



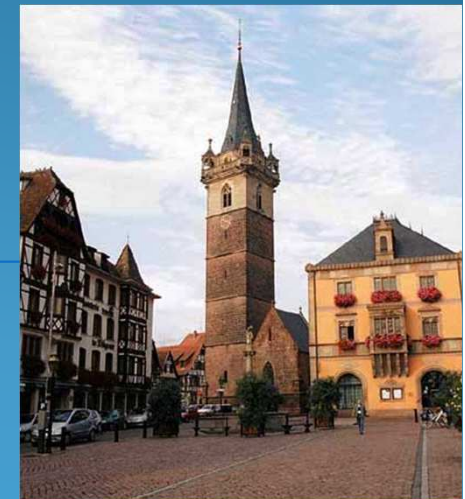
Projet Activité Relais Cœur

OU

Activité Physique Adaptée et Santé
au Réseau Cardio Prévention d'Obernai

Grégory MAGLOTT
Coordinateur APA et Santé
Réseau Cardio Prévention d'Obernai

CAPAS 2010



le 12 Novembre 2010

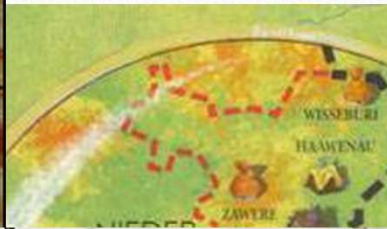
Qui suis-je ?

- **Coordinateur Activité Physique Adaptée et Santé (APAS) au Réseau Cardio Prévention d'Obernai**
 - **2 missions** :
 - **Professeur APAS** = appelé aussi EMS
 - **Coordinateur APAS** (Relais, coordination à partir des besoins du RCPO et des patients)
- **Master APA et Santé (Bac + 5) à l'Université Claude Bernard Lyon 1**



Région
Alsace

Constat en Alsace



Constat en Alsace

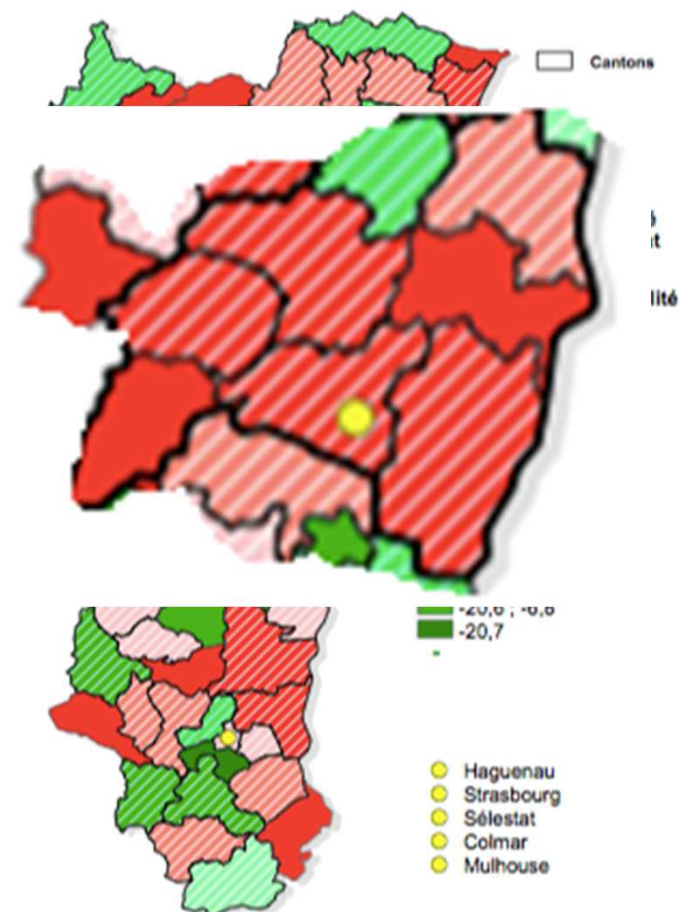
- DONNEES EPIDEMIOLOGIES :

Surmortalité par maladies de l'appareil circulatoire :

+ 17 % par rapport à la moyenne française

+ 41 % par rapport à l'Ile-de-France

Maladies de l'appareil circulatoire





Réseau de Cardio Prévention d'Obernai

Le Réseau Cardio Prévention d'Obernai

- Modalités d'inclusion :
 - **Prévention Primaire**
 - = 4 Facteurs de risque
 - = Diabète type 2 à haut risque
 - **Prévention Secondaire / Tertiaire**
- **Equipe pluridisciplinaire** : Médecin tabacologue, infirmières, diététiciennes, psychologues, Coordinateur APAS, Professeur APA, secrétaires
- **Education Thérapeutique** du patient (Entretiens individuels, ateliers éducatifs...) = Personne « Actrice de sa santé »



L'Accompagnement au RCPO

DEPISTAGE

Médecin Généraliste + CRF du secteur



RCPO

IDE

Diététicienne

Tabacologue

Psychologue

Professeur
APAS





Le constat au RCPO

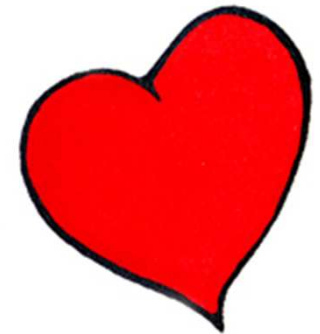
- **85%** des patients = sédentaires à l'inclusion
- **70%** ne modifient pas leur pratique OU la diminuent



Le constat au RCPO

Pour les patients en prévention II / III :

- = 25 % des patients du RCPO
- 20% = Centre de rééducation fonctionnelle
- - 10 % = Pratique physique en club



⇒ Construction d'un projet personnalisé en Activité Physique Adaptée et Santé au RCPO

=

Projet ARC



Réseau de Cardio Prévention d'Obernai

Le Projet ARC au RCPO

Activité : Education du patient à et via l'Activité Physique Adaptée et Santé (Compétences en AP, construction de repères, PLAISIR, suivi individuel et collectif)

Relais : Construction des relais = préparation (dans son environnement social, familial et professionnel) = **Partenariat milieu associatif local**

Cœur : comme bénéfiques pour la santé et la prévention cardiovasculaire

Le Projet ARC au RCPO

- 3 Etapes essentielles :

Evaluation en Activité
Physique Adaptée



Education du patient
+
Projet Personnalisé



Orientation et autonomie en
AP
= Associations Relais

L'évaluation en Activité Physique Adaptée

Entretien avec Professeur APAS

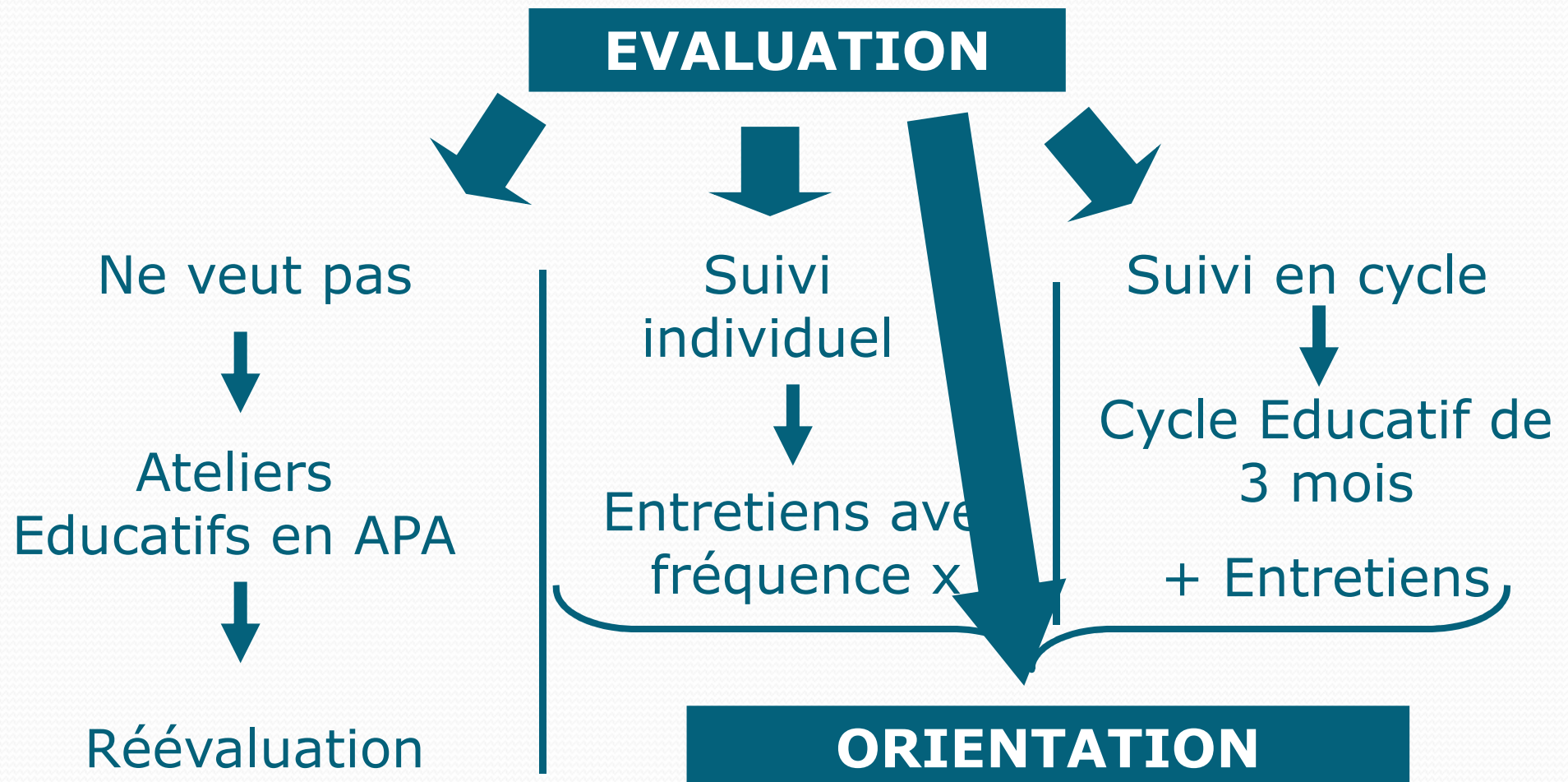
Expérience en AP / Biographie
Environnement

Condition physique

Motivation
et goûts / AP

**Co Construction du projet de vie
Education du Patient**

Le projet Personnalisé en Activité Physique Adaptée





Construction des Relais

**BILAN avec Professeur
APAS**



ORIENTATION



Continue seul l'AP
dans son
environnement



Orienté vers une
association sportive
relais (Peut être
APA...)

**Suivi ⇒ Réévaluation
Annuelle**

Orientation = Partenariats

- Objectifs :

= **Autonomie** des personnes du RCPO en
Activité Physique

- Créer des relais entre RCPO et Milieu Associatif
Local = à partir des patients et du RCPO

= **Promotion** de l'AP pour la santé (Associations,
politiques...)



Après 2 ans ...

- **Suivi par entretien individuel = 600 personnes** suivies
- **Cycles Découvertes APAS** : depuis début avril 2009 = plus de 120 participants
- Atelier « **Marches Atout Cœur** » :
= **180 personnes** inscrites depuis avril 2008
- **Partenariat** avec milieu associatif local et les Mairies des 4 grandes villes de la zone du RCPO = **20 clubs/associations**
- **Formations d'animateurs sportifs**
- **FMC** aux Professionnels de santé sur l'APA et Santé

} **Bas Rhin**



Réseau de Cardio Prévention d'Obernai

**Etude transversale de 50 patients à haut risque
cardiovasculaire suivis pendant 1 an par un
éducateur médico-sportif dans le RCPO
Thèse Dr Loïc Barthels**



Résultats à 1 an

- Niveau **d'activité physique** augmente !
 - De 30% d'actifs à 65% (Marshall)
- Diminution des **conduites de rationalisation** de la non pratique
- Augmentation de la **motivation** (/ au bien être, Plaisir...)
- + de personnes actives **au sein d'une association**
 - De 20% à 44%

En Conclusion...

R éapprocher

C omprendre et apprendre

P articiper avec Plaisir

O rganiser le changement