

Le psychomotricien au service des Activités Physiques Adaptées

La psychomotricité est une discipline **paramédicale** faisant partie des soins de supports. Elle possède une triple fonction : **prévention**, **rééducation**, et **thérapie**.

La psychomotricité est un domaine des sciences humaines spécialisé dans les interactions entre **motricité**, **cognition** et **psychisme** dans leurs contextes **émotionnel** et **relationnel**. Elle représente l'ensemble des phénomènes relatifs à l'expression et à la régulation des comportements à la fois **moteur** et **psychologique** au niveau du **corps**. La psychomotricité intervient dans les APA depuis le décret n°2016-1990 du 30/12/2016, selon l'article L.4332-1 et suivant du code de santé publique.

Champs d'application du psychomotricien :

Tonus

Latéralité

Motricité

Fonctions exécutives

Schéma corporel
Image du corps

Équilibre
Coordination

Espace/ temps

Émotions

Sensorialité

Relation

Toutes ces notions, intégrant le développement psychomoteur, sont présentes dans les activités physiques.

La remise en mouvement induite par les activités physiques adaptées et le sport sur ordonnance s'inscrit donc dans une dynamique psychomotrice.

L'objectif étant de développer l'**autonomie** de la personne et de la responsabiliser pour la rendre pleinement disponible à son activité physique et à son travail en activité physique adaptée.

Le psychomotricien et les APA en santé mentale

L'Activité Physique permet de lutter contre des effets secondaires de certains traitements prescrits en santé mentale.

Une réorganisation du corps et du mouvement est possible en éveillant les **systemes ostéo-articulaires** et **musculaires**, en stimulant les **mouvements respiratoires** et en renforçant les coordinations/dissociations et transferts d'appuis.



Pourquoi le psychomotricien ?

Objectifs principaux d'une prescription médicale en APA



- Recherche d'une harmonie psychomotrice et d'une aisance corporelle dans les actes de coordinations
- Pérenniser une pratique régulière d'activité physique dans les habitudes de vie

L'impact des activités physiques adaptées en santé mentale

SOCIAL

1. Amélioration des interactions et de l'insertion sociale
2. Baisse de l'absentéisme

SOMATIQUE

1. Diminution du syndrome métabolique
2. Augmentation des capacités cardiorespiratoires

COGNITIF

Amélioration de la mémoire, de la concentration et de la résolution de problèmes

PSYCHIQUE

1. Augmentation du sentiment d'efficacité et de l'estime de soi
2. Diminution du stress, de l'anxiété et de l'épuisement