



S'CAPAD : LE POINT ACTU



Prescription d'activité physique adaptée (APA)

Octobre 2020

ARTICLE 1

QU'EST-CE QUE LA PRESCRIPTION D'APA ?



RÉFÉRENCE

Rapport HAS Publié le 17/10/2018

Guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes

Le décret n°2016-1990 du 30 décembre 2016 entré en vigueur le 1er mars 2017 permet d'établir un cadre légal relatif aux conditions de prescription de l'activité physique adaptée établi par le médecin traitant à des patients ayant une affection de longue durée (ALD).

Nous parlons plus communément de "Sport sur ordonnance" concernant ce décret, ce qui est similaire à la prescription d'APA.

Tout l'enjeu d'une prescription d'activité physique adaptée est d'amener les personnes à adopter un comportement actif par la pratique quotidienne d'activités physiques choisies, mais aussi à diminuer ses attitudes sédentaires. Cette prescription fait donc appel aux principes de l'éducation thérapeutique (accompagnement, motivation...).

Le saviez-vous ?

Une ordonnance écrite aurait en moyenne deux fois plus de chances d'être convertie en actes qu'un conseil oral, augmentant ainsi l'observance des pratiquants.

POURQUOI PRESCRIRE ?

ARTICLE 2

L'APA peut être réalisée sans prescription mais le fait d'avoir une ordonnance médicale insiste sur l'importance de celle-ci. Cette ordonnance peut être effectuée en prévention primaire, secondaire ou tertiaire. Les pays scandinaves ont mis en place les prescriptions d'APA depuis plus de 10 ans et en tirent des bénéfices. Une étude suédoise a retrouvé un progrès significatif à 6 mois du niveau d'AP auto-rapporté et de la qualité de vie chez 481 patients ayant reçu une prescription écrite d'AP en prévention primaire ou secondaire.



En France, le principal frein mis en évidence est le manque d'information. Les scientifiques soulignent qu'une formation à la prescription d'activité physique pour les médecins généralistes est nécessaire si l'on veut améliorer l'observance et la durabilité de l'activité physique pratiquée. Des ordonnances pratiques sont proposées pour lutter contre les affections de longue durée et les pathologies courantes grâce à l'activité physique. Les précautions d'emploi, les contre-indications et les modalités de pratique sont détaillées pour accompagner les professionnels dans leur diagnostic (Foucault et al., 2020).

ARTICLE 3

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ? QU'EN EST-IL DU REMBOURSEMENT?



RÉFÉRENCE

Publié le 14/10/2019

L'activité physique sur prescription en France
Etat des lieux en 2019:Dynamique innovante
et essor du sport sur ordonnance

Les personnes ayant une ALD peuvent bénéficier de la prescription d'APA. La liste de ces ALD représente un groupe de 30 maladies qui nécessitent un traitement particulier et un suivi prolongé (article L. 322-3 du Code de la Sécurité Sociale). Parmi cette liste figure les deux types de diabète, les cancers, troubles de la personnalité etc. Les personnes n'étant pas en ALD, peuvent être considérés comme prioritaires à l'appréciation du médecin.

Le sport sur ordonnance n'est pas remboursé par l'Assurance Maladie mais certaines mutuelles et assurances peuvent y contribuer. Les collectivités territoriales peuvent également proposer une aide financière pour les personnes en ALD voulant faire de l'activité physique adaptée comme c'est le cas à Strasbourg par exemple.



Il est conseillé de demander directement auprès de sa mutuelle pour savoir les conditions de remboursement.