







Dr Jean Jacques Domerego Odile Diagana





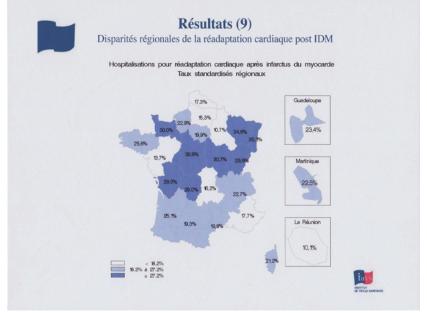
Préambule

En 2012, on constate en PACA-Est :

 Qu'un nombre insuffisant de patients bénéficie de rééducation cardiaque en phase 2 (environ 20%)

• Qu'il n'existe que peu de Centres de Rééducation Ambulatoire (Mougins,

CHU, ..)



• Qu'il n'y a aucune structure proposant une offre de phase 3 de reprise ou de poursuite d'Activité Physique respectant un cahier des charges adapté au public (contenu des programmes, formation de l'encadrement, outils de bilan et de suivi, accompagnement psycho-comportemental..)



La genèse...et les suites d'As du Cœur...

2012

Des constats, des questions et une rencontre



2013 CONCEPTION (programme, outils..)



2014

GROUPE PILOTE 2015 ETUDE SCIENTIFIQUE





















A.C.S 06 (ASSOCIATION DE PATIENTS)

Nice, Mougins, Saint Laurent du Var, Vence, Marseille...





As du Cœur en quelques mots

- Programmes de phase 3 d' Activité Physique (entre la phase 2 de réadaptation CV et la phase 4 d'autonomie) Adapté à des personnes atteintes de maladies cardiovasculaires
- Conçus sous l'impulsion / parrainage du champion d'athlétisme Stéphane
 DIAGANA par une équipe pluridisciplinaire
- Ayant fait l'objet d'une étude scientifique selon 2 critères : psychocomportemental (publication du protocole dans le BMC Cardiovascular Disorders) et médico-économique (en cours)
- Développés dans la « vraie vie » sur 6 sites des AM et amenés à être dupliqués dans d'autres départements (=> »modèle As du Cœur », inscrit dans un véritable parcours « médico-sportif »
- Avec le soutien de l'ARS PACA et Malakoff Médéric Innovation



As du Cœur en « pratique »

- Inclusion dans le programmes après :
 - un bilan médical complet + certificat de non contre-indication + fiche de liaison
 - un bilan de condition physique (tests validés SFMS) + entretien motivationnel par l'éducateur sportif
- Programmes d'une durée de 4 moins minimum, conformes aux recommandations de l'OMS pour une pratique « d'APA en TNM », en termes de type d'activité, d'intensité, durée et fréquence,
- Composé de 2 séances encadrées (marche nordique et circuits training) par un coach formé + 1 séance autonome, par semaine





Incluant un 1 accompagnement psycho-comportemental et un suivi



Les bénéfices du programme As du Cœur

- Amélioration significative de la Condition physique
 (Fréquence Cardiaque de repos et après 6 mn marche, endurance, souplesse, équilibre...) en moyenne + 10 %
- Bénéfices perçus à 3 niveaux :
 - ✓ Physique
 - ✓ Psychologique
 - ✓ Lien social
- Encadrement de qualité, formé
- Circuit sécurisé et ambiance positive



Azur Sport Santé : objet et missions

Association loi 1901 fondée le 8 août 2015 à Nice, avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé P.A.C.A.

Objet : «L'organisation, la promotion et le soutien au développement des pratiques physiques à but de santé et de bien-être (sport santé, activité physique adaptée à la santé et aux maladies chroniques APA TNM). »

Promouvoir la prescription d'activité physique par les professionnels de santé

Référencer

les acteurs du sport santé sur le territoire

Proposer une structuration territoriale efficiente du sport santé

Orienter
les bénéficiaires et
les professionnels
de la santé

Azur Sport Santé:
Centre de ressources, de promotion
et d'accompagnement du sport
santé

Contribuer à structurer les filières d'encadrement de la pratique et les contenus de formations

Aider à modéliser

des parcours médicosportifs et accompagner les acteurs souhaitant les développer

Favoriser

le partage d'expériences, fédérer, informer

Communiquer

27/09/16



La loi : amendement Fourneyron

LOI n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé (parue au JO du 27 janvier)

- AMENDEMENT N°917 présenté par Mme Fourneyron, Mme Bourguignon, M. Deguilhem et M. Juanico ARTICLE ADDITIONNEL
- APRÈS L'ARTICLE 35, insérer l'article suivant : Après l'article L. 1142–29 du code de la santé publique, il est inséré un article L. 1142–30 ainsi rédigé :
- « [Art. 1142–30] Art 144 : le titre 7 du livre 1er de la première partie du code de la santé publique est ainsi modifié : il est ajouté un chapitre 2 « prescription d'activité physique »

Art. L. 1172-1 : « Dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une maladie affection de longue durée, <u>le médecin traitant</u> peut prescrire une <u>activité physique adaptée</u>

- à la pathologie,
- aux <u>capacités physiques</u>
- et au <u>risque médical</u> du patient
- Les activités physiques adaptées sont dispensées [par des organismes soumis aux dispositions du code du sport et labellisés par l'Agence régionale de santé et par les services de l'État compétents] dans des conditions prévues par décret ».
- [« Une formation à la prescription d'une activité physique adaptée est dispensée dans le cadre des études médicales et paramédicales ».



Un exemple d'outil conçu par Azur Sport Santé

En pratique médicale ..pour induire et faciliter la prescription du « sport sur ordonnance » et de l' « APA TNM » dans les Maladies Chroniques : <u>Le</u> <u>Dossier Medico-Sportif</u>, et ses déclinaisons spécifiques (dont ADC)



<u>L'EDUCATEUR</u>	LIAISON A FAIRE R T A REMETTRE PAR S SPORTIF (Recto	LE PRATIQUANT	
Nom et prénom du futur pratiqu Date naissance ou âge :	vant :		
Nom et coordonnées (tampon		•	
Médecin traitant	Tel bureau	Tel portable	E mail
Médecin spécialiste (ex : Cardiologue)			
3. Educateur sportif			
Certificat médical de NCI délivr Ou autre (nom, titre, - Maladie principale (facultatif, - Type de programme recomma Programme « passerelle » Programme d'APA de mai	contact):uniquement si conser uniquement si conser uniqé: de reprise d'activité ntien ou de dévelopi tre tous publics	ntement du patient) physique adaptée	:
Séances sport santé bien-ê			
Séances sport santé bien-ê			
	atteinte au test	c/mn	

AZUR SPORT	SANTE	1 RESPECTO		
Précautions à prendre concernant le patient ;		481.44		
- Eléments cliniques à surveiller				
Essoufflement Palpitations				
Douleurs musculaires				
Douleurs				
Vertiges Mauvaise adaptation au programme				
Malaise vagal				
Zones de vigitance <u>A signaler d'une crois</u>	csur le schéma			
	Ω			
	$\langle \rangle$			
15 71	11 11			
/ // · ///	171 151			
(((,)))	5(1+1)/			
B () A.	W W			
\1./	\1/			
/r o ~ \	/-0-\			
\1/				
21.5		AZUR SPO		
Conseils à l'intention de l'éducateur sportif		LE CARDIOLOGUE (2) ET A CO		
éviter ou à recommander)				
	Ce tableau ne p	eut être renseigné qu'avec le	es éléments d'un bila	n spécialisé ri
	(électrocardiogra	eut être renseigné qu'avec le emme de repot, ergométri tif de mieux adapter le progran	s, échocardiographie	n spécialisé ré et permett
	l'éducateur sport	umme de repos, ergométri tif de mieux adapter le progran	s, échocardiographie nme / la séance.	n spécialisé ré et permett
	Féducateur sport CALCUL DU SCOR	umme de repot, ergométri tif de mieux adapter le program LE D'APTITUDE CARDIOLOGIQU	e, échocardiographie nme / la séance. E DATE :	n spécialisé ni et permett
	électrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Remptir les chijfs	umme de repot, ergométri tif de mieux adapter le program LE D'APTITUDE CARDIOLOGIQU es colonnes de droite Potient e	e, échocardiographie nme / la séance. E. DATE : t faire le total	n spécialisé ré et permett
	(électrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Rempér les chigh Date	umme de repot, ergométri tif de mieux adapter le program LE D'APTITUDE CARDIOLOGIQU es colonnes de droite Potient e	e, échocardiographie nme / la séance. E DATE :	n spécialisé ri et permett
	(Aleutrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Remptir les chiffs Date Données	de repot, argemitri di de mieux adapter le program le D'APTITUDE CARDIOLOSIQUI es colonnes de dreite Potient e SCORE D'APTITU	n, échocardiographie irme / la séance. E DATE : Efaire le total DE CARDIOLOGIQUE Score	n spécialisé ré et permett Patient
	(électrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Rempér les chigh Date	mema de repos, argemitivité de mieux adapter le program LE D'APTITUDE CARDIOLOGIQU res colonnes de droite Patient e SCORE D'APTITU moira de 55 ans	n, échocandiographie nme / la séance. E. DATE : E faire le total DE CARBIOLOGIQUE Score 3	et permett
	(Aleutrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Remptir les chiffs Date Données	memo de repor, ergometris if de mileux adapter le program le D'APTITUDE CARDIOLOGIQU es colonnes de direite Potient e SCORE CYAPTITU moins de 55 ans entre 65 et 14 ans	n, échocardiographie irme / la séance. E DATE : Efaire le total DE CARDIOLOGIQUE Score	et permett
	(Aleutrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Remptir les chiffs Date Données	memo de repor, ergométris (if de mileux adapter le program (if de mileux adapter le program (if de mileux adapter le program (if de mileux adapter patient e SCORE CYAPTITU moira de 65 ana entre 65 et 74 ana (if 75 à 65 ana	n, dehocardiographie nme / la séance. E DATE : If faire le total DE CARDIOLOGIQUE Score 3 2	et permett
	(Aleutrocardiogn l'éducateur sport CALCUL DU SCOR Remptir les chiffs Date Données	internation of region, engineering in the disease adapted is program to the disease and the di	s, - échocardiographies time / la séance. E DATE : t faire le total DE CARDIOLOGIQUE Score 3 2 1	et permett
	citestrocardiograp Féducateur sport CALCUL DU SCOB Rempilir les chiffs Date Données Age	annum de regote, argentificht (if de mieux adapter je program et en er en	s, dehocardiographies none / la séance. E. DATE : E. DAT	et permett
	cite ctrocardiography Felducateur sport CALCUL DU SCOS Rempér les chiffs Date Données Age Co Morbidités (1)	mores de de l'espai, argentalité de mieux adaptire program E CAPTITUDE CARDIOLOGIQUE es colonnes de droite Patient es SCORE (PAPTITU mores de 65 ans entre 66 et 14 ans plus de 55 ans	mme / la séamme /	et permett
	cite ctrocardiograp Priducateur sport CALCUL DU SCOB Rempilir les chiffs Date Données Age Co Morbidités (1) Pathologie	annum de regote, argentificht (if de mieux adapter je program et en er en	s, dehocardiographies none / la séance. E. DATE : E. DAT	et permett
	cident-recardings Féducates sport SALCUL-DU SCOS Remplió les chiffs Date Données Age Co Montaidel e (1) Pathologie motisce génante	annum de repote programa de la constanta de la	n,	et permett
	cialestreasticiscoper Féducateur sport CALCUL DU SCOR Remytir les chign Date Donnies Age Co Morbidate (1) Participale moticio gianate Fonction Vi Sin	accessed to expect agreement of the mineral adaptive program o	n,	et permett
	cident-recardings Féducates sport SALCUL-DU SCOS Remplió les chiffs Date Données Age Co Montaidel e (1) Pathologie motisce génante	accessed to misses adoptive programme of the misses and the misses an	n,	et permett
	cialestreasticiscoper Féducateur sport CALCUL DU SCOR Remytir les chign Date Donnies Age Co Morbidate (1) Participale moticio gianate Fonction Vi Sin	sease de recita programa de la compania del la compania de la compania de la compania del la com	n,	et permett
	ciès et recardinger Féducateur spor CALCUS, DU SCOB Rengió les chiffs Date Dunnées Age Co Montridate (1) Pultudegie motivo ginante Fronction Viú en el chocardingsplee	senando de respon seguridad de la miser a seguir de la miser a destina Particira de consente de devide Particira de consente de la riu asu de 12 a se de 12 a	n,	et permett
	ciès et recardinger Féducateur spor CALCUS, DU SCOB Rengió les chiffs Date Dunnées Age Co Montridate (1) Pultudegie motivo ginante Fronction Viú en el chocardingsplee	months de reque segendar le propies EPATTIME CARDINO GIGGI SCORE GAPTITI MONTHS DE REPUBLICA SCORE GAPTITI MONTHS DE REPUBLICA MO	n,	et permett
	ciale trivecardings of the Control o	months de reque segendar le proper de micro salegire le proper de contract de la contract se colones de double casa se colones de double casa serve de 1 x se para de 1 m anode competite plante de la ma anode tracta de la competite plante de la competite plante plante de la competite plante de la competite plante de la competite plante de la competite plante de la competite plante plante de la competite plante de la competite plante de la	n,	et permett
	ciès et recardinger Féducateur spor CALCUS, DU SCOB Rengió les chiffs Date Dunnées Age Co Montridate (1) Pultudegie motivo ginante Fronction Viú en el chocardingsplee	continue de la companie de la compan	n,	et permett
	ciale trivecardings of the Control o	and the response of the property of the proper	n,	et permett
	ciale trivecardings of the Control o	months de reque segendar le proprie de miches delaptic le proprie ESCAPTITUDE CARDINO, GIGGO SCORRE GARDINO, GI	n,	et permett
	ciale trivecardings of the Control o	moran de respect agregative le propare de micros deligite le propare de colones de double de colones de colones de sociones de double de accose de colones de colones de accose de respecta moran de 65 ans moran de 65 ans moran de 67 ans para de 68 ans accose 2 de para para de 68 ans accose 2 de para para de 68 ans accose 2 de para para de 68 ans accose 2 de para accose 2 de para 2	, who was dispersional control of the control of th	et permett
	ciale trivecardings of the Control o	months de reque segendar le proprie de miches delaptic le proprie ESCAPTITUDE CARDINO, GIGGO SCORRE GARDINO, GI	n,	et permett
	claim to examing on the control of t	price de competite proprie tende de la competite de compe	, this work dispersion of the state of the s	Patent
	ciale de vecanifique Pédicacière signi EALCIS, DISSOS Rengiér les chign Deniére Domiére Co Mortindale (1) Parlindagie motive planete Perfection VG en échicaminopphie ECG repos (2) Egresse d'affort EGRESSE LE C	Account of the companies of the companie	, bit have dispersional properties of the control o	Patient Nuipoc u
	claim to examing on the control of t	control of	, b, do bear dispessable profit for the first particle profit for	Padent Padent N.DOC 33 on SAFS (as ab)
	ciale streamform professor for the control of the c	content de requestre propriet de contente de foulbre de contente de foulbre de contente de foulbre de contente de foulbre de contente de c	An including participant of the participant of	Patient NiDOC si no daPs pan bal
	ciale streamform professor for the control of the c	control of	An including participant of the participant of	Patient NiDOC si no daPs pan bal
	claim to examing and to the control of the control	content de requestre propriet de contente de foulbre de contente de foulbre de contente de foulbre de contente de foulbre de contente de c	An including participant of the participant of	Patient NiDOC si no daPs pan bal



Dossier médico sportif du futur pratiquant d'APA en TNM

Il contient:

<u>Document n° 1</u>: un courrier d'information à remettre par le pratiquant au médecin et aux spécialistes traitants <u>lors</u> du rendez-vous pour l'examen <u>médical</u> obligatoire avant de pratiquer une activité physique.

<u>Document n° 2</u>: une fiche déclarative à remplir par le pratiquant <u>avant le rendez-vous chez son médeci</u>n et à lui remettre lors de la consultation.

<u>Document n° 3</u>: une fiche de liaison à compléter impérativement par le médecin ou le spécialiste (+ doc 5 pour malades cardiovasculaires) suivant les résultats de la consultation et <u>à remettre à l'éducateur sportif.</u>

<u>Document n° 4</u>: un modèle de Certificat Médical de Non Contre Indication à proposer au médecin s'il souhaite s'en servir (il peut également le rédiger librement ou il devra peut-être remplir celui que le club vous aura fourni).



1) Le courrier aux médecin

AZUR SPORT SANTE



DOCUMENT Nº 1.: COURRIER D'INFORMATION DESTINÉ AUX MEDECINS DU FUTUR PRATIQUANT D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE/ DE SPORT SANTÉ

Cher(s) confrère(s), chère(s) consoeur(s),

Vous souhaitez que votre patient(e) pratique une activité physique adaptée à sa santé (1), ou <u>ce(tte)</u> dernier(e) vous en a fait la demande.

Azur Sport Santé (2) a conçu un dossier médico-sportif destiné à accompagner les personnes atteintes de maladies chroniques ou sédentaires à risque souhaitant s'inscrire dans des structures proposant des programmes d'activité physique adaptée en thérapeutique non médicamenteuse.

Pour guider votre patient dans les étapes du bilan médical que vous allez pratiquer et qui est nécessaire à la délivrance du certificat de non contre-indication pour la pratique de ces programmes, il nous a semblé souhaitable, pour ne pas surcharger vos consultations, que votre patient :

- ✓ prenne un rendez vous spécifique pour ce bilan,
- ✓ remplisse <u>une fiche de renseignement déclarative</u> à vous remettre le jour de son rendez vous,
- √ vous remettre les éléments du dossier médico-sportif que vous aurez à compléter.

En effet, nous sollicitons votre collaboration pour optimiser la prise en charge de votre patient par l'éducateur sportif, en vous invitant à compléter, au décours de votre consultation et de l'examen médical, <u>la fiche de liaison (document 3)</u> qui aidera l'éducateur sportif à adapter le programme et les séances aux paramètres de santé de son futur pratiquant.

Des modèles de bilan médicaux et un modèle de certificat de non contre-indication sont également disponibles dans son dossier (adresse site internet...), si vous souhaitez les utiliser.

En ce qui concerne vos patients présentant une maladie ou un risque cardiovasculaire, il est important de vous assurer de la réalisation d'un bilan cardiovasculaire récent avant d'établir le certificat médical, et si possible de renseigner le score d'aptitude cardiologique de la fiche de liaison à l'aide du tableau du document 5.

Nous vous remercions donc par avance de votre collaboration et nous nous tenons à votre disposition pour de plus amples renseignements.

Dr FUCH Alain, Président d'Azur Sport Santé Dr DOMEREGO Jean-Jacques Cardiologue Médecin coordonnateur d'Azur Sport Santé Tel 06 60 28 17 64 Mail domeregoji@orange.fr

AZUR SPORT SANTE

(1) RECOMMANDATIONS DE L'OMS :

POUR L'ACTIVITE PHYSIQUE EN THEAPEUTIQUE NON MEDICAMENTEUSE :

- ACTIVITÉS AÉROBIES :

√ 5 heures à intensité modérée par semaine (= ex 5 fois 1 h de marche modérée)

Qu.

- √ 2 h 30 à intensité élevée (= ex 3 fois 45 mn à 1 h de circuit training ou de marche nordigue soutenue)
- AUTRES ACTIVITÉS : Ajouter à ces pratiques du renforcement musculaire et des activités renforçant l'équilibre

- POUR L'ACTIVITE PHYSIQUE EN PREVENTION SANTÉ

ACTIVITÉS AÉROBIES (marche active ou nordique, footing, nage, vélo...)

- Au moins 30 mn d'AP modérée, 5 fois par semaine, ou 25 minutes d'AP d'intensité moyenne, 3 fois par semaine
- ✓ Des temps de 10 mn cumulés sont efficaces

AUTRES ACTIVITÉS

 Intégrer renforcement musculaire et souplesse en plus, avant ou après chaque séance, 2 fois par semaine, surtout si vous choisissez une AP aérobie modérée

(2) AZUR SPORT SANTÉ:

AZUR SPORT SANTÉ (A2S) est une association conventionnée avec l'ARS PACA pour promouvoir, organiser et développer la pratique d'activité physique adaptée aux maladies chroniques et le sport santé bien-être dans les Alpes-Maritimes et le Var.

Pour information, un référencement des offres proposées par les structures de ce territoire est en cours de réalisation par Azur Sport Santé.

Une cartographie de ces offres, en fonction d'un cahier des charges spécifique pour chaque type d'offre, en fonction du public ciblé, sera mise en ligne fin 2016.

Elle distinguera plusieurs 4 catégories d'offres (proposition) :

- Programmes de reprise d'APA en TNM (activité physique adaptée en thérapeutique non médicamenteuse) ou « APA 1» destinés à des personnes atteintes de maladies chroniques ou sédentaires à risque.
- Programmes de maintien et de développement d'APA en TNM (activité physique en thérapeutique non médicamenteuse) ou « APA 2 » destinés à des personnes atteintes de maladies chroniques ou sédentaires à risque

En attendant cette cartographie, votre patient ou vous même pouvez appeler au standard d'Azur Sport Santé pour toute information complémentaire :



2) La fiche déclarative à remettre au médecin

AZUR SPORT SANTE



DOCUMENT № 2: FICHE DECLARATIVE A REMPLIR PAR LE PRATIQUANT AVANT LE RENDEZ VOUS ET A REMETTRE AU MEDECIN

Votre médecin vous conseillera et vous guidera pour <u>la pratique d'activité physique adaptée à votre santé.</u>

<u>Un certificat médical de Non Contre-Indication</u> ne vous sera délivré qu'après estimation de votre état de santé et un <u>examen médical complet</u> avec, si nécessaire, des examens complémentaires pour tenir compte du meilleur bénéfice et de la sécurité de votre future pratique.

Pour faciliter ce bilan merci de <u>remplir attentivement le questionnaire suivant avant</u> votre rendez-vous et <u>de le remettre le jour de la consultation à votre médecin</u>

Nom	, prénom :					
DAT	E DE NAISSAN	CE/AGE:				
Sexe	: Femme	Homme	Poids :	kg	Taille :	cm
Dern	ière consultatio	on médicale	moins de 6 r	nois 🗆 1 an	2 ans	3 ans ou plus
Etat	actuel de forme	e : Je me sens	s : 🔲 très bien	□ bien	□ fatigué	☐ très fatigué
Prob	lèmes de santé	familiaux (P	ère, Mère, Frère	, Sœur) :		
Hygi	ène de vie :					
٠	Je considère m Équilibrée		ation comme : ennement équili	brée 🔲 I	Pas équilibr	ée
•	Consommatio Pas du tout		mps en temps	Nombre	de verres p	arjour:
•	Tabac : ☐ Je n'ai jama ☐ J'ai stoppé o			e fume plus Je fun	depuis plus ne encore	de trois ans
•	Je fais de l'acti ☐ Jamais ☐ Plusieurs fo	□ Rarement	Plusi	eurs fois par ulièrement le		
	Type d'activité Marche Autre :	é pratiquée : □ Gymnast		tation 🖺	Vélo Toi	Sport collectif

AZUR SPORT SANTE



- Statut médical et fonctionnel

 Symptômes: merci de signaler tous les symptômes vous paraissant inhabituels ou anormaux (cocher et compléter)
☐ Fatigue ☐ essoufflement ☐ palpitations ☐ vertiges ☐ malaises
☐ Douleurs (préciser) :
• <u>Traitements</u>
☐ Je ne prends pas de médicaments
☐ Je prends des médicaments pour :
☐ L'hypertension ☐ le cholestérol ☐ le diabète ☐ la coagulation
□ mon cœur □ les douleurs □ les rhumatismes
☐ Autres raisons
Autres remarques ou faits à signaler à mon médecin :
Déclaration sur l'honneur
Je déclare exactes et sincères les informations renseignées par mes soins et m'engage à signifier toute évolution de mon état à mon médecin traitant
J'ai pris note de l'intérêt de l'activité physique pour ma santé et observerai scrupuleusement les conseils délivrés par mon médecin
Date : Signature



3) La fiche de liaison

AZUR SPORT SANTE



DOC UMENT N°3: FICHE DE LIAISON A FAIRE REMPLIR PAR LE MEDECIN

ET/OU LE CARDIOLOGUE ET A REMETTRE PAR LE PRATIQUANT A

L'EDUCATEUR SPORTIF (Recto Verso)

L'EDUCATEUR	SPORTIF (Recto	Verso)	DAIL.		
Nom et prénom du futur pratique	ant:				
Date naissance ou âge :					
Nom et coordonnées (tampon et	t téléphone) du ou	des médecins pres	scripteurs		
	Tel bureau	Tel portable	E mail		
Médecin traitant					
Médecin spécialiste (ex : Cardiologue)					
3. Educateur sportif					
Certificat médical de NCI délivré	par 🔲 1 🔲 2				
Ou autre (nom, titre, o	contact) :				
- Maladie principale (facultatif, u	niquement si conse	ntement du patient)	<i>t</i> :		
- Type de programme recomman	ı <u>dé</u> :				
Programme de reprise d'APA en TNM (APA1) Programme de maintien ou de développement d'APA en TNM (APA2)					
- Fréquences cardiaques :					
Fréquence cardiaque de repos		c/mn			
Fréquence cardiaque maximale a	atteinte au test	c/mn			

Fréquence cardiaque de repos c/mn

Fréquence cardiaque maximale atteinte au test c/mn
d'effort

Et / ou Fréquence cardiaque à ne pas dépasser c/mn % FMT
S possible :
Score cardiologique Calculé de 1 à 15 (Cf. document 5)

(Tournez la page SVP)

AZUR SPORT SANTE

A REMPLIA

 Précautions à 	prendre o	concernant l	e patient :
-----------------------------------	-----------	--------------	-------------

- Eléments cliniques à sur	veiller	
Essoufflement Palpitations Douleurs musculair Douleurs Vertiges Mauvaise adaptation Malaise vagal		
- Zones de vigilance	A signaler d'une	croix sur le schéma

Conseils à l'intention de l'éducateur sportif (ex : type d'activité ou d'effort à éviter ou à recommander)



4) Le modèle de certificat médical

AZUR SPORT SANTE



DOCUMENT Nº 4: MODELE DE CERTIFICAT DE NON CONTRE-INDICATION

NB: Ce certificat est un modèle générique et il se peut que la fédération ou le club propose un document spécifique à compléter

CERTIFICAT MÉDICAL DE NON CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE OU D'UN SPORT SANTE

(Ce certificat doit avoir moins de 6 mois à la date de saisie informatique de la licence par le secrétariat du club concerné et accompagné du bulletin d'adhésion)

(Examens cardio-vasculaires à réaliser suivant les recommandations)				
Je soussigné(e) Docteur en médecine (NOM et PRENOM en lettres capitales) :				
Certifie avoir examiné ce jour				
(NOM, Prénom) :				
Et n'avoir constaté aucune contre- indicatio (nom. du sport tel que intitulé par le club ou le nom du programme : ex : athlétisme, pronordique) :	la fédération, avec éventuellement spécifié			
Sport :				
Programme ou activité :				
Fait à : le (date obl	igatoire) :			
CERTIFICAT MÉDICAL DÉLIVRÉ À LA DEMANDE DE L'	INTÉRESSÉ(E) ET REMIS EN MAIN PROPRE			
Signature du médecin	Cachet du médecin			
	9			

27/09/16



5) Le score d'aptitude cardiologique

AZUR SPORT SANTE

NOTAMMENT POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE MCV ou à risque CV:

DOCUMENT 5 A REMPLIR PAR LE CARDIOLOGUE (2) ET A CONSERVER (confidentiel)

Ce tableau ne peut être renseigné qu'avec les éléments d'un bilan spécialisé récent et permettra à l'éducateur sportif de mieux adapter le programme / la séance.

CALCUL DU SCORE D'APTITUDE CARDIOLOGIQUE DA

Remplir les chiffres colonnes de droite Patient et faire le total

Date		SCORE D'APTITUDE C	ARDIOLOGIQUE	
Données				
			Score	Patient
Age	moins de 65	5 ans	3	
	entre 65 et	74 ans	2	
	de 75 à 85 a	ans	1	
	plus de 85 a	ans	0	
Co Morbidités (1)	aucune		2	
	une seule		1	
	2 ou plus		0	
Pathologie	aucune		2	
motrice génante	modérée et compatible		1	
	génante et incompatible		0	
Fonction VG en	FEVG Syst	> 50%	2	
échocardiographie	FEVG 35 à 49% ou aAlt Diast		1	
	FEVG < 35	5%	0	
ECG repos (2)	Normal, compatible APS		3	
	Arythmie bénigne		2	
	Arythmie significative compatible		1	
	Ischémie ou	arythmie a haut risqu	0	
Epreuve d'effort	>80% FMT et/ou Palier > 90 watt		3	
	60 à 80% FMT et /ou Palier > 60		2	
	40 à 59% FMT et /ou palier > 40		1	
		FMT et /ou palier < euve non réalisable	0	
		TOTAL SCORE	/15	į.

REPORTER LE CHIFFRE TOTAL DU SCORE SUR LA FICHE DE LAISON (DOC 3)

Note 1 Comorbidités : prendre en compte les comorbidités gênant ou limitant la pratique d'APS (ex : BPCO, prothèse, canal lombaire, séquelle neurologique...)

Note 2 ECG Arythmie bénignes = ESA, ESV isolées, pas de haut degré Arythmie significative sans haut risque = ACFA bien tolérée Arythmies V bénignes hors coronaropathie Ischémie nette dans plusieurs dérivations ou trouble de haut degré V (bigéminisme, ESV polymorphes.)

Nom c	lu mádar	in Tam	non et c	ionature

het du médecin		

AZUR SPORT SANTE

INTERPRETATION DU SCORE D'APTITUDE CARDIOLOGIQUE ;

NIVEAU 3:

- SCORE = 15 = Patient Entrainé = patient de moins de 65 ans pouvant avoir une pathologie cardiaque chronique mais en bon état général, actif, non sédentaire, pratiquant déjà des activités physiques régulières ou ancien sportif régulier, sans traitement lourd, sans comorbidité avec une fonction VG conservée et apte a réaliser plus de 80% de sa FMT à l'ergométrie sans anomalie
- ✓ SCORE de 13 à 15 = Patient Vigoureux = patients de moins de 75 ans ou entre 75 et 85 ans, sans co-morbidité notable ou avec une co-morbidité légère, pas de trouble de la motricité, plus de 60 % de la de la FMT sans anomalie à l'effort.

NIVEAU 2:

✓ SCORE DE 10 à 13 = Vulnérable = patients de plus de 75 ans ou plus de 65 ans avec plus d'une co-morbidité, pas de trouble de la motricité ou pathologie motrice compatible

NIVEAU 1:

SCORE DE 5 à 9 = Fragile = patients de plus de 85 ans ou plus de 75 ans avec plusieurs comorbidités, et/ou trouble limitant de la motricité motrice (recommandation de séances avec un kinésithérapeute avant d'envisager programme As eu Cœur)

NON APTE AU PROGRAMME AS DU CŒUR:

✓ SCORE CARDIOLOGIQUE < 5 = Très fragile, très fatigables ou très déconditionnés
</p>

Le score d'aptitude cardiologique sera ajouté au score de condition physique calculé par 'éducateur sportif et en fonction du score total, ce dernier pourra adapter le programme (intensité, nombre de répétitions, durée, fréquence cardiaque cible d'entraînement...)

12

11



Agita! La dynamique Azur Sport Santé 06/84

Agita!: identifier, puis fédérer, « faire bouger, bousculer, secouer » tous les acteurs du territoire, à quelque niveau que ce soit (bénéficiaires, effecteurs, prescripteurs, promoteur) et les faire rentrer dans la dynamique proposée par A2S





16



Merci à nos partenaires

Nos partenaires principaux :

- ARS PACA
- Malakoff Médéric

Nos partenaires sur des actions spécifiques :

- Ville de Nice
- RSI Côté d'Azur Avec la conférence des financeurs des Alpes Maritimes

Nos partenaires fondateurs :

- L'Université de Nice-Sophia-Antipolis
- L'Espace Partagé de Santé Publique
- Le Comité Régional Olympique et Sportif
- Le RSI Côte d'Azur







As du Cœur en image

VIDEO

