

# Accompagner les patients diabétiques à la pratique d'une activité physique ou sportive « ADAPS »

Un programme de la FF EPMM Sports pour Tous en partenariat avec l'AFD, la FNMF, l'USD

**F.LE CREN, F.KARTOUT, Y. PRIOUX, G.STRAUCH**



Subventionné par la DGS et la Direction des sports

# Introduction

- L'activité physique et sportive (APS) est un facteur bien établi d'amélioration de la prévention du diabète, de ses complications et de la qualité de vie au quotidien
- ADAPS se veut un dispositif multifactoriel de sensibilisation et d'accompagnement des diabétiques vers une pratique d'activité physique adaptée et régulière
- Il a été retenu pour l'appel à projet national « Activité physique et personnes vivant avec une maladie chronique » et s'inscrit dans le plan national pour l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes de maladies chroniques (2007-2011)

# OBJECTIFS OPERATIONNELS

- **Objectif 1:** compléter la formation de professionnels de l'activité physique et sportive à l'accueil et l'intégration des diabétiques
- **Objectif 2:** contribuer à la formation des bénévoles (Patients Experts\* de AFD) chargés de sensibiliser à la pratique de l'activité physique notamment
- **Objectif 3:** réaliser des ateliers passerelles (DiabetAction\*) pour préparer les diabétiques à une pratique régulière d'APS en clubs
- **Objectif 4:** sensibiliser, conseiller et orienter les diabétiques vers des stages médico-sportifs proposés par l'USD) avec des Réseaux de santé
- **Objectif 5:** former des professionnels de la santé des centres mutualistes à inciter les patients diabétiques ou à risques à pratiquer une APS

# Un atelier passerelle Diabetaction développé depuis 2009

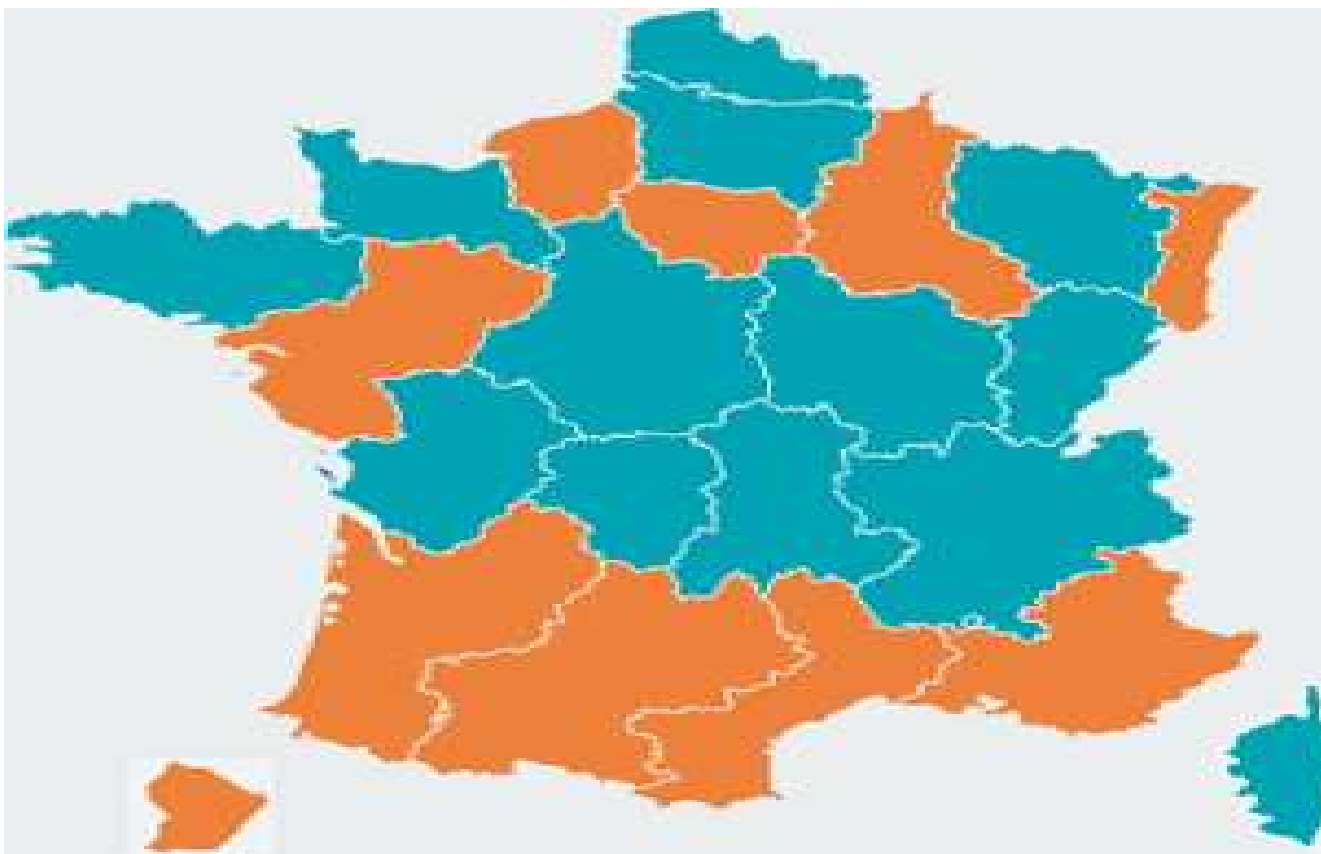
| Objectif dominant  | Test initial (T1)   | Programme par semaine  | Test final (T2)   |
|--|---|--|---|
| Renforcement des capacités physiques<br><b>et</b><br>Prise en compte des éléments favorables à une meilleure santé | <b>Oui</b><br>(test d'endurance, force, souplesse, équilibre) | 1h d'activité physique sportive variée en <b>groupe</b>                                    | <b>Oui</b><br>(test d'endurance, force, souplesse, équilibre) |
|  |   | 30' d'échanges thématiques<br><a href="http://www.diabetaction.fr">www.diabetaction.fr</a> |   |
|  |   | 2 x 30' d'activité physique à <b>domicile</b>  |   |
| Cycle de <b>12 séances</b> (3 mois)  |   |  |   |

Un programme multifactoriel, support de cette stratégie ...

# Evaluation préliminaire des effets du programme DiabetAction à 11 mois

- Protocole : N = à compléter; Lieux : PACA, en collaboration avec réseau Diabaix (Dr Céline Orhond)
- Taux d'observance dans la pratique d'activité physique à 11 mois : 73,7%
- Effets significatifs qualité de vie (SF36), niveau d'activité physique, force des membres inférieurs et endurance cardiovasculaire
- Proches du seuil de significativité: abaissement des barrières à pratiquer une AP, augmentation du sentiment d'efficacité personnelle

# Les régions d'implantation de DiabetAction



# Actions réalisées 2009-2011

- Information et sensibilisation de **2600** **corriger les chiffres de ce paragraphe** personnes atteintes de diabète et leurs proches : Haltes aux complications 800, Salons du diabète 1200, **Fêtes des diabétiques qui bougent 250**
- Accompagnement de **600** personnes atteintes de diabète : programmes DiabetAction
- Formation de **90** animateurs sportifs FFEPMM Sports pour Tous
- Formation de professionnels de la santé mutualiste : PACA
  - Réunions de concertation avec des professionnels de l'ETP en Diabète
- Formation de **61** Patients « Experts » de l'AFD

# Conclusion

- ADAPS est un processus cohérent d'incitation des personnes diabétiques à l'APS et s'inscrit en complément des pratiques de l'ETP des prof. de santé
- ADAPS montre des résultats très encourageants en matière de compliance
- Le programme DiabetAction de l'EPMM Sport pour Tous est **déjà** disponible dans plusieurs régions

» Mettre l'adresse web où on peut se renseigner



# Remerciements

- **comité scientifique ADAPS :**
  - Marie Eve Mathieu, PhD, professeure/ chercheure, Université de Montréal
  - Pr Martine Duclos, Médecin endocrinologue, CHU G. Montpied
  - Frédéric Le Cren, PhD, coordonnateur scientifique FFEPMM
  - Pr Georges Strauch, Professeur en diabétologie, Président de l'USD
  - Dr Fatima Kartout, Médecin Santé publique/chef de projet, FNMF
  - Pr Jean François Gautier, Diabétologue, AFD
  - Dr Jean Luc Grillon, Médecin-conseiller, DRJSCS Champ. Ard.
- **comité de pilotage ADAPS :**
  - Yannick Prioux, secrétaire général AFD
  - Nicole Renollet, vice-Présidente USD
  - Dr Fatima Kartout, Médecin Santé publique/chef de projet, FNMF
  - Frédéric Le Cren, PhD, responsable national du projet ADAPS
- **Contributeurs au projet**
  - Réseau Diabaix et Réseau Paris Diabète
  - Université Paris Ouest Nanterre La Défense et Université de Marseille, UFR STAPS (Formation, mise en place hospitalière et au sein d'un réseau de santé, évaluation)
  - APHP La Pitié Salpêtrière (Lieu d'expérimentation, service Nutrition-Diabétologie)
  - APHP Hôtel Dieu (Lieu d'expérimentation, service Diabétologie)