



Maisons Sport Santé et AP-HP Hôtel Dieu (75) et Jean Verdier (93)

Patricia THOREUX

Centre d'Investigations en Médecine du Sport (CIMS) – DMU THOROS

Service de Médecine de l'Exercice et du Sport – DMU NARVAL



15 Mai 2024



- 2010 – 2016 : Devenir de l'Hôtel Dieu ??
- Projet Sport Santé : ambulatoire, tourné vers la ville, santé publique



- **Mesure nouvelle 2016 :**

Ouverture d'un plateau de réhabilitation par l'AP pour les maladies chroniques

2 EAPA, 1 IDE, 1 AMA, 1 poste d'assistant, 1 poste d'interne

- Premiers patients en Janvier 2017
- Programme de 6 semaines à raison de 3 séances par semaine
- Tout type de pathologie chronique
- Groupe de 6 personnes multi pathologiques

- **Mesure nouvelle 2018 :**

Renforcement des moyens : +2 EAPA, +1 IDE, + 1 AMA, +1 assistant, 3 postes d'interne, 0.3 PH (Oncologue et Médecin du Sport)



CIMS

2





Jean Verdier

3

- Programme APA (HDJ Avicenne + Programme site université)
Mars 2017 **UFR Médecine et STAPS - USPN**
- Création du service de « Médecine de l'Exercice et du Sport »
et déménagement JVR en Novembre 2018
- Installation dans les locaux actuels en Février 2022
- Mesure nouvelle : 4 EAPA, 2 IDE, 2 AMA, 3.5 Médecins

- Programme de **3 mois**, à raison de 3 séances par semaine
- Tout type de pathologie chronique
- Groupe multi pathologique
- Pas de groupe fixe



Dispositif PRESCRIFORME / Ile de France

- 2016 pour l'Hôtel Dieu et 2017 pour Avicenne – Jean Verdier
- Dispositif commun ARS et DRJSCS
- Montant de 10 000 euros pour chaque structure
- **Embauche de 0.5 EAPA dans chaque structure**
- Mission : programme hospitalier + **programme passerelle**
- Objectifs et attendus : information, réseau et formation
- Notion de **Centre Ressources**



Dispositif Maison Sport Santé / Ile de France

- 2020 pour l'Hôtel Dieu et 2021 pour Jean Verdier
- Mise en conformité du système de recueil de données pour export MSS (logiciel RedCAP)



3 types de prescription d'APA / Centre Ressources



1. Patient qui peut aller directement dans une **structure de ville**
2. Patient qui nécessite un **bilan complet** (condition physique, épreuve d'effort avec VO2 max) mais qui peut ensuite être confié à une structure avec des éducateurs / entraîneurs formés (**clubs / structures labellisés**)
3. Patient avec un **déconditionnement important (voire majeur) + pathologie sévère** : prise en charge sur une **plateforme hospitalière** de réhabilitation pour les maladies chroniques

Exemples : BPCO sous oxygène, phase pré-greffe, période de chimiothérapie.....

PRESENTATION
DE L'EQUIPE

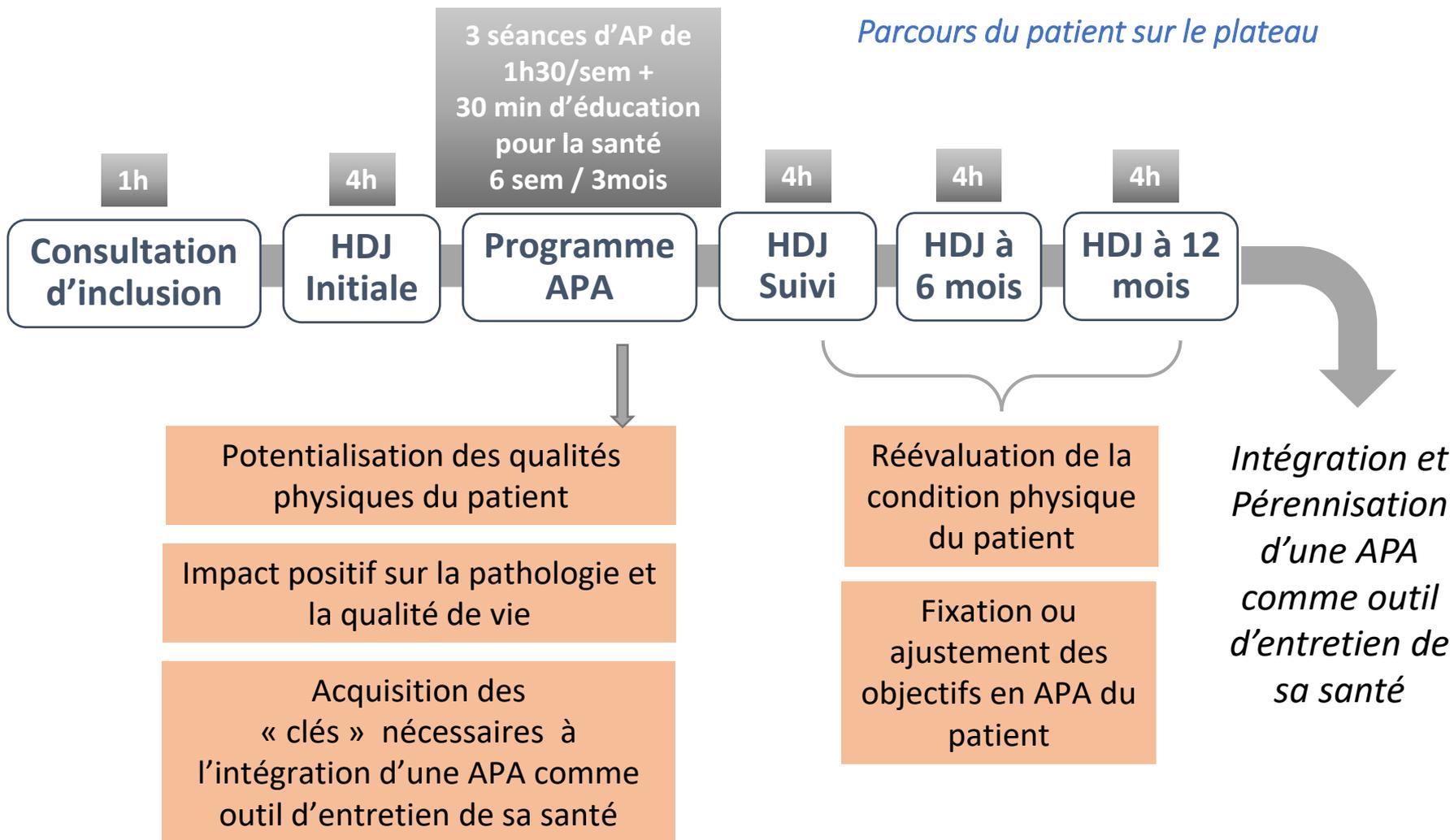
CONTEXTE

HDJ

SEANCE
APA

CONCLUSION

Parcours du patient sur le plateau



PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

HDJ

SEANCE
APA

SPECIFICITES

Déroulement d'une HDJ

1^{ère} étape : analyse de la composition corporelle

- ❖ Entretien
- ❖ Ostéodensitométrie
- ❖ Mesures anthropométriques

2^{ème} étape :
Questionnaires

- ❖ Ricci & Gagnon
- ❖ SF-36
- ❖ Questionnaires spécifiques à la pathologie

3^{ème} étape : analyse des fonctions cardio-respiratoires

- ❖ Spirométrie
- ❖ Epreuve d'effort
- ❖ TM6

4^{ème} étape : tests fonctionnels

- ❖ Test de force MS sur développé incliné
- ❖ 30 second chair stand test
- ❖ Handgrip
- ❖ Sorensen
- ❖ Ito-Shirado
- ❖ Flexométrie
- ❖ Flamand aveugle

PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

HDJ

SEANCE
APA

SPECIFICITES

Entretiens

Réalisés par une infirmière (IDE), un EAPA et un médecin, les entretiens permettent

- **d'évaluer les ressources, les freins et les besoins du patients dans 4 dimensions**
 - ❖ cognitive
 - ❖ biomédicale
 - ❖ psycho-affective
 - ❖ sociaux-professionnelles
- **d'évaluer le parcours « sportif » ou physique antérieur**
- de faire le point sur les examens complémentaires et le bilan sanguin et les éventuelles limitations
- de définir **les objectifs du programme**
- d'identifier **les freins et les motivations à la pratique**
- de conseiller sur les modalités de pratique et oriente vers une structure adaptée
- de transmettre des fiches d'exercice si nécessaire

PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

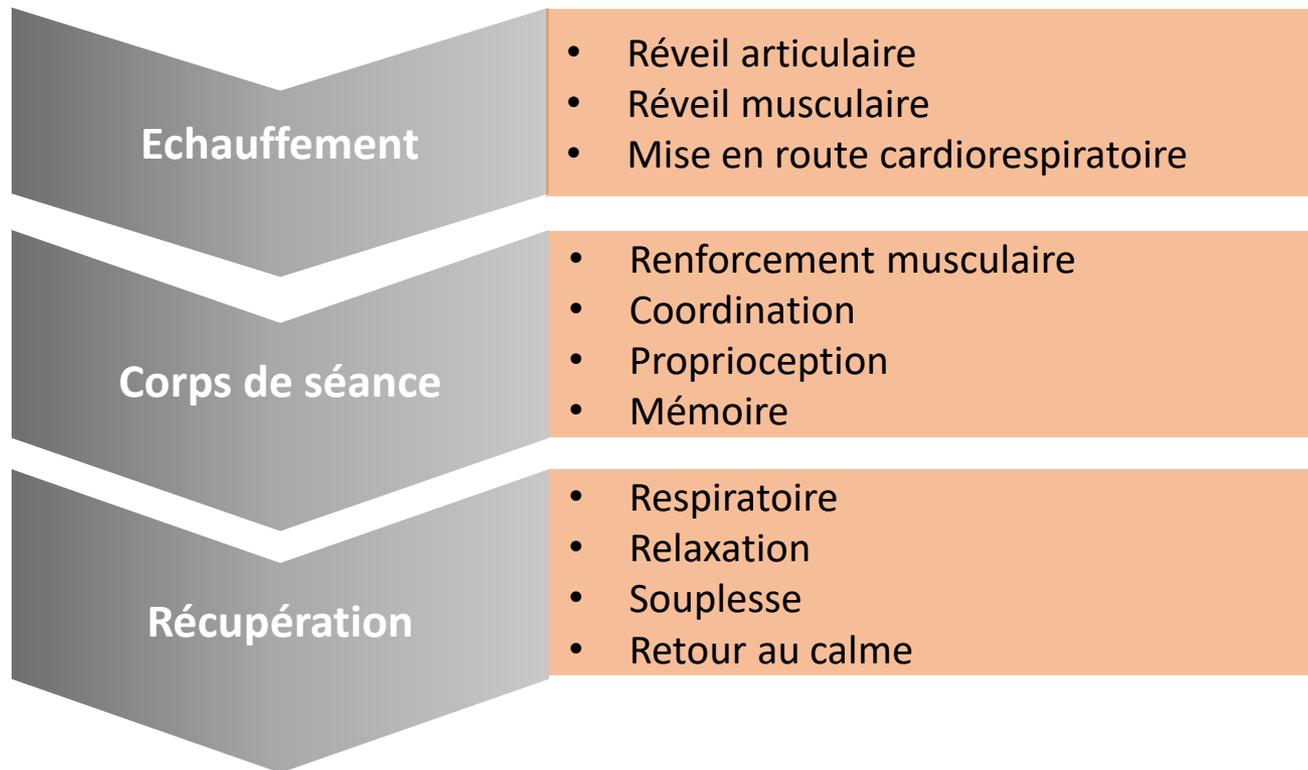
HDJ

SEANCE
APA

SPECIFICITES

Contenu d'une séance d'APA

Dans un premier temps **45min à 1h de cours collectif...**



... avec l'utilisation de toutes les APSA possibles et imaginables !

Exemples : *Volley semi-allongé pour travailler les abdos, boxe adaptée pour le cardio, basket pour la coordination, yoga pour la souplesse, tir à l'arc pour précision et coordination + musculation...*

PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

HDJ

SEANCE
APA

SPECIFICITES

Lieux et matériels pour les séances collectives / Hôtel Dieu



Les galeries



Le jardin



Le matériel



La salle APA

CIMS

PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

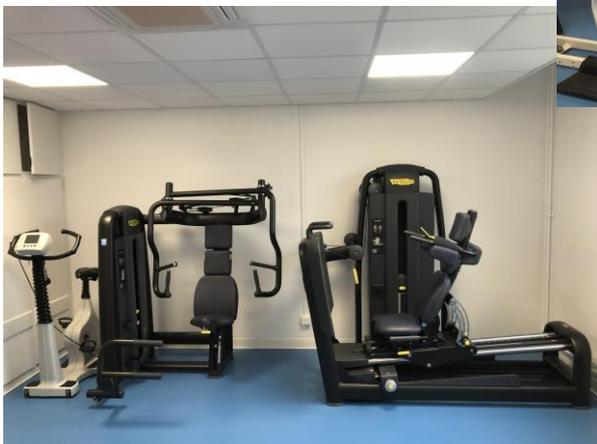
HDJ

SEANCE
APA

SPECIFICITES



Lieux et matériels pour les séances collectives / Jean Verdier

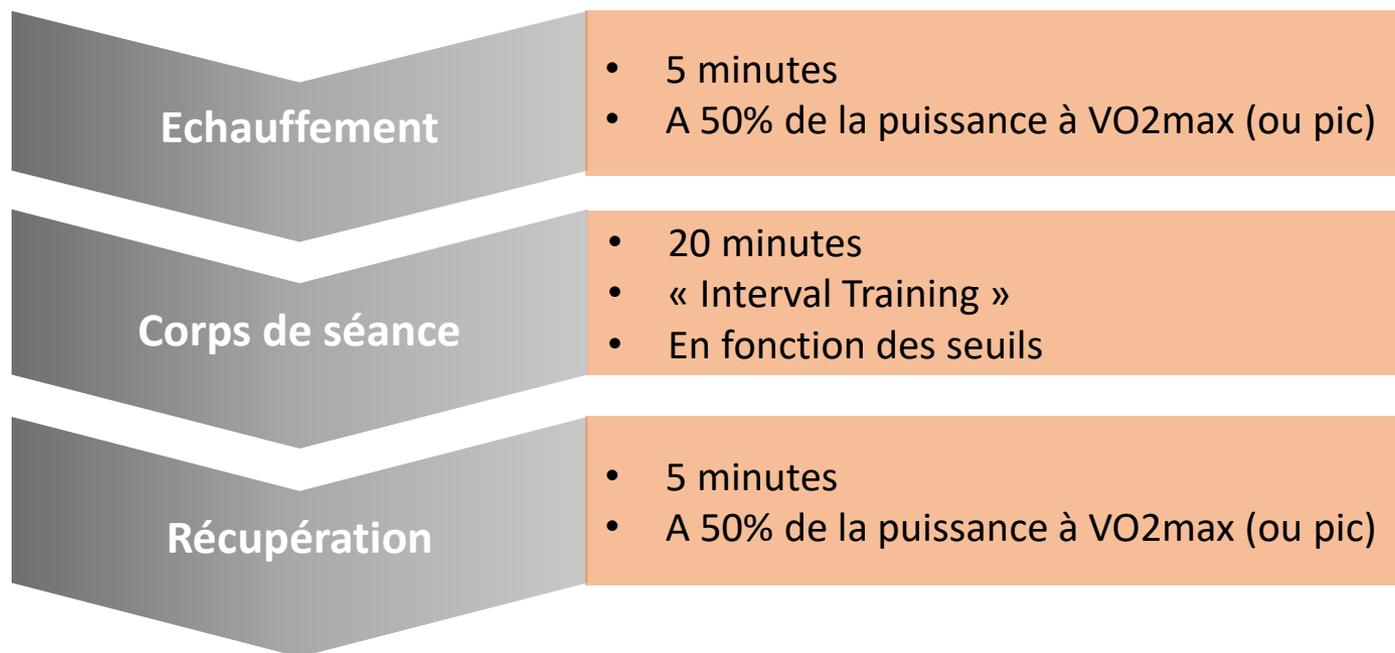


Jean Verdier



Contenu d'une séance d'APA

Dans un second temps 30 min de **travail cardio-respiratoire individualisé...**



... grâce à la détermination de seuil ventilatoire (SV) par les médecins lors de **l'épreuve d'effort**

PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

HDJ

SEANCE
APA

SPECIFICITES

Contenu d'une séance d'APA

Protocole sur ergocycle



Possibilité d'utiliser un ergocycle semi-couché ou un tapis si nécessaire

Protocole de base lors de la 1^{ère} séance

- ❖ 4 minutes à 80% du SV1
- ❖ 1 minutes à 80% du SV2



Si le SV2 n'est pas atteint utilisation de la moyenne entre SV1 et le Max

Puis ajustement de séance en séance grâce aux données

- ❖ De la fréquence cardiaque (utilisation d'une ceinture)
- ❖ du ressenti de l'effort (utilisation de l'échelle de BORG)
- ❖ du ressenti de la douleur (utilisation de l'EVA)



Ajustement de la puissance et/ou du temps de récupération



PRESENTATION
DE L'EQUIPE

CONTEXTE

MISE EN
PLACE

LES
ATELIERS

SPECIFICITÉS

Pour améliorer l'observance, l'adhésion et aider à induire des changements de comportement pérennes

❖ **Education pour la santé**

- A raison de 30min par semaine
- Portant sur divers thématique en lien avec l'activité physique (bénéfices de l'APA / inactivité et sédentarité / nutrition, hydratation et mode de vie actif / santé mentale et cognitive / les modalités d'exercices...)

❖ **Ateliers découvertes**

- Initier les patients à différentes disciplines au sein même de l'Hôpital
- Grâce à des partenariats avec des structures extérieurs
- Afin d'améliorer l'observance et l'adhésion à long terme des patients

Ateliers Découverte

Modalités « pratiques » des ateliers

- Atelier réalisé par les **structures partenaires**, sous convention, **sans contrepartie financière**
- Ouvert à tout patient en ALD / maladie chronique intégré au programme
- Sur la base du volontariat
- Nombre de patients par atelier, adapté au lieu de pratique et à la discipline
- Planification d'un calendrier prévisionnel
- Priorité donnée aux patients n'ayant jamais réalisé d'atelier découverte sur le plateau
- Lieux de pratique exclusivement sur le site de l'Hôtel Dieu :
 - Plateau de réhabilitation par le sport
 - Galeries
 - Jardins
- 1h de pratique minimum
- Exemples : Volley assis, Basket, Boxe, Tennis, Yoga, Posturo Ball, Biathlon pétanque, Tir à l'arc,





Merci

de votre attention

16 mai 2024

