

SPORT SUR ORDONNANCE pour qui, avec qui, comment ?

Le sport et la santé sont des thèmes qui sont chers à nos législateurs/trices en témoignent les récentes évolutions du certificat médical qui ont fait l'objet d'une étude approfondie dans nos colonnes (octobre et novembre 2016). Autre mesure phare de la Loi de modernisation de notre système de santé du 26 janvier 2016, «le sport sur ordonnance» permet aux patient-es atteint-es d'une affection de longue durée de pouvoir se faire prescrire une activité sportive adaptée par leur médecin traitant. À l'occasion de la parution du décret d'application le 30 décembre dernier (qui entrera en vigueur au 1^{er} mars 2017), étudions les contours de ce dispositif qui est par ailleurs déjà appliqué à titre expérimental dans certaines municipalités (comme à Strasbourg depuis fin 2012).

Affection de longue durée

L'article L.1172 du Code de la santé publique précise que le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée aux personnes atteintes «d'une affection de longue durée». Il s'agit d'une maladie dont la gravité ou le caractère chronique entraîne un traitement prolongé. L'article D.322-1 du Code de la Sécurité sociale précise la liste de ces affections parmi lesquelles se trouvent notamment : les accidents vasculaires cérébraux invalidants, le diabète ou encore la sclérose en plaque.

Quel type d'activités ?

La finalité de ce dispositif est d'inciter les personnes atteintes de maladies graves ou chroniques à avoir une activité physique et sportive régulière et ainsi leur permettre «d'adopter un mode de vie physiquement

actif (...) afin de réduire les facteurs de risque et les limitations fonctionnelles» liés à leurs maladies (art. D.1172-1 du Code de la santé publique). Cette mesure exclut donc les actes de rééducation qui restent réservés aux professionnel-les de santé compétent-es. L'article L.1172-1 du Code de la santé publique précise que l'activité physique doit être «adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient». Par activité adaptée, on entend la «pratique dans un contexte d'activité du quotidien, de loisir, de sport ou d'exercices programmés, des mouvements corporels produits par les muscles squelettiques, basée sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêchent de pratiquer dans des conditions ordinaires» (art. D.1172-1 ibid.).

Qui pour dispenser ces activités ?

En accord avec le/la patient-e, le/la médecin peut lui prescrire une activité physique adaptée dispensée par l'un-e des intervenant-es suivant-es :

- Les masseurs-kinésithérapeutes, ergothérapeutes et psychomotricien-nes : pour les patient-es présentant des limitations fonctionnelles sévères (altération des fonctions locomotrices, cérébrales, sensorielles...) seul-es ces professionnel-les sont habilité-es à dispenser une activité physique au/à la patient-e.
- Les professionnel-les titulaires d'un diplôme dans le domaine de l'activité physique adaptée.
- Les entraîneurs, éducateurs/trices, animateurs/trices sportifs/ives titulaires d'un diplôme, d'un titre à finalité professionnelle ou d'une certification de qualification professionnelle figurant à l'article R.212-2 du Code du sport ou enregistré au RNCP (Répertoire national des certifications professionnelles).
- Les personnes qualifiées titulaires d'une certification, délivrée par une fédération sportive agréée répondant à des compétences précisées en annexe du décret et garantissant la capacité de l'intervenant à assurer la sécurité des patient-es dans la pratique de l'activité (lire l'encadré). S'exprimant sur cette catégorie d'intervenant-es, l'ex-ministre des Sports à l'origine du décret, Valérie Fourneyron a estimé qu'«un effort de formation particulier devra être mené par toutes les fédérations» (Paris-Normandie, 15/01/2017).

Le suivi de l'activité

Le décret précise également que l'activité physique adaptée doit faire l'objet d'une «prise en charge (...) personnalisée et progressive en termes de forme, d'intensité et de durée de l'exercice».

Avec l'accord du/de la patient-e, l'intervenant-e transmet périodiquement un compte-rendu sur le déroulement de l'activité physique adaptée au médecin prescripteur/trice. Ce/cette dernier/ière peut formuler des propositions quant à la poursuite de l'activité et aux risques inhérents à celle-ci. Les patient-es sont destinataires de ce compte-rendu. #

COMPÉTENCES REQUISES POUR LA VALIDATION DES CERTIFICATIONS FÉDÉRALES À DES FINS D'ENCADREMENT DES PATIENT-ES RECONNU-ES EN AFFECTION DE LONGUE DURÉE

- Être capable d'encourager l'adoption de comportements favorables à la santé.
- Mettre en œuvre une évaluation initiale de la situation de la personne en incluant des évaluations fonctionnelles propres à la pratique physique envisagée, ainsi que l'identification des freins, des ressources individuelles et des capacités de la personne à s'engager dans une pratique autonome, par des entretiens et questionnaires spécifiques simples et validés.
- Concevoir une séance d'activité physique en suscitant la participation et l'adhésion de la part du patient.
- Mettre en œuvre un programme : animer les séances d'activité physique et sportive ; évaluer la pratique et ses progrès ; soutenir la motivation du patient ; détecter les signes d'intolérance lors des séances et transmettre les informations pertinentes au prescripteur dans des délais adaptés à la situation.
- Évaluer à moyen terme les bénéfices attendus du programme : établir un bilan simple et pertinent pour les prescripteurs et les personnes, établir un dialogue entre les acteurs selon une périodicité adaptée à l'interlocuteur.
- Réagir face à un accident au cours de la pratique en mobilisant les connaissances et les compétences nécessaires à l'exécution conforme aux recommandations des gestes de premiers secours destinés à préserver l'intégrité physique d'une victime en attendant l'arrivée des secours organisés (attestation PSC-1).
- Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.

Source : annexe de l'article D.1172-2 du Code de la santé publique