

Prescri'Forme, ou l'application de Sport sur Ordonnance en Ile de France

L'activité physique, c'est bon pour la santé !

Voilà une affirmation qu'il n'est plus besoin de démontrer tant la littérature médicale abonde sur ce sujet, et notamment sur ses effets bénéfiques dans le cadre des maladies chroniques. Et pourtant...il existe de nombreux freins à la pratique. La culture du "repos" en cas de problème de santé est encore bien ancrée dans notre société, y compris dans la tête de nombreux médecins. La méconnaissance des pratiques adaptées, la peur de se blesser, de s'essouffler, d'avoir un problème cardiaque sont des causes majeures de recul devant l'activité physique. De même, l'absence de motivation en contexte de sédentarité est bien établie....

L'amendement 917 du 27 mars 2015, dit "amendement Fourneyron", écrit sous l'impulsion de Valérie Fourneyron alors Ministre des Sports, prévoit la possibilité de prescrire de l'activité physique par le médecin traitant. En janvier 2016 paraissait la loi "Sport sur ordonnance" suivie en décembre 2016 du décret d'application et en mars 2017 de l'instruction interministérielle guidant les conditions de prescription et de délivrance de l'activité physique.

Au niveau de l'Ile-de-France, la Direction Régionale Jeunesse et Sport (DRJSCS) et l'Agence Régionale de Santé (ARS) se sont unies pour mettre en place un dispositif francilien répondant à la loi. Qu'en est-il exactement ?

Ce qu'il faut retenir de "Sport sur Ordonnance"

La loi donne "la possibilité pour le **médecin traitant de prescrire une activité physique aux patients en Affection de Longue Durée (ALD), adaptée à la gravité de leur pathologie, à leurs capacités physiques au sens des capacités fonctionnelles (c'est-à-dire locomotrices, sensorielles et cognitives) et au risque médical encouru.**"

Les mots de la loi sont importants, permettons-nous ici une analyse rapide :

- **Médecin traitant** : celui qui connaît son patient, ses antécédents, ses goûts, sa vie, son temps, son entourage...Tous les facteurs qui peuvent favoriser ou freiner la mise en place d'une activité régulière. Problème, la loi semble exclure d'autres praticiens, notamment spécialistes, qui parfois sont de fervents défenseurs de l'activité physique dans leur domaine de compétences, et pourraient être d'excellents prescripteurs...
- **Prescription** : comme un médicament ! Seul hic, ce médicament sera non remboursable.
- **Patients : en ALD**. Parfait, toutes les maladies chroniques peuvent tirer bénéfice de l'activité physique. Mais quid d'autres pathologies non ALD comme l'hypertension artérielle et l'obésité, mais facteurs de risque majeur de développer des maladies cardiovasculaires, et pour lesquelles l'activité physique se montre très bénéfique?
- **Activité physique adaptée** : Il est important de noter qu'ici on ne parle pas de sport, mais bien d'activité physique, sans objectif de performance, dont la seule règle est l'adaptation aux capacités et aux problèmes médicaux du patient, en prenant notamment en compte le risque médical.

L'instruction interministérielle propose aux médecins un guide d'évaluation du patient. Le patient pourra être catégorisé non pas par pathologie, mais en "phénotypes fonctionnels", l'analyse des fonctions locomotrices, cérébrales et sensorielles permettant de déterminer un degré de limitation fonctionnelle globale. Ainsi, le patient sera considéré comme ayant une limitation fonctionnelle nulle, minime, modérée ou sévère.

Deux outils, proposés par la Haute Autorité de Santé (HAS), et par le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF) permettront au médecin d'affiner son évaluation et sa prescription :

- **Les recommandations de la haute autorité de santé (HAS)** : Guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes
- **Le Médicosport-santé, dit "Vidal du sport"** outil recensant les activités physiques adaptées proposées par les fédérations sportives dans le cadre du sport santé, rédigé sous l'égide du CNOSF.

Enfin, l'instruction propose un **guide de compétences** nécessaires pour les professionnels délivrant le médicament « Activité physique ».

Un tableau résume le type d'intervenant pour chaque phénotype fonctionnel :

- Les professionnels de santé plutôt pour les patients à limitation sévère
- Les professionnels du sport pour les patients à limitation nulle, minime et modérée.
- A noter, les Enseignants en Activité Physique Adaptée (EAPA) peuvent en théorie prendre en charge tout type de limitations, mais avec une pertinence soulignée pour les patients à limitation modérée.

DOMAINES D'INTERVENTION PREFERENTIELS DES DIFFERENTS METIERS				
Limitations Métiers	Aucune limitation	Limitation minime	Limitation modérée	Limitation sévère
Masseurs Kinésithérapeutes	+/-	+	++	+++
Ergothérapeutes et psychomotriciens <small>(dans leur champ de compétences respectif)</small>	(si besoin déterminé)	(si besoin déterminé)	++	+++
Enseignants en APA	+/-	++	+++	++
Educateurs sportifs	+++	+++	+	non concernés
Titulaires d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de qualification professionnelle inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+ ¹	non concernés
Titulaires d'un diplôme fédéral inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+ ¹	non concernés

TABLEAU 1 : DOMAINES D'INTERVENTIONS DES DIFFÉRENTS PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ ET DU SPORT

¹ Concernés à la condition d'intervenir dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire

Le dispositif Prescri'Forme

Prescri'Forme est une initiative conjointe de la DRJSCS et de l'ARS dont le but est de répondre à la loi "Sport sur ordonnance" en Île-de-France.

Prescri'Forme propose cependant **deux modifications** par rapport à la loi :

- le médecin traitant ne sera pas seul prescripteur d'activité physique, les **médecins spécialistes et médecins hospitaliers** pourront aussi participer à cette prescription.
- L'**obésité** et l'**hypertension artérielle**, deux pathologies non ALD, seront aussi prises en compte dans le dispositif.

Prescri'Forme, c'est :

- Des centres de référence ressource
- Des programmes passerelles
- Des clubs certifiés « Prescri'Forme »
- Des clubs référencés
- Un site internet
- Des outils d'évaluation et de communication

Les centres de références ressources, ont une **mission d'expertise en évaluation et en prescription** d'activité physique. Ils ont aussi un rôle **de coordination de réseau**, en partenariat avec les DDCCS (Directions Départementales Cohésion Sociale), les DTARS (Directions Territoriales de l'Agence Régionale de Santé), les CDOS (Comité Départementaux Olympiques Sportifs). L'objectif est ici de développer le réseau de prescripteurs ainsi que le réseau de clubs Sport Santé. Les centres de références proposent une **plateforme téléphonique** destinée à aider les médecins traitants désireux de prescrire.

Les programmes passerelles sont des programmes courts de réadaptation à l'effort, 1 à 3 séances par semaine sur 3 à 6 mois, dont le but est de **reconditionner les patients sédentarisés en sécurité**, et aussi de **redonner goût à l'activité physique** et d'en faire ressentir les bienfaits.

Les clubs certifiés Prescri'Forme auront pour mission de prendre en charge les patients soit à l'issue d'un programme passerelle, soit directement. Pour être certifié, un club doit justifier d'une **expérience sport santé, et avoir des éducateurs formés** (APA, différents compléments de formation sport santé délivrés par une fédération sportive ou délivrée par le CROSIF ou les CDOS). Le club certifié **s'engage à évaluer et réévaluer** les pratiquants et à transmettre les informations au médecin prescripteur via le carnet de suivi Prescri'Forme. Il s'engage aussi à **figurer sur le site internet dédié**

(C'est aussi le lieu de l'inscription) : <http://www.lasanteparlesport.fr/inscriptions/structures-sportives>.

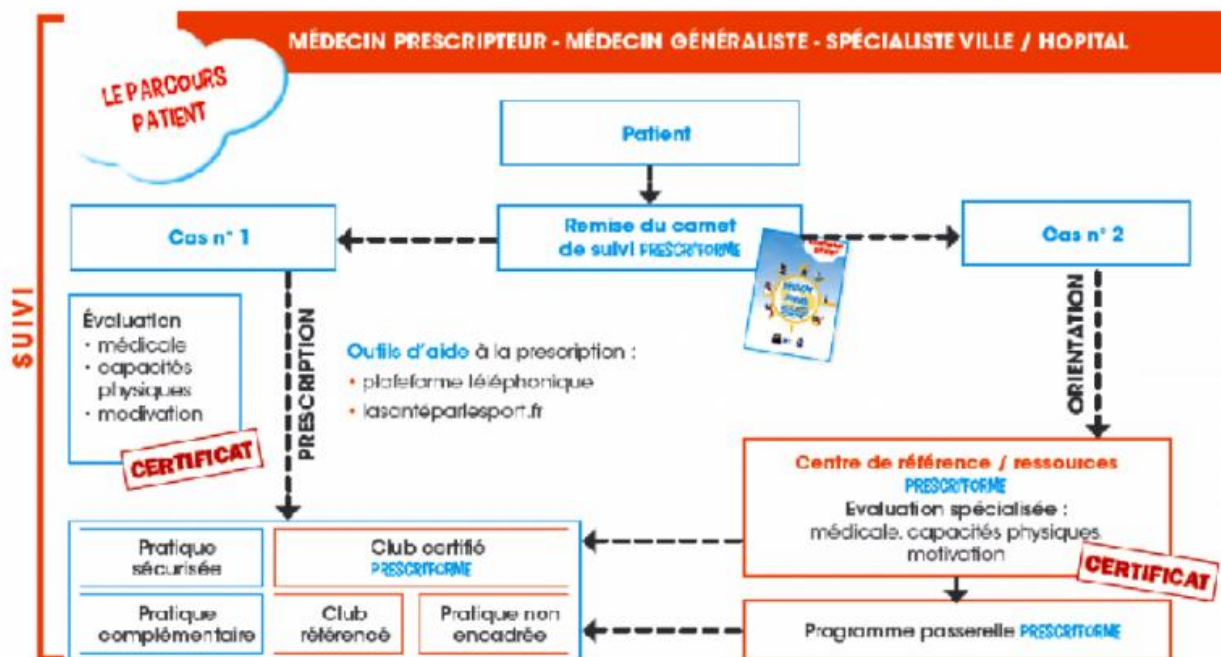
Certains clubs peuvent adhérer à la démarche mais ne pas disposer des critères pour se certifier, ils peuvent néanmoins apparaître comme **clubs référencés** sur le site.

Le site internet [La santé par le sport](#) permet au médecin d'aider le patient à trouver un site de pratique sécurisé. Il recense aujourd'hui 160 clubs certifiés en Ile de France et plus de 1100 clubs référencés. Il recense aussi les Centres de Référence Ressources, les sites de pratique libre, ainsi que les programmes passerelles.

Enfin, Prescri'Forme propose un **carnet de suivi**, outil de transmission entre santé et sport. Celui-ci intègre un formulaire de prescription et un certificat d'absence de contre-indication à usage du médecin, des outils d'évaluation pour l'éducateur sportif, et un agenda de pratique « motivationnel » pour le pratiquant.

Enfin, Prescri'Forme propose un carnet de suivi, outil de transmission entre santé et sport. Celui-ci intègre un formulaire de prescription et un certificat d'absence de contre-indication à usage du médecin, des outils d'évaluation pour l'éducateur sportif, et un agenda de pratique « motivationnel » pour le pratiquant.

Ainsi, Prescri'Forme met en place un cadre favorisant l'implication des médecins traitants et proposant un parcours patient cohérent.



Parcours patient : 2 cas

- Cas n°1 : Médecin traitant impliqué dans la prescription et patient « simple »
- Cas N°2 : Patient complexe, passage par centre de référence ressources

Pour joindre le Centre de Référence 94, prescriforme94@chiv.fr.

Eric MEINADIER

Médecin du sport, Praticien Hospitalier au Centre Hospitalier intercommunal de Villeneuve Saint Georges, responsable du Centre de Référence Ressources Prescri'Forme 94, Médecin référent du pôle sport de la DDCS75, Médecin coordonnateur de la surveillance médicale réglementaire à la Fédération Française de Cyclisme.