

**Sport** santé bien-être **NOUVELLE-AQUITAINE**

**Direction de la santé publique et environnementale**

**Pôle Prévention Promotion de la santé**

Affaire suivie par : Marion Elissalde

Tél. : 05.57.01.47.39

Mèl. : [marion.elissalde@ars.sante.fr](mailto:marion.elissalde@ars.sante.fr)

Nos réf. : DSP-PPS-2021-001

Bordeaux, le 28 janvier 2021

Objet : crise COVID et activité physique adaptée au sein d'établissements listés.

Madame, Monsieur, Chère Consœur, Cher Confrère

Les mesures générales pour faire face à l'épidémie de COVID 19 (décret du 29 octobre 2020, actualisé le 27 novembre 2020<sup>1</sup>), prévoient à l'article 42 une dérogation pour permettre aux patients disposant d'une prescription médicale de poursuivre une activité physique adaptée au sein d'établissements listés.

Cette dérogation concerne uniquement les prescriptions médicales d'activité physique adaptée (APA) de patients porteurs de maladies chroniques pour lesquelles l'activité physique constitue un élément thérapeutique indiscutable (patients en ALD et/ou porteurs de maladies chroniques<sup>2-3-4</sup>) :

- BPCO
- Diabète de type 2
- Obésité
- Asthme
- Cancers
- Dépression
- Insuffisance cardiaque
- Accident vasculaire cérébral
- Troubles musculo squelettiques
- Pathologies coronaires
- Artérite oblitérante des membres inférieurs

Or, certains d'entre vous ont été sollicités ou pourraient être sollicités par leurs patients (parfois sous la pression de certaines structures sportives à but lucratif ou non) pour obtenir une prescription d'activité physique afin de pouvoir continuer à pratiquer alors qu'ils sont indemnes de pathologie chronique nécessitant la pratique d'activité physique à des fins strictement thérapeutiques. Etablir une prescription dans ce cas pourrait être considéré comme une prescription de complaisance.

Il vous appartient d'être vigilants dans le contexte épidémique actuel en Nouvelle-Aquitaine, marqué par une diffusion active du virus qui justifie de restreindre les déplacements des personnes au strict nécessaire.

S'agissant d'APA à des fins thérapeutiques, nous souhaitons attirer votre attention sur deux éléments à prendre en compte dans l'appréciation de la situation de chacun de vos patients :

- à l'instar du 1<sup>er</sup> confinement où près de 60 % des personnes ont fait moins de 30 min d'activité physique par jour<sup>5</sup>, cette nouvelle période de restriction expose les personnes à une diminution voire à l'abandon de l'activité physique. Or les patients ayant une maladie chronique ont déjà « en temps normal » un niveau d'activité physique inférieur à celui des sujets bien portants<sup>4</sup>. Ainsi il convient de renforcer l'information du patient sur l'importance de maintenir une activité physique<sup>6</sup>; l'interruption durable de l'activité physique constituerait une perte de chance<sup>7</sup>.
- certains de ces malades chroniques présentent des risques plus élevés de développer des formes graves de COVID 19<sup>8</sup> (ex : obèses). Les conditions dans lesquelles s'effectuent les activités physiques de ces patients doivent tenir compte de ce risque accru : l'APA en distanciel, les interventions à domicile ou a minima des conseils d'activités à réaliser en autonomie sont à privilégier.

Enfin, nous vous rappelons que les coordonnateurs territoriaux du PEPS (le dispositif néo-aquitain de prescription d'activité physique) sont à votre disposition pour vous aider à orienter les patients et/ou proposer des activités à domicile selon votre prescription.

Nous vous prions, Madame, Monsieur, Chère Consœur, Cher Confrère, d'accepter nos meilleures salutations.

Le Directeur général  
de l'Agence Régionale de Santé  
Nouvelle-Aquitaine,

  
Benoît ELLEBOODE

- 1 - Décret n° 2020-1454 du 27 novembre 2020 modifiant le décret n° 2020-1310 du 29 octobre 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire
- 2 - l'article L. 1172-1 du code de la santé publique : dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient
- 3 - Expertise collective INSERM « Activité physique : Prévention et traitement des maladies chroniques » qui établit le rôle thérapeutique de l'activité physique adaptée pour les pathologies chroniques
- 4 - BEH hors série du 3 novembre 2020 « activité physique en prévention et traitement des maladies chroniques »
- 5 - Résultats de l'enquête CoviPrev menée par Santé publique France
- 6 - Réponses rapides HAS du 19/11/2020 dans le cadre de la Covid-19 – Accompagner les patients ayant une maladie chronique somatique-
- 7 - Avis du 2 juillet du HCSP relatif à la reprise d'une activité physique adaptée des personnes atteintes de maladies chroniques et des personnes âgées pendant l'épidémie de Covid-19
- 8 - Avis du HCSP du 29/10 relatif à l'actualisation de la liste des facteurs de risque de forme grave Covid-19