

## Déroulé pédagogique

### Quand prescrire l'APA devient facile.

#### Chez les patients présentant des facteurs de risques de maladies cardio-vasculaires (diabète de type 2et/ou obésité et/ou HTA)

*Fiche de cadrage n°16 : Déploiement de l'activité physique adaptée (APA) DPC 2023-2025.*

*Volet 1 : A destination des médecins prescripteurs*

#### **Concepteurs :**

- Aurélie GIRARD, masseur-kinésithérapeute DE, Master 2 Sciences de l'éducation, formatrice en IFMK, en centres hospitaliers et entreprises, formatrice en prévention / éducation à la santé.
- Nicolas PASIAN, Médecin généraliste, Médecin du sport, fondateur de Sportez-vous bien.

#### **Professionnels cible de la formation :**

Médecins généralistes.

Modalités d'exercice : Tous

#### Abréviations :

AP = activités physiques

APA = activités physiques adaptées

HTA = hypertension artérielle

RCV = risque cardio-vasculaire

#### **Descriptif / Contexte**

Les bienfaits de l'activité physique (AP) sur la santé sont aujourd'hui connus et validés. De nombreuses revues de littérature en France et à l'étranger en témoignent. Toute augmentation d'une AP, si elle est régulière, améliore la condition physique, l'autonomie, l'état de santé et la qualité de vie de la personne. Les effets délétères de la sédentarité sont aussi bien démontrés. Les bénéfices de l'AP sont largement supérieurs aux risques encourus pour la plupart des individus.

Dans cette dynamique, la loi n°2022-296 du 02 mars 2022 ouvre la prescription d'activités physiques adaptées (APA) à l'ensemble des médecins, à destination des personnes atteintes de maladies chroniques, présentant des facteurs de risques ou en perte d'autonomie et concernées par les affections longue durée (ALD).

L'obésité (toutes régions et tous âges confondus), les patients présentant de l'hypertension artérielle (HTA) et / ou du diabète de type 2 sont en augmentation constante ; et cette croissance s'accélère ces dernières années. Ils constituent des facteurs de risques de maladies cardio-vasculaires (RCV), qui sont la seconde cause de décès en France derrière les pathologies cancéreuses (23.77% en 2017. Données Ameli). Ceux-ci constituent donc un enjeu de santé publique.

Les maladies cardio-vasculaires présentent des facteurs de risque sur lesquels on ne peut pas agir (âge, sexe, antécédents familiaux) et d'autres sur lesquels on peut avoir une action, dont l'obésité, l'HTA et le diabète de type 2. La prévention de ces trois éléments a un point commun : une activité physique régulière.

La Haute Autorité de santé (HAS), aidée d'autres sociétés savantes telles que l'OMS, a élaboré et publié deux guides de recommandations de bonnes pratiques pour aider à la prescription des APA et à lever certains freins. Celui à destination des médecins permet :

- D'apporter des connaissances concernant l'AP,
- De se défaire des craintes vis-à-vis des risques d'évènements cardio-vasculaires graves liés à la pratique d'AP,
- De faire des recommandations quant aux modalités de consultation et de prescription,
- D'établir des parcours de santé structurés pluriprofessionnels,
- D'améliorer possiblement les prises en charge financières des APA.

La prescription médicale écrite est par ailleurs un facteur déterminant de motivation et d'adhésion, et conduit la personne vers un changement de comportement plus actif.

Le développement de la prescription médicale d'APA s'inscrit donc pleinement dans la politique de santé publique. L'objectif est de renforcer les savoirs, savoir-faire et savoir-être en matière d'activités physiques pour les médecins, les professionnels de santé et les patients, d'en déployer les pratiques et de les rendre accessible à tous.

### ***Objec fs***

L'objectif principal est d'améliorer les connaissances et les pratiques des médecins prescripteurs dans le domaine des activités physiques adaptées afin d'en faciliter la prescription médicale.

Les patients présentant des facteurs de risque de maladies cardio-vasculaires (tels que diabète de type 2 / HTA / obésité) pourront ainsi être orientés de manière optimale et en toute sécurité vers les professionnels adéquats afin de prévenir la survenue de pathologies chroniques. C'est un enjeu central pour le maintien de l'autonomie, pour tous et surtout pour les personnes âgées.

### **La formation permettra à chaque apprenant de :**

- *Questionner, mesurer et améliorer sa pratique* grâce à l'audit clinique initial et final.
- *Identifier et repérer* les patients concernés.
- *Mieux connaître* les APA et AP (enjeux, principes, contre-indications, acteurs, prise en charge).
- *Mener* une consultation médicale en rapport avec l'APA.
- *Prescrire et renouveler* de manière optimale les APA.
- *Améliorer la santé* des personnes de manière générale.

**Contenu :**

L'enseignement s'articulera en 5 parties, divisées en 12 modules de formation.

Cette formation est développée en programme intégré : formation continue et évaluation des pratiques professionnelles.

La première partie débute par une évaluation des pratiques professionnelles sous la forme d'audit clinique. Il s'agit d'une confrontation autonome qui permet d'observer les écarts entre la pratique réelle et la pratique attendue ou recommandée, à partir de critères d'évaluation. Chaque apprenant devra donc sélectionner dix dossiers médicaux de sa patientèle en fonction de critères détaillés sur la grille d'audit en annexe.

C'est cette première analyse qui permettra au médecin prescripteur de sélectionner, en autonomie, plusieurs actions à mettre en place dans l'exercice de sa pratique et donc son plan d'améliorations.

La formation se compose ensuite de trois parties de formation continue, elles-mêmes découpées en modules suivis d'évaluations formatives pour ancrer les connaissances acquises par l'apprenant.

La dernière partie de la formation traitera de la réévaluation des pratiques professionnelles afin d'observer l'impact des mesures d'amélioration mises en place par l'apprenant, grâce à la grille d'audit soumise en début de formation. L'apprenant devra donc sélectionner à nouveau dix dossiers médicaux sur la base des mêmes critères définis sur la grille d'audit en annexe.

Les résultats sont analysés automatiquement permettant au médecin prescripteur de cibler le ou les critères d'évaluation sur lesquels il doit encore s'améliorer.

Afin d'accompagner au mieux les apprenants dans la traçabilité de leurs actions d'amélioration, nous leur mettons à disposition de manière facultative la possibilité de réévaluer leurs pratiques professionnelles de 6 à 12 mois après la fin de la formation.

Enfin, un forum est à disposition permanente des apprenants, permettant toute interaction entre eux mais aussi avec le formateur afin de discuter utilement des écarts de pratiques observés. Une messagerie est aussi disponible pour des échanges privés entre formateur et apprenant.

Évaluation des pratiques professionnelles (EPP) et formation continue ont comme finalité commune de faire évoluer la pratique pour améliorer la qualité et la sécurité des soins. La formation continue et l'EPP adoptent des approches complémentaires.

Articuler activités de formation et processus d'EPP représente une évolution pédagogique de la formation en santé qui invite à porter, dans un premier temps, un regard neuf sur le processus d'évaluation en contexte de formation, et dans un deuxième temps, à interroger le sens de l'évaluation dans une perspective d'amélioration des pratiques professionnelles en santé.

La durée totale de la formation est estimée à 7 heures.

## **SOMMAIRE DE LA FORMATION**

### **A. PARTIE A : Evaluation des pratiques professionnelles : Audit clinique**

Module 1 : Description de l'audit clinique, critères de sélection des dossiers patients et réponses des apprenants.

Module 2 : Mesure et analyse des écarts : sélection d'actions correctives et construction du plan d'amélioration.

### **B. PARTIE B : Actualisation et renforcement des connaissances théoriques et règlementaires sur les facteurs de risque de maladies et les activités physiques adaptées (APA).**

Module 1 : Qui est concerné par la prescription d'APA ?

Module 2 : Les activités physiques adaptées (APA) : Quoi ? Pourquoi ? Comment ?

Module 3 : Qui encadre les APA ?

Module 4 : Qui prend en charge les APA ?

### **C. PARTIE C : La conduite de la consultation médicale d'APA**

Module 1 : Repérage dans la patientèle

Module 2 : L'évaluation médicale minimale

Module 3 : La consultation médicale d'activité physique

### **D. PARTIE D : La rédaction de la prescription médicale d'APA**

Module 1 : Modalités de la prescription médicale d'APA

Module 2 : Renouvellement de la prescription et suivi

### **E. PARTIE E : Evaluation d'un changement de pratiques et réévaluation des pratiques professionnelles par l'audit clinique**

Module : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

## DETAILS DE LA FORMATION

### A. PARTIE A : Evaluation des pratiques professionnelles : Audit clinique

#### **Module 1 : Description de l'audit clinique, critères de sélection des dossiers patients et réponses des apprenants.**

*Objectifs* : Evaluer sa pratique sur la base d'une grille d'audit et de dossiers patients sélectionnés en fonction de critères précis.

*Contenu* : Grille d'audit composée de 10 critères d'évaluation. Le niveau d'atteinte de chaque critère d'évaluation est calculé à partir de données cliniques recueillies de façon **rétrospective**, par analyse des dossiers des patients. 10 dossiers minimum doivent être pris en compte.

*Durée* : 90 minutes

#### **Module 2 : Mesure et analyse des écarts : sélection d'actions correctives et construction du plan d'amélioration.**

*Objectifs* : Visualiser et analyser les écarts constatés entre la pratique réelle et la pratique attendue ou recommandée. Mettre en place des actions d'amélioration.

*Contenu* : Identification des différentes causes des écarts : professionnelle, institutionnelle, organisationnelle, personnelle. Définition des actions d'amélioration en fonction de l'importance des écarts et de la nature des actions à mettre en œuvre, accompagnées de leur date de mise en place. Les actions pourront être de nature organisationnelle, informative, formative, matérielle.

*Durée* : 60 minutes

### B. PARTIE B : Actualisation et renforcement des connaissances théoriques et réglementaires sur les facteurs de risque de maladies et les activités physiques adaptées (APA).

La politique de santé publique, depuis les années 2000, vise à démocratiser le sport en France pour toute la population. Le déploiement des activités physiques est un des axes de plusieurs plans nationaux de santé. Ainsi, la loi n°2022-296 du 02 mars 2022 prévoit une liste des maladies chroniques, des facteurs de risques et des situations de perte d'autonomie ouvrant droit à la prescription d'activités physiques adaptées (APA). Son objectif est d'utiliser le potentiel des cabinets médicaux de ville pour atteindre les personnes souffrant de maladies chroniques ou présentant des facteurs de risque de maladie cardio-vasculaire.

Dans ce cadre, il est nécessaire de renforcer les connaissances des médecins sur les APA, leurs modalités administratives et réglementaires nécessaire à leur mise en place, quelque soit le cadre d'exercice de ceux-ci.

#### **Module 1 : Qui est concerné par la prescription d'APA ?**

*Objectif* : Identifier et repérer les patients concernés, présentant des facteurs de risque cardio-vasculaire (obésité et/ou HTA et/ou diabète de type 2).

*Contenu* :

- Repérage des patients atteints d'obésité et/ou d'HTA et/ou de diabète de type 2.
- Lien entre ces 3 facteurs de risque cardio-vasculaire.
- Les patients atteints de maladies chroniques et patients entrant dans le cadre d'une pathologie en ALD (ALD 30-31-32)

*Durée* : 15 minutes

*Format* : Diaporama dynamique

## **Module 2 : Les activités physiques adaptées (APA) : Quoi ? Pourquoi ? Comment ?**

*Objectif* : Mieux connaître les APA.

*Contenu* :

- Définition de l'APA
- Les enjeux relatifs à la mise en place des APA
- Niveaux d'intervention et cadre réglementaire
- Les principes d'un programme d'APA
- Règles de prudence et contre-indications

*Durée* : 20 minutes

*Format* : Diaporama dynamique

## **Module 3 : Qui encadre les APA ?**

*Objectif* : Savoir vers qui orienter les patients concernés par la prescription des APA.

*Contenu* :

- Les professionnels habilités
- Les missions et les rôles d'un professionnel APA

*Durée* : 15 minutes

*Format* : Diaporama dynamique

## **Module 4 : Qui prend en charge les APA ?**

*Objectif* : Comprendre les mécanismes actuels de prise en charge des APA.

*Contenu* :

- La prise en charge financière des programmes APA

*Durée* : 10 minutes

*Format* : Diaporama dynamique

### **C. PARTIE C : La conduite de la consultation médicale d'APA**

La consultation médicale est un préalable indispensable à la prescription des APA. Par définition, c'est une rencontre entre un médecin et son patient, où le médecin donne un avis éclairé sur un problème de santé ressenti. Il établit un diagnostic, prescrit un traitement et donne des conseils. Dans le cadre de la pratique de certains sports, un certificat médical est obligatoire car les risques encourus justifient un état de santé adapté. Dans le cadre des activités physiques adaptées, la consultation médicale a pour but de dépister les risques auxquels le patient s'expose, dont les risques cardio-vasculaires. Elle permet d'orienter le patient vers des examens complémentaires ou une consultation spécialiste adaptés. Les patients concernés sont ainsi incités à pratiquer avec des professionnels experts des activités physiques, en toute sécurité, de manière progressive et adaptée à leur cas singulier.

#### **Module 1 : Repérage en patientèle**

*Objectif* : Repérer dans sa patientèle les personnes à risque cardio-vasculaire pour l'activité physique.

*Contenu* :

- Auto-questionnaire sur l'aptitude à l'activité physique.
- Repérage des patients « symptomatiques » et « asymptomatiques ».

*Durée* : 10 minutes

*Format* : Diaporama dynamique

#### **Module 2 : L'évaluation médicale minimale**

*Objectif* : Mener une évaluation médicale minimale.

*Contenu* :

- Les conditions d'une évaluation médicale minimale
- Eléments de l'évaluation médicale minimale.
- Conduites à tenir après l'évaluation médicale minimale.

*Durée* : 35 minutes

*Format* : Diaporama dynamique

#### **Module 3 : La consultation médicale d'activité physique**

*Objectif* : Mener la consultation médicale d'activité physique.

*Contenu* :

- Interrogatoire, contre-indications et limitations à l'AP
- Evaluation du niveau de risque cardio-vasculaire (RCV) du patient
- L'examen physique
- La condition physique
- L'entretien de motivation

*Durée* : 35 minutes

*Format : Diaporama dynamique*

#### **D. PARTIE D : La rédaction de la prescription médicale d'APA**

Une prescription médicale est un point de rencontre entre le médecin, le pharmacien, le patient et les organismes de remboursement ; les contraintes de l'ordonnance sont donc liées à chacun de ces acteurs. Une prescription médicale ne peut être réalisée qu'après examen clinique (ou téléconsultation). Le médecin la formule avec toute la clarté indispensable, s'assure de la compréhension par le patient et son entourage, et s'efforce d'en obtenir la bonne exécution. Un certain nombre de mentions sont obligatoires, et d'autres autorisées sur les ordonnances. Une prescription d'APA rédigée de manière optimale permet ainsi de mieux orienter et, par la suite, prendre en charge le patient par les professionnels les plus appropriés à sa situation spécifique.

##### **Module 1 : Modalités de la prescription d'APA**

*Objectif : Connaître les éléments à indiquer sur la prescription médicale d'APA.*

*Contenu :*

- Les niveaux de prescription : AP, APA.
- Principes de prescription.
- Conditions pour prescrire l'APA.

*Durée : 20 minutes*

*Format : Diaporama dynamique*

##### **Module 2 : Renouvellement de la prescription et suivi**

*Objectif : Connaître les modalités de renouvellement de la prescription et le suivi du patient.*

*Contenu :*

- Conditions d'arrêt d'un programme APA.
- Conditions de renouvellement.
- Le suivi médical de la prescription d'APA.

*Durée : 20 minutes*

*Format : Diaporama dynamique*

#### **E. PARTIE E : Evaluation d'un changement de pratiques et réévaluation des pratiques professionnelles par l'audit clinique**

##### **Module : Réévaluation des pratiques professionnelles : Audit clinique**

*Objectif : Réévaluer sa pratique. Suivre l'impact des mesures d'amélioration.*

*Contenu : Réévaluation des pratiques sur la base des mêmes critères d'évaluation et des mêmes modalités qu'à l'audit initial sur 10 dossiers **rétrospectifs**. Les apprenants n'auront accès à cet audit*

**seulement 3 mois**, au plus tôt, après avoir complété **le dernier module de formation continue**. Cette réévaluation permet de suivre l'efficacité des actions d'amélioration des pratiques mises en œuvre.

*Durée : 90 minutes.*