

## Continuum de l'APA dispensée à des fins de prévention, sur prescription médicale, auprès de patients

Qu'est-ce que l'APA à l'état clinique de patients ? : « en application de l'article D.1172-1 du CSP, il s'agit d'une activité physique qui prend en compte la sévérité de la pathologie, les capacités fonctionnelles et le risque médical du patient » (Instruction interministérielle, mars 2017).

### Une prescription APA à des fins de prévention (primaire, secondaire et tertiaire)

La prescription d'une APA pour ces quatre groupes de patients, a pour finalité « de permettre à une personne **d'adopter un mode de vie physiquement actif** sur une base régulière afin de **réduire les facteurs de risque** et les limitations fonctionnelles liées à l'affection de longue durée, à la maladie chronique ou à des situations de perte d'autonomie dont elle est atteinte » (Art. D.1172-1).

Instruction mars 2017 <b>Aucune limitation</b>	Instruction mars 2017 <b>Limitations minimales</b>	Instruction mars 2017 <b>Limitations modérées</b>	Instruction mars 2017 <b>Limitations sévères</b>
Pour les patients présentant d'autres limitations fonctionnelles que sévères (modérées, minimales ou aucune limitation), le médecin peut prescrire une activité physique et les orienter de préférence vers les professionnels mentionnés dans les recommandations issues du rapport du Pr X. Bigard (cf. : annexe 4, tableau des interventions des professionnels) en fonction des compétences et savoir-faire qu'il estime nécessaires.			Justifiant d'actes de rééducation <sup>1</sup> et/ou APA-RR <sup>2</sup> dispensés par des rééducateurs en santé

<b>Médocosport Niveau 1</b>	<b>Médocosport Niveau 2</b>	<b>Médocosport Niveau 3</b>	<b>Médocosport</b>
Licenciés-patients, sans précaution particulière ou précautions limitées, « pouvant bénéficier d'une pratique d'APS type loisir ou sport-santé pour tous ».	Licenciés-patients, nécessitant certaines précautions, pouvant bénéficier « d'un programme d'APS type sport-santé pour publique spécifique ».	Patients fragiles (ne relevant pas d'un programme APA sport-santé) justifiant « une pratique en milieu extra-fédéral ».	Patients aux limitations sévères ne relevant pas d'un programme APA sport-santé.

<b>HAS Niveau 4</b>	<b>HAS Niveau 3</b>	<b>HAS Niveau 2</b>	<b>HAS Niveau 1</b>
Patients sans limitation, plutôt inactifs, capables de pratiquer des d'AP ou S et pouvant justifier « d'un programme APA type APS loisir (pas forcément supervisé) ».	Patients avec des limitations minimales, plutôt inactifs, capables de pratiquer des AP ou S et pouvant justifier « d'un programme APA type « sport-santé » dispensée par un éducateur physique formé ».	Patients malades et/ou état fonctionnel justifiant « d'un programme APA thérapeutique <sup>3</sup> (APA-T) dispensé par des rééducateurs ou professionnels titulaires d'un diplôme national universitaire du domaine APA dans des dispositifs dédiés (hôpitaux, réseaux...) »	Patients hospitalisés malades/blessés et/ou un état fonctionnel justifiant « d'un programme de rééducation/réadaptation exclusivement dispensé par des rééducateurs ».

Licenciés-patients, adhérents, clients <b>APA-Sport-santé pour tous</b>	Licenciés-patients, adhérents, clients <b>APA-Sport-santé supervisé</b>	Patients <b>APA-Thérapeutique</b>	Patients hospitalisés <b>APA- Rééducation/réadaptation</b>
--	--	--------------------------------------	---

<sup>1</sup> Les techniques mobilisées (d'APA) relèvent d'activités physiques et sportives et se distinguent des actes de rééducation qui sont réservés aux professionnels de santé, dans le respect de leurs compétences.

<sup>2</sup> Art. D.1172-3 : « pour les patients présentant des limitations fonctionnelles sévères telles que qualifiées par le médecin prescripteur en référence à l'annexe 11-7-2, seuls les professionnels de santé mentionnés au 1° de l'article D. 1172-2 sont habilités à leur dispenser des actes de rééducation ou une activité physique, adaptée à la pathologie, à la situation, aux capacités physiques et au risque médical ».

<sup>3</sup> « Un programme d'APA thérapeutique (niveau 2) doit se surajouter aux AP ou sportives quotidiennes du patient. Ce programme se compose de 2 à 3 séances d'AP par semaine, sur une période de 3 mois, éventuellement renouvelable. Chaque séance d'APA dure entre 45 min à 60 min et associe des AP endurance aérobie et de renforcement musculaire. Il doit y avoir au moins un jour de repos en inter séance. Selon la pathologie ou l'état de santé ciblé, d'autres types d'exercices peuvent être associés : des exercices d'équilibre (par exemple pour : les personnes âgées, la maladie de Parkinson, etc.), des exercices de coordination (par exemple pour : la maladie de Parkinson, etc.), des exercices d'assouplissement (par exemple pour : les arthroses périphériques, lombalgies chroniques, etc.) ou des exercices respiratoires (par exemple dans l'asthme ou la BPCO, etc.). Chaque séance est précédée par une phase d'échauffement et se termine par une phase de récupération » (Guide HAS, 2022).

# LES DISPENSATEURS D'APA

Sept compétences requises pour tous ces dispensateurs d'APA (Instruction interministérielle, mars 2017) :

1- Assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique.	2- Savoir réaliser l'évaluation initiale de la situation du patient, en incluant l'identification de freins, leviers et de facteurs motivationnels.	3- Etre capable de concevoir, co-construire et planifier un programme d'AP individualisé et pertinent qui soit adapté à l'état de santé de la personne.	4- Savoir mettre en oeuvre un programme (conduite du programme, évaluation de la pratique, détection des signes d'intolérance et retour vers le prescripteur, savoir individualiser la pratique).	5- Savoir évaluer à moyen terme un programme (disposer des capacités à dialoguer entre les acteurs, évaluer les bénéfices attendus du programme, retour vers le patient et les autres professionnels).	6- Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique.	7- Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.
--	---	---	---	--	--	--

Approche culturelle des APS ←

→ Approche biomédicale du mouvement

		Très exceptionnellement RR et/ou APA-RR (si besoin) +/-	Exceptionnellement RR et/ou APA-RR (si besoin) +	Possiblement RR et/ou APA-RR ++	Programme RR et/ou APA-RR exclusivement dispensé par un professionnel de santé +++
Rééducateurs	N7	- <b>Masseur-kinésithérapeute</b> (diplôme reconnu dans le code du sport pour exercer le métier d'éducateur physique ou sportif) : activités rééducatives ou APA sous la forme d'une gymnastique hygiénique, d'entretien ou préventive et autres formes d'activités physiques selon diplômes complémentaires.			
	N6	- <b>Ergothérapeute</b> : activités rééducatives, non considérées comme relevant de techniques d'APS (non soumises au code du sport), exclusivement sous la forme d'activité d'artisanat, de jeu, d'expression, d'activités de la vie quotidienne, de loisirs ou de travail.			
	N6	- <b>Psychomotricien</b> : activités rééducatives, non considérées comme relevant de techniques d'APS (non soumises au code du sport), exclusivement sous la forme de techniques de relaxation dynamique, d'éducation gestuelle, d'expression corporelle ou plastique et activités rythmiques, de jeu, d'équilibrage et de coordination, en utilisant la médiation corporelle et des mouvements doux.			
Univ. APA	N6	Très exceptionnellement APA-T (si besoin) +/-	Possiblement APA-T (si besoin) ++	Préférentiellement APA-T +++	Possiblement APA-T si autonomie... en complémentarité des rééducateurs ++
	N5	Art. D.1172-2 du code de la santé : « les professionnels titulaires d'un diplôme dans le domaine de l'activité physique adaptée <sup>4</sup> délivré selon les règles fixées à l'article L. 613-1 du code de l'éducation (grades et titres universitaires nationaux de l'enseignement supérieur et de la recherche) <sup>5</sup> ». Ces diplômes, dont le contenu formation est partiellement ou totalement spécifique dédié à l'intervention auprès des publics à BS, figurent dans le code du sport à la rubrique APSA (Diplômes et titres délivrés par le ministère de l'enseignement supérieur) : maîtrise APA (plus délivrée) ; licence professionnelle mention « santé, vieillissement et activités physiques adaptées » ; licence généraliste « APAS » ; DEUST « activités physiques et sportives adaptées - déficiences intellectuelles, troubles psychiques » ; DEUST « activités physiques et sportives et inadaptations sociales » ; DEUST « pratique et gestion des activités physiques et sportives et de loisirs pour les publics seniors ». Les titulaires de ces diplômes ne peuvent encadrer que le public de l'option considérée.			
Ed. Sp. J & S	N3 à N6	Préférentiellement APA-sport-santé pT +++	Préférentiellement APA-sport-santé spécifique +++	Exceptionnellement à défaut d'APA-T et autre et exclusivement en extra-fédéral +	Non autorisé
	Tout éducateur sportif (y compris fonctionnaire et militaire), justifiant d'un diplôme du code du sport figurant dans le RNCP, dans les limites des conditions d'exercice précisées (dans le CS) et justifiant de prérogatives ou d'une certification pour dispenser une « AP aux patients » considérés. <b>Diplômes</b> : Mention complémentaire (6), DEUG (1), DEUST (7), licences pro. (5), licences généralistes (3), BPJEPS (38), DEJEPS (71), DESJEPS (44) et autres diplômes spécifiques (6). Les fonctionnaires qui interviennent en dehors des structures de leur fonction publique (école, armée...) considérée doivent justifier d'un diplôme du code du sport figurant dans le RNCP qui les autorise à exercer en dehors sous réserve de justifier de prérogatives ou d'une certification pour dispenser une « AP aux patients » considérés. Les militaires disposent seulement de TFP (code du sport), non identifiés, à ce jour, sur une liste d'aptitudes les autorisant à dispenser une AP.				
Ed. Sp. CPNEF sport	N3 à N4	Préférentiellement APA-sport-santé pT Essentiellement en qualité d'animateur et assez souvent à titre occasionnel, saisonnier ou secondaire +++	Possiblement APA-sport-santé spécifique Essentiellement en qualité d'animateur et assez souvent à titre occasionnel, saisonnier ou secondaire ++	Exceptionnellement à défaut d'APA-T et autre et exclusivement au sein d'une équipe pluridisciplinaire +	Non autorisé
	Tout éducateur sportif justifiant d'un TFP (21) ou CQP (35) figurant sur une liste d'aptitude qui autorise à dispenser « une APS aux patients ». A ce stade, seuls 28 CQP sont autorisés dont certains ne figurent pas dans le code du sport à l'exemple du moniteur d'escrime... : exemple, CQP animateur escalade, CQP moniteur de rollers, CQP moniteur en sport adapté, CQP moniteur escrime... A ce jour aucun TFP n'est mentionné sur une liste (Voir arrêté du 19 juillet 2019).				
Fédérations		Préférentiellement APA-sport-santé pT Exclusivement en qualité de bénévole +++	Possiblement APA-sport-santé spécifique Exclusivement en qualité de bénévole ++	Exceptionnellement à défaut d'APA-T et exclusivement au sein d'une équipe pluridisciplinaire +	Non autorisé
	<b>Bénévolat</b> : tout éducateur sportif justifiant d'un diplôme fédéral inscrit sur une liste par arrêté et justifiant de prérogatives pour dispenser une AP aux patients. A ce jour, 34 fédérations disposent d'un diplôme fédéral permettant de dispenser des « activités physiques et sportives sur prescription médicale ». Voir arrêté du 8 novembre 2018 actualisé (2019-2020). Exemple : Coach Athlé Santé, Moniteur de basket-ball « animateur basket santé » ...				

<sup>4</sup> Art. D.1172-1 du code de la santé : On entend par activité physique adaptée au sens de l'article L. 1172-1, 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. Une activité physique adaptée a pour but de permettre à une personne d'adopter un mode de vie physiquement actif sur une base régulière afin de réduire les facteurs de risque et les limitations fonctionnelles liées à l'affection de longue durée, à la maladie chronique ou à des situations de perte d'autonomie définies à l'article D. 1172-1-1 dont elle est atteinte.

<sup>5</sup> Art. L. 613-1 du code de l'éducation : les diplômes nationaux délivrés par les établissements sont ceux qui confèrent l'un des grades ou titres universitaires dont la liste est établie par décret pris sur avis du Conseil national de l'enseignement supérieur et de la recherche.