ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉES ET HANDICAP : POINT DE VUE DU MPR

Marie-Doriane Morard,
Marjorie Bernard & Léa Cuisinier
Service de rééducation pédiatrique - l'Escale



Bénéfices de l'AP

Promoting Physical Activity and Exercise, JACC, Fletcher et al.

Anxiété – dépression
 + amélioration cognitive
 & prévention des démences

Effet CV
Risque d'ischémie
TA

Biologique

Sd inflammatoire

Amélioration

hémorrhéologiques

Risque thrombotique



Protection contre certains cancers Sein, gastro intestinal, prostate, endomètre, pancréas

risque de Kc colon

Tabac Facilite le sevrage

Métaboliques

Insulinorésistance
Incidence DNID

Complications dégénératives

TG / / HDLc

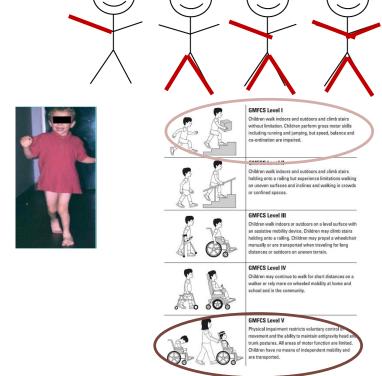
Poids & tour de taille En association avec modif alimentaires Effet anorexigène

Handicap moteur : exemple de la PC

- Ensemble des troubles du mouvement ou de la posture et de la fonction motrice,
 - troubles permanents mais pouvant avoir une expression clinique changeante dans le temps,
 - dus à un désordre ou une lésion ou une anomalie non progressifs
 - d'un cerveau en développement ou immature (<2 ans) Bax et al, 2005

• Prévalence : 1,7/1000 Sellier et al, 2016

- Caractérisation de la PC
 - Signes neurologiques
 - Topographie de l'atteinte
 - Niveau fonctionnel
 - Signes associés





APA et PC

- Adolescence et age adulte :
 - Réduction des capacités cardiorespiratoires,
 - Réduction de la force musculaire
 - Réduction des AP



Risque augmenté de développer des maladies CV, métaboliques et chroniques

Reco WHO, 2010

Enfants et jeune adulte :

- 60 min d'AP /j
- d'intensité modérée à soutenue
- limiter sédentarité à 2heures /j

Adulte:

- 30 min d'AP /j
- d'intensité modérée à soutenue
- limiter sédentarité au maximum

APA et PC

- Bénéfices de l'entrainement CR
 - Fréquence minimum 2 à 3/ semaine, intensité 60-95% pic de Fc
 - Minimum 20 minutes / session, entre 8 et 16 semaines
 - En plus : échauffement et diminution progressive (limiter douleurs musculosquelletique)
- Bénéfices du renforcement musculaire
 - Période de « familiarisation »
 - Programme de 12-16 semaines
- Limiter la sédentarité
 - Dépense énergétique ≤1,5 METs
 - ⇒Remplacer le comportement de sédentarité par des moments d'AP même à faible intensité, pour apporter des bénéfices importants sur la santé
 - => Un style de vie comportant de l'AP se développe tôt dans l'enfance

APA, maladies inflammatoires et douleurs

SYSTEMATIC REVIEW



Non-pharmacological options for managing chronic musculoskeletal pain in children with pediatric rheumatic disease: a systematic review

Linde N. Nijhof1 · Merel M. Nap-van der Vlist1 · Elise M. van de Putte1 · Annet van Royen-Kerkhof2 · Sanne L. Nijhof1

- Impact de la douleur sur la réduction du niveau d'AP avec retentissement sur le comportement, les activités et la participation
- Enjeu de la douleur chronique, présent même si le niveau d'activité de la pathologie est faible avec multiples retentissements

Revue de littérature :

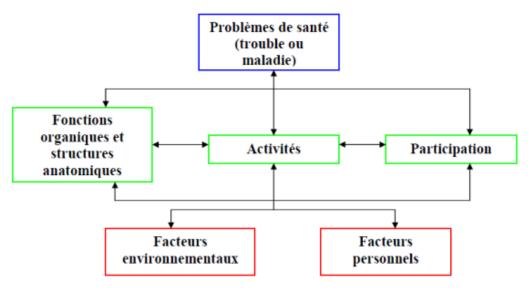
- enfants de 5 à 18 ans avec une maladie rhumatologique et des douleurs chroniques musculosquelettiques (CMP) > 3mois
- CJP : intensité de la douleur, CJ2 : Qualité de vie, évaluation des activités



Résultats

- Techniques de biofeedback : réduction modérée des douleurs , amélioration des activités
- Effet de l'AP : amélioration des capacités fonctionnelles et de la qualité de vie
- Exercices dans l'eau ++ & thérapie physique traditionnelle : réduction douleur
- Renforcement musculaire & équilibre proprioceptif : réduction identique de la douleur et du handicap fonctionnel
- Effet antalgique des massages (mais pas de la relaxation)

La participation



Classification internationale du fonctionnement du handicap et de la santé OMS 2001



« but ultime : proposer un langage uniformisé et normalisé ainsi qu'un cadre pour la description des états de la santé et des états connexes de la santé"



La participation encore...

- Etude portant sur des enfants entre 0 et 21 ans
 - avec diagnostic : AJI, ACI et ARJ
 - Jusqu'en juin 2013
 - Mesure de la participation (activités de loisirs physiques ou sociales)



Résultats

- Les jeunes avec une atteinte sévère ont une participation sociale (famille et amis) < à ceux ayant une forme moins sévère
- Parmi les ado JIA et contrôles sains : pas de différences en terme d'interactions sociales
- Niveau d'AP + faible chez les enfants et ado avec JIA pour les activités modérées à soutenues, comparés à leurs homologues sains. Mais pas de différence entre eux quand on compare à un niveau d'AP faible
- Quels déterminants pour la réalisation des loisirs ?
 - Ajustés sur l'âge, les garçons ont un niveau d'AP + élevé que les filles
 - + l'enfant est jeune, + le niveau d'AP est élevé

OPEN ACCESS Freely available online

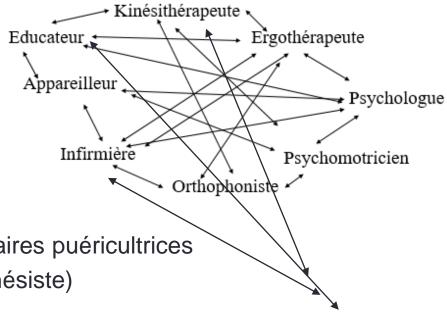


Leisure in Children and Adolescents with Juvenile Idiopathic Arthritis: A Systematic Review



Les professionnels impliqués en MPR

- Médecin MPR
- Kinésithérapeutes
- Ergothérapeutes
- Psychomotriciens
- Neuropsychologues
- Psychologues
- Orthophonistes
- Equipe soignante : IDE, auxiliaires puéricultrices
- Appareilleurs (podo/orthoprothésiste)
- Educateurs
- Education nationale



- **Enseignant en APA**
- ⇒La participation dans les AP est indispensable et peut même remplacer peu à peu les thérapies rééducatives, surtout dans la période de transition adolescence-âge adulte
- ⇒ Priorité des professionnels de santé

La prescription d'APA

Cadre législatif

LOI n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé (1)

Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée

- Qui prescrit et comment ?
 - Médecin intervenant pour la prise en charge de la maladie éligible à l'ALD
 - Protocoles F: fréquence ou I: intensité

I : intensité D : durée
T : travail F : fréquence
T : temps S : sécurisation

- Au cours d'une consultation NON remboursée par l'assurance maladie
- Quel remboursement par l'assurance maladie ?
 - Aucun
 - Modalités de prise en charge possible
 - Par le patient bénéficiaire, en totalité
 - Par certains acteurs territoriaux : partiellement ou totalement
 - Par les mutuelles : partiellement ou totalement

L'APA sur le terrain

- Quels intervenants?
 - Professionnels de santé
 - Professionnels titulaires d'un diplôme d'APA (EAPA)
 - Professionnels et personnes qualifiées disposant des prérogatives pour dispenser une AP aux patients atteints d'une ALD
 - Titulaires d'une certification délivrées par une fédération sportive agréée, répondant aux compétences précisées dans l'annexe 11-7-1
- Limitation fonctionnelles non sévères
- Atténuations des altérations
- Retour à une autonomie normale

Limitation fonctionnelles sévères

- Pas de limitation fonctionnelles avérées
- Autonomie normale conservée

« Lorsque les patients ont atteint une autonomie suffisante et présentent une atténuation des altérations mentionnées dans l'annexe 11-7-2 relative aux limitations fonctionnelles sévères, les professionnels mentionnés au 2° de l'article D. 1172-2 interviennent en complémentarité des professionnels de santé, s'appuyant sur le bilan fonctionnel établi par ces derniers. »

- Chez les enfants et ado
 - Nombreuses fédérations sportives qui ont développé des protocoles d'APA (clubs..)
 - Modalités définies en accord avec parents, éducateurs sportifs, médecin, enfant

Illustration par un cas

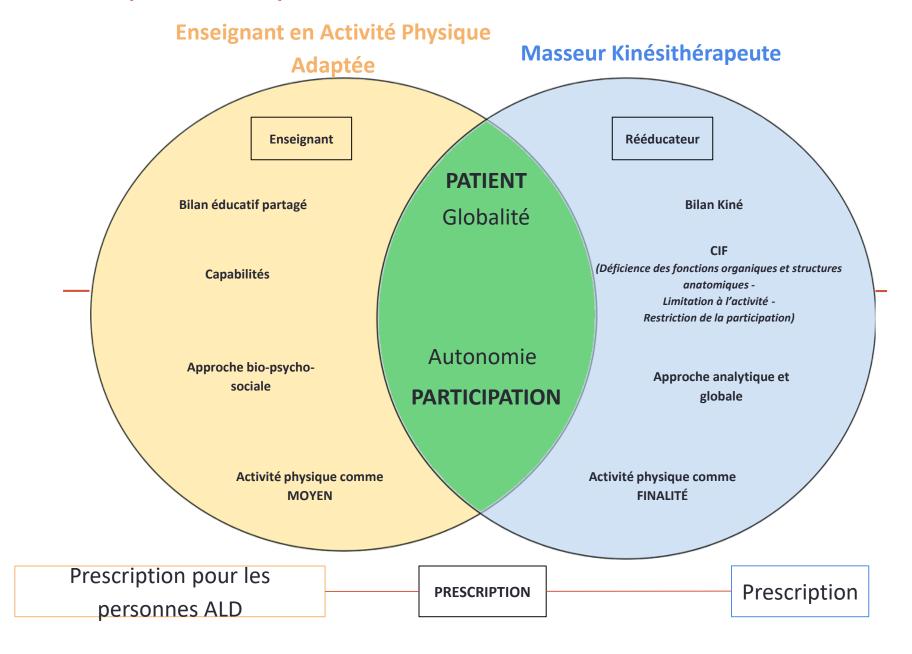
Théo 8 ans, PC: quadriplégie spastique prédominante à droite

Sur le plan clinique



- Concernant les activités :
 - aide pour l'habillage, la toilette
 - Mange seul les aliments préparés avec aides techniques
- Concernant la participation
 - Est en classe ULIS CE2
 - Veut faire du tennis de table avec son grand frère

Un exemple de coopération Kiné / EAPA



TAKE HOME MESSAGES

- Quel que soit le problème de santé, il faut encourager la participation!
- Collaboration et la complémentarité des différents professionnels : améliorer l'autonomie
- Limiter les comportements de sédentarité même si faible niveau d'AP
- Rôle des professionnels de santé dans la promotion de l'APA (à intégrer dans les AVQ)