

# Utilisation de l'APA par un psychomotricien

## Qu'est ce que l'APA ?

L'APA permet d'accompagner des patients malades chroniques qui ne se sentent pas capables de pratiquer une activité sportive en autonomie et qui nécessitent un accompagnement personnalisé, et progressif dans un cadre sécurisé. (Ameli, juillet 2024)



## Pour qui ?

Pour les ALD ( personnes atteintes d'une affection longue durée), les maladies chroniques (diabète, cardiopathie, cancer...), les personnes présentant des facteurs de risque (hypertension, obésité...) ou encore les personnes en perte d'autonomie ou éloigné de l'activité physique.

## Décret et Loi

Arrêté du 30/12/16, décret 2016-1990, mis à jour avec la loi n° 2022-296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France. Tout médecin peut prescrire de l'activité physique adaptée (APA) à des patients souffrant d'une affection de longue durée (ALD), de maladies chroniques, ayant des facteurs de risques et des situations de perte d'autonomie. Le psychomotricien fait partie des professionnels de santé identifiés pour intervenir dans le cadre de l'APA pour accueillir en priorité les patients ayant des limitations sévères ou modérées. Ainsi, le psychomotricien contribue à l'accompagnement et à l'adaptation des activités physiques en fonction des besoins spécifiques des patients.



## Cadre d'intervention du psychomotricien



### Education Thérapeutique

Selon la définition de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), «l'éducation thérapeutique a pour objectif de former le malade pour qu'il puisse acquérir un savoir-faire adéquat, afin d'arriver à un équilibre entre sa vie et le contrôle optimal de sa maladie. L'éducation thérapeutique du patient est un processus continu qui fait partie intégrante des soins médicaux. L'éducation thérapeutique du patient comprend la sensibilisation, l'information, l'apprentissage, le support psychosocial, tous liés à la maladie et au traitement. La formation doit aussi permettre au malade et à sa famille de mieux collaborer avec les soignants ». (OMS, janvier 1999)

### Outil de prévention

Selon l'OMS (1948), la prévention est l'ensemble des mesures visant à éviter ou réduire le nombre ou la gravité des maladies, des accidents et des handicaps. Dans les APA, concernant les situations, le professionnel peut se retrouver à intervenir dans l'un de des trois champs de la prévention.

## Les compétences du psychomotricien dans les APA

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'activité physique individualisé et pertinent qui soit adapté à l'état de santé de la personne.

4

Savoir mettre en œuvre 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

Connaitre les caractéristiques générales des principales pathologies chroniques.



### Références :

Gouabault, L. (2024, Janvier). Déploiement de l'activité physique adaptée (APA) dans la pratique du psychomotricien [Diapositives], (non accessible au public)  
HAS. (2023, 1 décembre). L'activité physique : votre meilleure alliée santé. Haute autorité de santé. [https://www.has-sante.fr/jcms/p\\_3385126/fr/l-activite-physique-votre-meilleure-alliee-sante](https://www.has-sante.fr/jcms/p_3385126/fr/l-activite-physique-votre-meilleure-alliee-sante)

Ameli.fr. (2024, 17 juillet). La prescription d'activité physique adaptée : une thérapie non médicamenteuse. L'assurance Maladie. <https://www.ameli.fr/paris/medecin/sante-prevention/activite-physique-activite-physique-adaptee/prescription-activite-physique-adaptee>

ASSOCIATION FRANÇAISE DE PSYCHOMOTRICIENS INTERVENANT DANS LE SPORT LE PARA SPORT ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE