG Limoges

#CNGE2023

www.congrescngc.fr

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*

« La marche est le meilleur remède pour l'homme »

Hippocrate

#CNGE2023

www.congrescnge.fr

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

“ *Tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui requiert une dépense d'énergie. L'activité physique désigne tous les mouvements que l'on effectue notamment dans le cadre des loisirs, sur le lieu de travail ou pour se déplacer d'un endroit à l'autre.* ” OMS

SANTÉ PUBLIQUE

BÉNÉFICES SUR LA SANTÉ



RECOMMANDATIONS OFFICIELLES DE L'OMS : DE 18 À 64 ANS

PRATIQUE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE :

- **A intensité modérée = vélo stationnaire 50 ou 100 W, marche à 5,4 km/h**
au moins **150 à 300** minutes par semaine
 - **A intensité soutenue = course à pieds 7-8 km/h, pompes, saut à la corde**
au moins **75 à 150** minutes par semaine
- exercices de renforcement musculaire 2 fois par semaine.

> 65 ans :
+ travail de l'équilibre
fonctionnel



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

ÉTAT DES LIEUX DE LA PRATIQUE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE EN FRANCE

- 76% ACTIFS
- FACTEURS FAVORISANTS : SEXE (H>F), DIPLÔME
- EFFET CONFINEMENT

INJEP. Baromètre national des pratiques sportives 2020. 2021.

#CNGE2023

www.congrescnge.fr

OBJECTIFS DE L'ÉTUDE

OBJECTIF PRINCIPAL

Étudier la prévalence de la proposition de pratique d'activité physique par les médecins généralistes en Haute-Vienne.

OBJECTIFS SECONDAIRES

- Déterminer quelle activité physique est proposée, sous quelle forme et à quel type de patient.
- Recueillir l'avis des patients.
- Évaluer le suivi par le médecin généraliste.

MATÉRIELS ET MÉTHODES

- Étude épidémiologique, descriptive, transversale
- Auto-questionnaire de 15 questions

CRITÈRES D'INCLUSION

- > 18 ans
- Patient d'un médecin généraliste en Haute-Vienne
- Accepter de participer à l'étude

CRITÈRES D'EXCLUSION

- < 18 ans
- Refus
- Incapacité intellectuelle
- Non compréhension du français

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

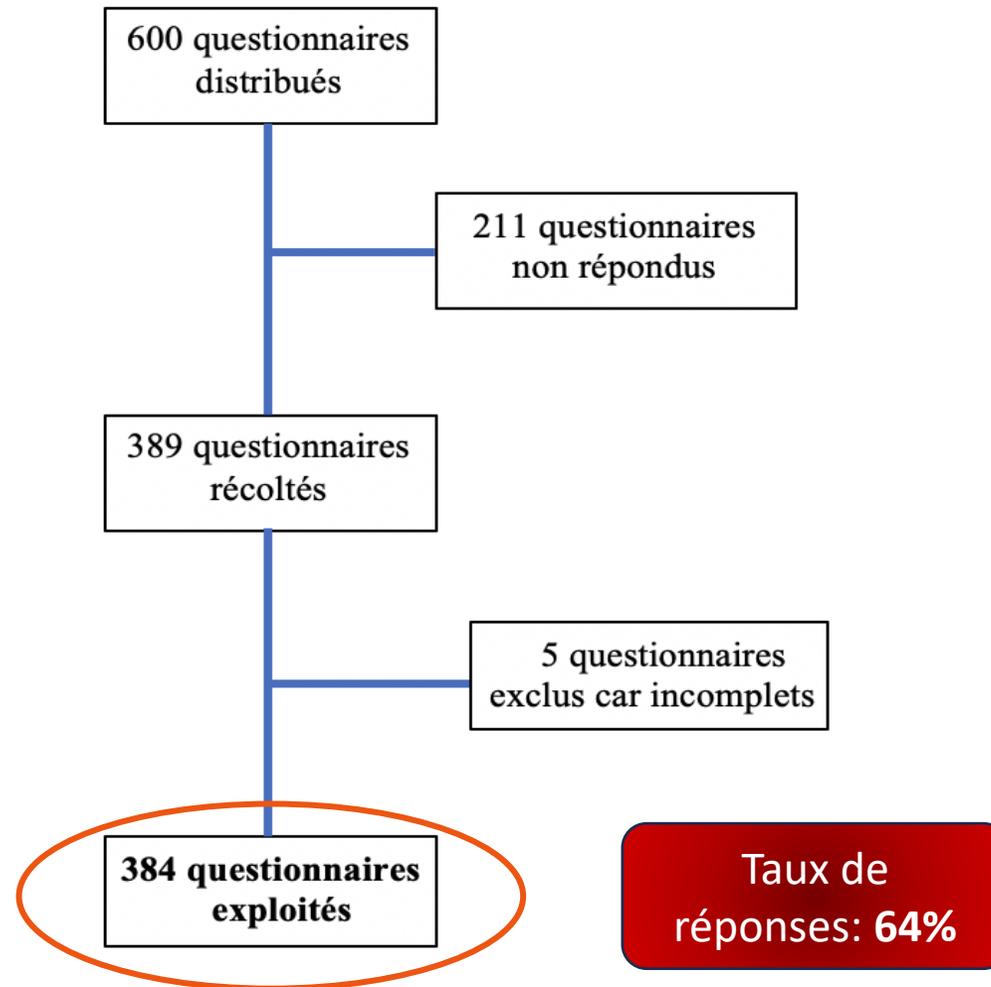
TIRAGE AU SORT À PARTIR
DU SITE DE L'ORDRE

CONTACT DES MÉDECINS
PAR TÉLÉPHONE

DE JUILLET À NOVEMBRE 2021

600 QUESTIONNAIRES
DISTRIBUÉS

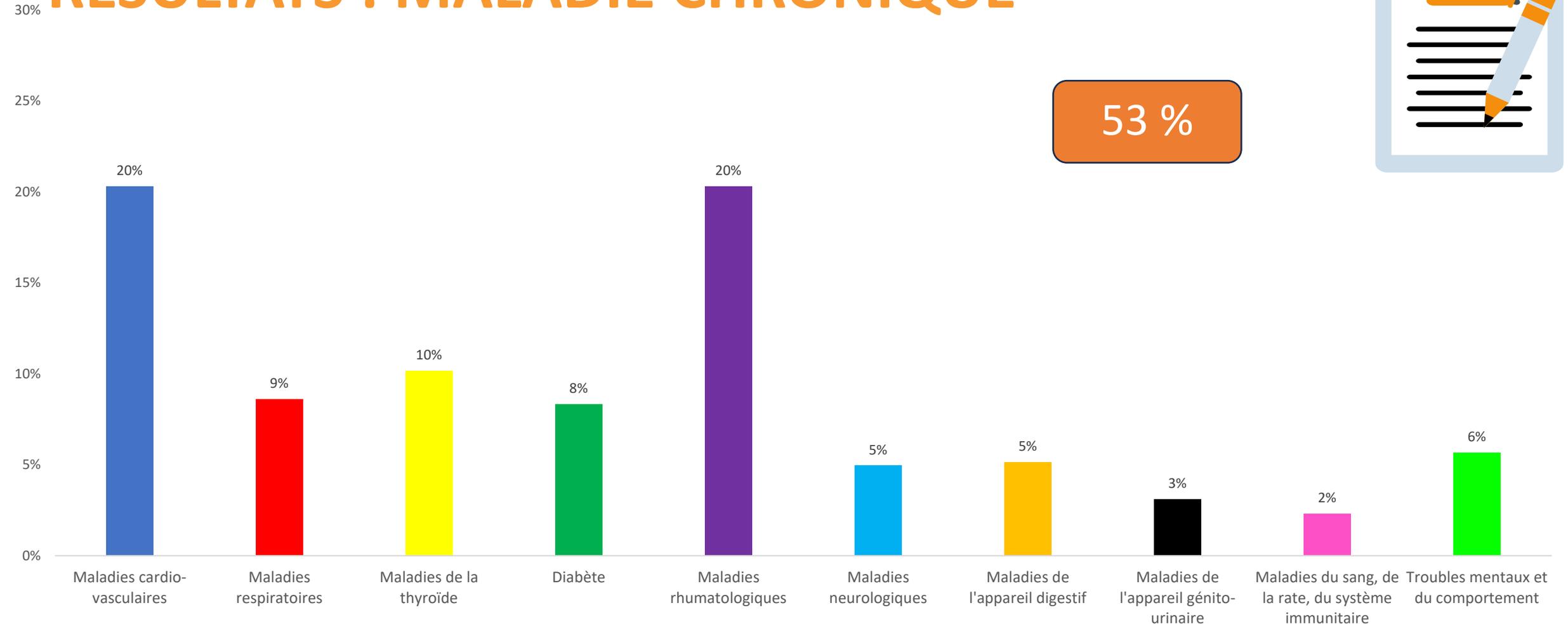
RÉSULTATS



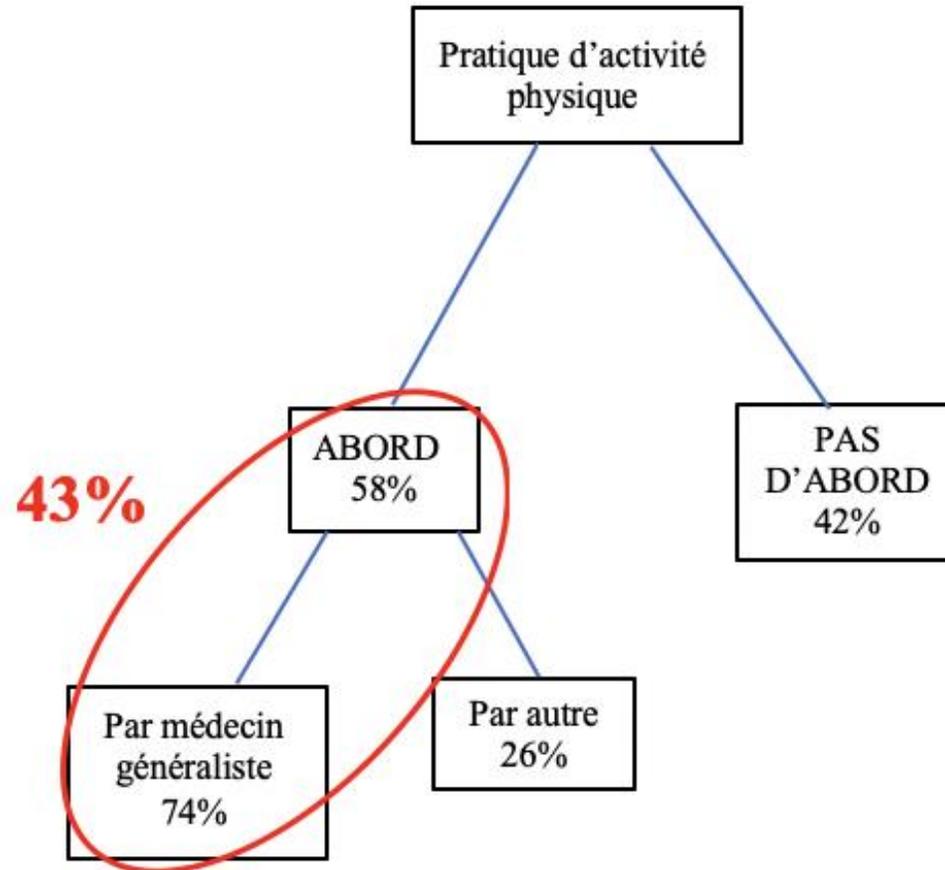
RÉSULTATS : MALADIE CHRONIQUE



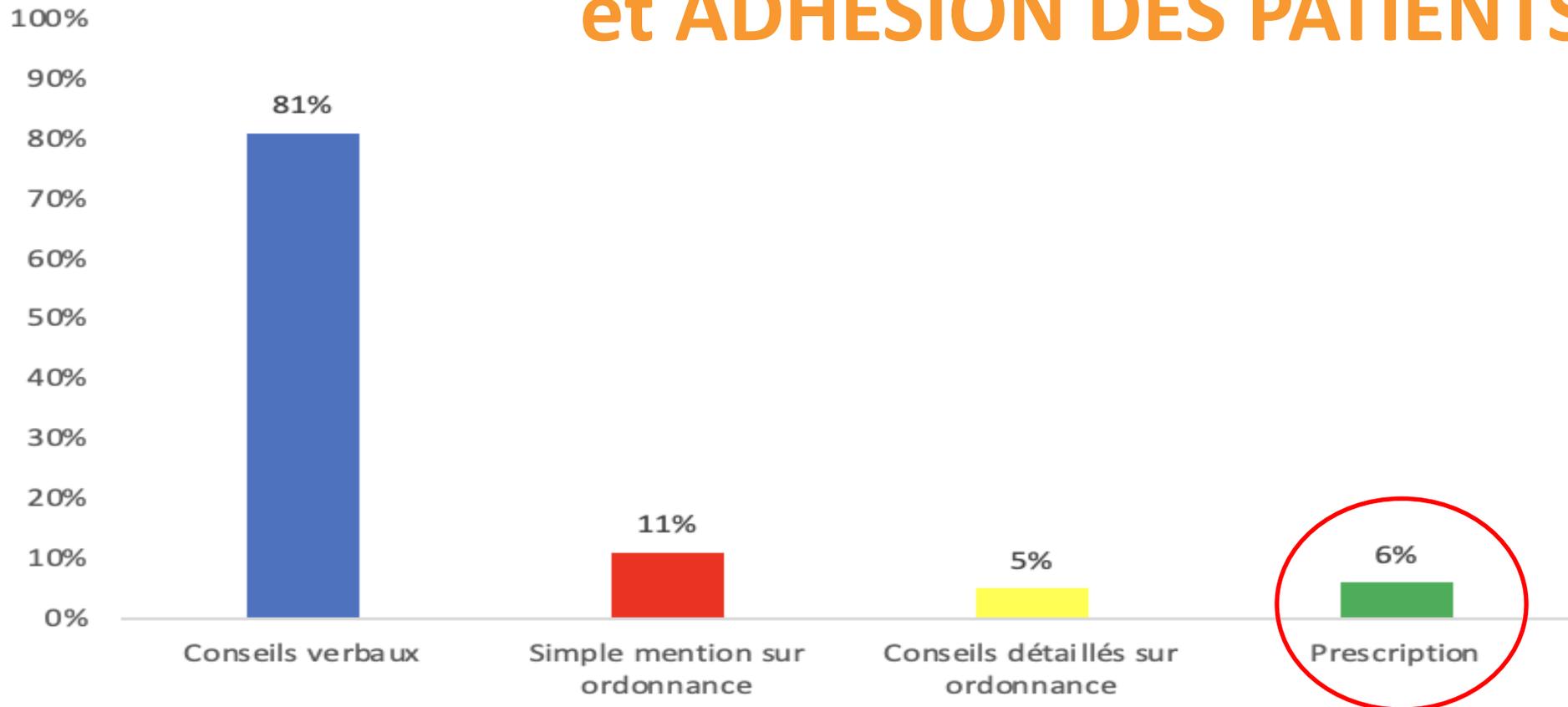
53 %



RÉSULTATS : LA PROPOSITION



RÉSULTATS : LES MODALITÉS DE PROPOSITION et ADHESION DES PATIENTS



77% des patients ont suivi les conseils

60% : activité seule
32% : avec kiné
9% : avec association

Marche ++, activités aquatiques



RÉSULTATS :

- 98% des patients ont apprécié se voir proposer une activité physique par leur médecin traitant
- 59% ont eu un suivi de cette activité par le MG

RÉSULTATS – ANALYSES STATISTIQUES

PROPOSITION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE PAR LE MÉDECIN GÉNÉRALISTE EN FONCTION DE :

	p-value
Âge	<0,001
Sexe	0,84325
IMC	<0,001
Maladie chronique	<0,001
Différents types de maladie chronique	0,77347

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS du CNCGE

Centre des congrès de Lyon

DISCUSSION

FORCES

Thème de santé publique

Point de vue du patient

Tirage au sort Mixité urbain / rural

Questionnaire concis

Anonymat

Taux de participation

Diffusion pendant la pandémie

Questions à choix multiples

Biais de sélection

Biais de mémorisation

LIMITES

DISCUSSION - OBJECTIF PRINCIPAL

- 43% ont bénéficié d'un abord de la pratique d'activité physique par leur médecin généraliste.
- Pourquoi 57% n'ont pas reçu de conseils de leur médecin généraliste ?

CONNAISSANCES
INSUFFISANTES

PRÉVENTION PRIMAIRE AP
= MOINS IMPORTANTE

CONSULTATION
SPÉCIFIQUE ?

PRATIQUE PERSONNELLE
DU MG

DISCUSSION - OBJECTIFS SECONDAIRES

Quel type
d'AP ?



Sous quelle forme ?

- ➔ Conseils verbaux simples ++
- ➔ Les patients ne retiennent qu'une ou deux idées lors d'une consultation

À quel type de patient ?

- Âge : > 55 ans
- IMC : obésité
- Maladie chronique : motivation à aborder le sujet

DISCUSSION - OBJECTIFS SECONDAIRES

Réaction des patients

- Relation de confiance Médecin-Patient
- Adhésion : pas de profil spécifique
- Prise de conscience collective

Rôle du MG

- Celui qui connaît le mieux le patient et ses pathologies = motivation et négociation
⚠ Patient acteur de sa santé

Suivi

- 59% : chronophage, beaucoup de thèmes à aborder, oubli..

23^e CONGRÈS NATIONAL

Exercer
et enseigner
la médecine
générale

CNGE COLLEGE ACADÉMIQUE



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de
Lyon

PERSPECTIVES

MÉDECIN GÉNÉRALISTE
RÔLE PIVOT CENTRAL

ABORDER ET INCITER

RASSURER LE MG
RELATION MEDECIN-MALADE

PASSERELLES SPORT-SANTÉ

CONCLUSION

RÉSULTATS
ENCOURAGEANTS

PRÉSERVATION
QUALITÉ DE VIE

THE LANCET, 2016 :
INACTIVITÉ PHYSIQUE
= COÛT CONSIDÉRABLE

PROPOSITION
QUASI-SYSTÉMATIQUE

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 DE VOTRE ATTENTION



Faculté
de Médecine
Faculté
de Pharmacie



Université
de Limoges

#CNGE2023

www.congrescnge.fr