

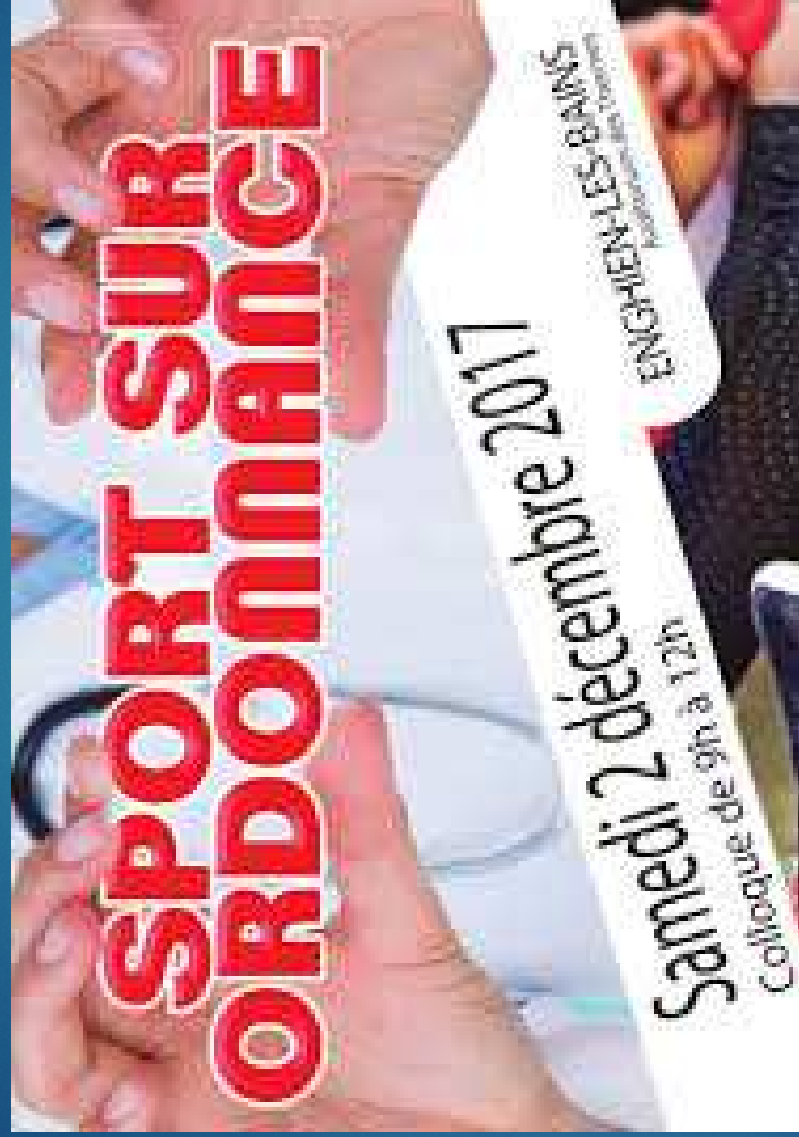




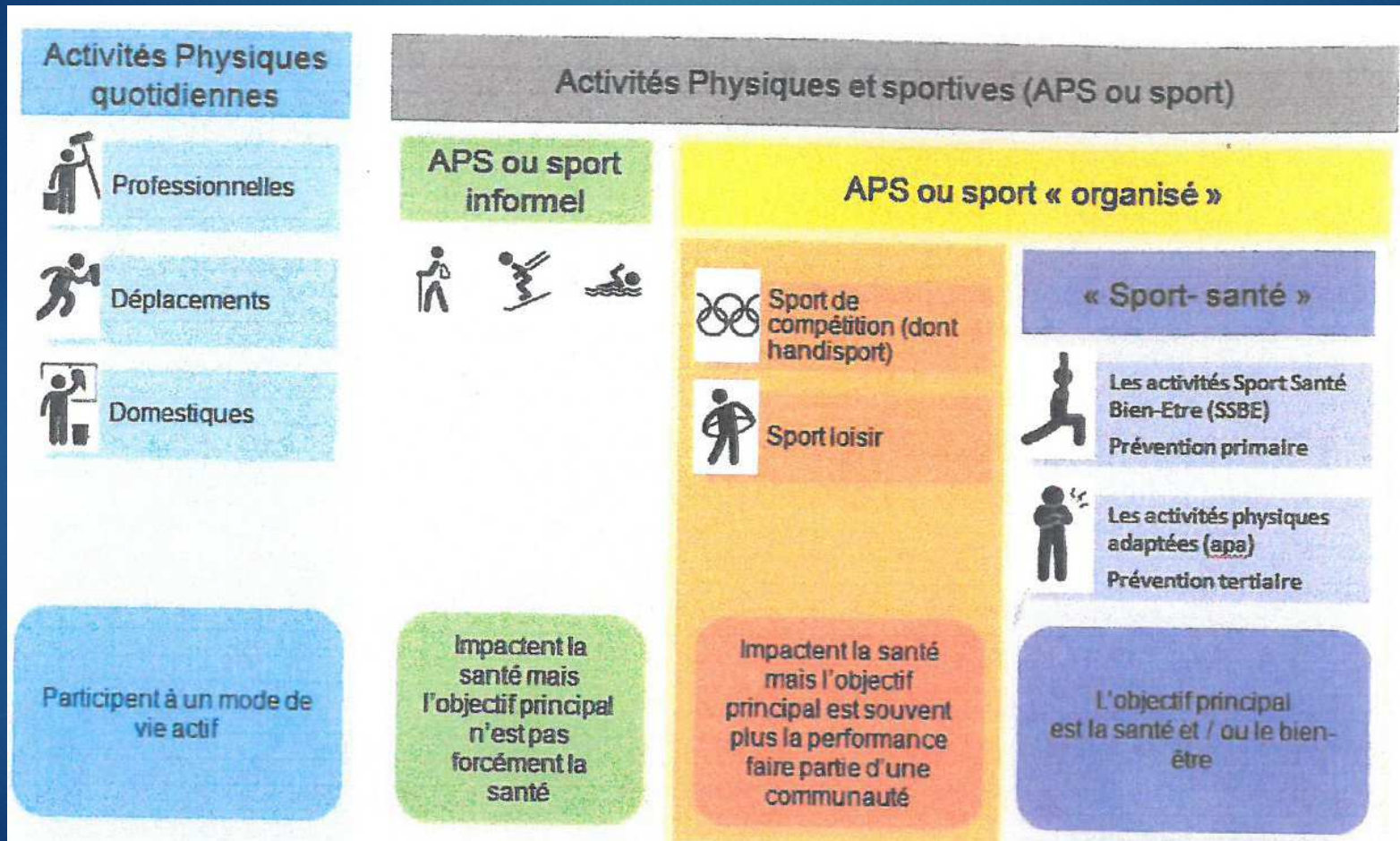
# Le Sport sur ordonnance

DOCTEUR JEAN-MARIE TURGIS

CDOS 95



# APS et APA



# APS et APA

**Objectif**

**Public**

**Activités Sport-Santé  
Bien-Etre (SSBE)**

Préventif et de  
maintien de la santé  
(prévention primaire)

Tous publics

**Activités Physiques  
Adaptées (APA)**

Préventif et thérapeutique  
(prévention  
secondaire et tertiaire)

Personnes atteinte de maladie  
chronique ou présentant  
des facteurs de risque

Senior fragile

En situation de handicap

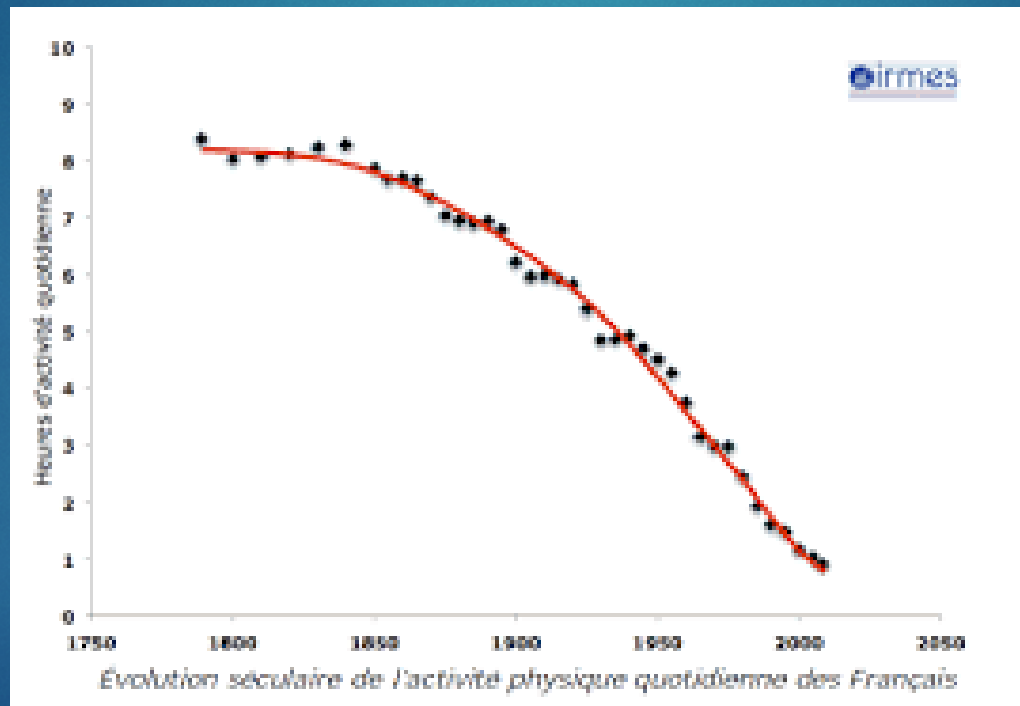
Publics spécifiques  
(femme enceinte,...)

# INSERM 2008

## ► La sédentarité augmente.

- En Île-de-France, seule **14 %** de la population pratique réellement une activité physique.
- La **sédentarité** tue autant que le tabac.
- La **pathologie cancéreuse** augmente mais seulement **12%** des femmes porteuses d'un cancer du sein pratiquent une APS : frein social..
- En 1900 on avait **plus de 10 heures** d'APS par jour dans une France à 80% rurale. En 2017 : 1 heure par jour. Et la population vieillit.
- La pratique sportive recule de **5%** par ans.
  - **L'espérance de vie** des jeunes diminue : 17% des jeunes de moins de 18 ans sont en surpoids !!! 1 adolescent sur 2 sera obèse à l'Age adulte.

# Le drame!



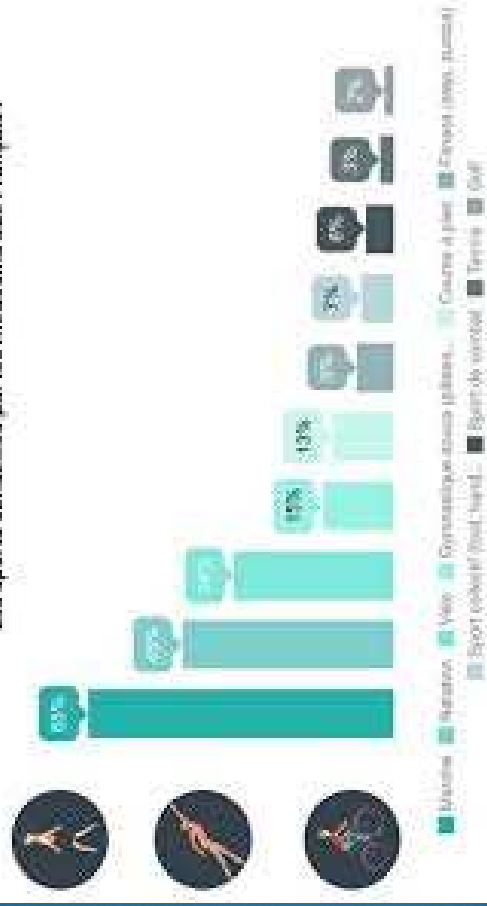
# OCDE

- ▶ Trois critères pour la France :
  - ▶ **longévité** : 83 ans : BIEN
  - ▶ **niveau médical** : BIEN
  - ▶ **prévention** : MAL. Budget pour la prévention primaire, secondaire et tertiaire: 1,9%, Europe : 3%, Finlande et Canada : 6%.
- ▶ On sait que plus la pratique est précoce, plus on transmettra tôt son goût pour les APS et **plus la longévité augmente**.
- ▶ Un **athlète olympique** a une espérance de vie augmentée de 7 ans.

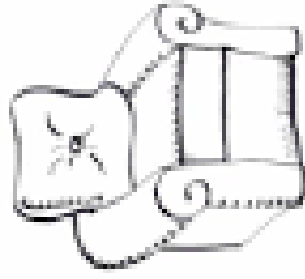
# Conséquences

- ▶ **38%** des Franciliens de plus de 18 ans déclarent souffrir d'une maladie chronique et **10%** sont limités dans leurs activités quotidiennes
- ▶ les effets bénéfiques de la pratique des APS
  - ▶ **endorphines** et **preuves scientifiques** sont mises en évidence, en pathologie CV cf TT HTA, en diabétologie...
  - ▶ **pathologie cancéreuse**
- ▶ **campagnes promotionnelles**
- ▶ De **graves difficultés sanitaires**, sociales et économiques s'annoncent si rien n'est fait

Les sports conseillés par les médecins aux Français 1



Désormais,  
la **première cause de mortalité**  
dans le Monde,  
devant le tabac,  
c'est  
**le manque  
d'activité physique !**



# Les Enjeux de la pratique des APS

## ► • Réduire les AT

- baisser la prescription des **médicaments**,
- prévenir ou retarder l'apparition de certaines **pathologies chroniques** (ALD) parfois même en diminuant la fréquence ou la durée des hospitalisations.

## ► • Permettre la **prise en charge en APA**

- C'est un **pari sur l'avenir** de notre système de protection sociale

# Nos objectifs

- Valoriser le **travail des médecins**
- Augmenter le niveau **d'activité physique**
- Diminuer le temps passé à des **activités sédentaires**
- sont donc des **leviers primordiaux pour l'amélioration de la santé** de la population française.



# Historique

- ▶ **2012** : CNOSF et ministère
- ▶ **La mesure « Sport sur ordonnance »** est adoptée par les députés le 27 novembre 2015 dans le **projet de loi sur la modernisation du système de santé**.
- ▶ Patients en Affection de Longue Durée (ALD): activité sportive adaptée, par leur médecin traitant, **en fonction de la maladie et du lieu de vie avec des clubs labellisés et des éducateurs formés.**

# loi du 26 janvier 2016

- ▶ **Votée à l'unanimité**, elle précise que « **L'activité physique prescrite doit être considérée comme un médicament à part entière** ». Ce qui suppose indications et contre-indications, posologie, avec doses, fréquences, durée du traitement, tolérance et prise en compte des effets secondaires.
- ▶ Les APA sont donc un **vrai médicament** avec cette particularité que plus on pratique, plus on progresse et plus la fatigue diminue.



# décrets d'application

- ▶ 30 décembre 2016 : parution des décrets d'application
- ▶ **Distinction** entre le **sport adapté** et les **actes de rééducation réservés aux professionnels de santé**.
- ▶ L'article 144 de cette loi stipule que « **dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient** »

