

ACTIVITE PHYSIQUE SUR PRESCRIPTION MÉDICALE

Le sport sur ordonnance a récemment fait son apparition dans le paysage législatif, sportif et médical depuis 2016. 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.

"L'activité physique est bonne pour le cœur, le corps et l'esprit. La pratique d'une activité régulière peut prévenir et aider à gérer les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et le cancer, responsables de près des trois quarts des décès dans le monde. L'activité physique peut également réduire les symptômes de dépression et d'anxiété et améliorer la réflexion, l'apprentissage et le bien-être général."

Extrait des LIGNES DIRECTRICES DE L'OMS SUR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET LA SÉDENTARITÉ - © Organisation Mondiale de la Santé

En effet, si 16% de l'ensemble des Français déclarent avoir bénéficié d'une prescription de cette nature, ce taux est nettement majoré chez les personnes en moins bonne santé :

- 22% chez les personnes jugeant leur état de santé comme mauvais ou très mauvais,
- 21% chez celles souffrant d'une maladie chronique ou d'une ALD,
- 30 % des personnes handicapées.

PRESCRIVEZ DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE A VOS PATIENTS ET ORIENTEZ-LES VERS LE DISPOSITIF RÉGIONAL PEPS !

Ce dispositif de Prescription d'Exercices Physiques pour la Santé a été structuré à travers un projet commun porté en Nouvelle-Aquitaine par L'ARS, la DRAJES et le Conseil Régional. Il s'inscrit dans la démarche globale de construction de la Stratégie Régionale Sport Santé Bien-Etre.

Qui prescrit ?

Généraliste ou spécialiste, tout médecin peut prescrire de l'activité physique sans formation complémentaire.

A qui cela s'adresse ?

Personne porteuse d'une pathologie chronique en ALD ou non
Personne sédentaire et/ou inactive

Comment orienter votre patient dans le dispositif ?

1 : Prescrivez de l'activité physique en vous servant du modèle d'ordonnance mis à votre disposition. (téléchargeable sur www.peps-na.fr dans la rubrique "médecins")

2 : Adressez votre patient au coordinateur PEPS de la Vienne :

Thomas CHASSIN : 07 71 64 84 44 - thomas.chassin@sportsante86.fr

Ou le Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC) : 0 809 109 109

3 : Votre patient est alors pris en charge par le coordinateur et orienté vers une pratique adaptée.

4 : Vous recevez régulièrement un retour sur son évolution.

