

Associer l'activité physique au médicament : une stratégie efficace

Lors d'un colloque organisé par l'EXECUTIVE HEALTH CLUB, l'agence de promotion de l'activité physique pour la santé, CLINICPROSPORT, a invité le Pr Arnaud Basdevant et M. Patrick Tereygeol à débattre, devant des décideurs de l'industrie pharmaceutique, des enjeux de la prescription de thérapeutiques non médicamenteuses dans la prise en charge des patients atteints de pathologies chroniques. Avec le souhait de voir figurer systématiquement ces recommandations sur l'ordonnance, comme le préconise la Haute Autorité de Santé (HAS) dans son rapport publié en avril 2011.

La plupart des personnes qui consultent un médecin s'attendent à repartir avec une ordonnance. Pourtant, se maintenir en bonne santé ou la retrouver ne passe pas uniquement par la prise de médicaments. Avoir une activité physique, suivre un régime, se faire aider par un psychologue, un diététicien, ... est souvent aussi utile que la prise d'un traitement médicamenteux. Bien que recommandée par les agences sanitaires, les autorités scientifiques et les sociétés savantes, cette prescription de thérapeutiques non médicamenteuses validées est encore marginale. Alors même que les études démontrent leur réel intérêt chez les patients atteints de maladies chroniques.

Changer de paradigme

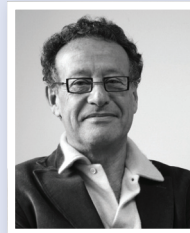
« L'activité physique est plus efficace qu'un médicament pour prévenir l'apparition du diabète dans la phase obèse », assure le Pr Arnaud Basdevant, professeur de nutrition et praticien hospitalier à la Pitié-Salpêtrière. Evoquant le modèle de « l'obésité comme celui de maladie chronique liée au comportement et à l'environnement », le spécialiste a insisté sur « la contribution à la santé des modifications des habitudes de vie » et les « nécessaires changements de paradigmes, à commencer par celui de l'héritage pastorien dissociant médecine préventive et curative ». Il faut désormais s'affranchir d'un modèle obsolète, « décroisser le médical et le non médical, adopter vis-à-vis du patient des stratégies de facilitation et non plus d'injonction et aller vers la démedicalisation radicale de beaucoup d'activités », estime le praticien. Le « Bouger plus, manger mieux » prôné par l'INPES n'est pas suffisant. D'où la néces-

sité d'adopter des conduites multifocales et multiniveaux (personnel, environnemental, sociétal,...) pour aider et accompagner les patients vers plus d'autonomie.

Le rôle de l'ETP

Dans cette approche systémique de la personne, les programmes d'ETP occupent une place grandissante au sein du système de santé. Patrick Tereygeol (ARS Île-de-France) a ainsi souligné le rôle de l'éducation thérapeutique dont les finalités sont de rendre « autonome » le patient par rapport à sa maladie. Ce qui implique d'une part la responsabilisation du patient et, d'autre part, sa compliance aux traitements, qu'ils soient purement médicamenteux ou complémentaires. « Dans ce contexte de prise en charge globale, les ARS ont la volonté d'accompagner tous les acteurs et réfléchissent aux moyens adaptés pour y parvenir », conclut Patrick Tereygeol. Tout en nous invitant à changer de regard sur la notion de traitement au profit d'une conception plus large, où les prises en charge médicamenteuses et non médicamenteuses sont perçues comme complémentaires et non opposables. Prescrites sur les ordonnances comme tout autre traitement, les thérapeutiques non médicamenteuses soulèvent toutefois quelques interrogations, notamment par rapport à la formation et leur financement. Un point sur lequel l'industrie pharmaceutique pourrait cependant avoir un rôle à jouer.

Promouvoir l'activité physique et sportive pour la santé



Roland KRZENTOWSKI, Président de CLINICPROSPORT. Rencontre.

« L'activité physique est aussi essentielle que le maintien d'un bon équilibre alimentaire ou la prise de médicaments », soutient

L'activité physique est-elle considérée comme une thérapeutique non médicamenteuse efficace ?

Au cours des dernières années, des données importantes et des méta-analyses ont été publiées, montrant le rôle bénéfique d'une activité physique régulière pour éviter l'entrée en maladie, réduire les complications, ou agir sur les symptômes, la condition physique et la qualité de vie. Sont particulièrement impactées des pathologies cardiovasculaires et neurodégénératives, certains cancers (colon, sein), le diabète, la BPCO. C'est une thérapeutique à part entière, et les sociétés savantes concluent à un niveau de preuves élevé (Grade A). D'ailleurs, certains systèmes de santé encouragent déjà cette prise en charge en proposant le remboursement partiel des frais d'inscription à un club sportif (Belgique).

Que propose CLINICPROSPORT ?

Avec l'appui de grands laboratoires précurseurs en ce domaine, nous formons des professionnels de santé à la prescription et au suivi d'activités physiques ou sportives. Nous concevons également à destination d'un large public - patients, adhérents de complémentaires santé, seniors, enfants... - des programmes d'éducation à la santé multicanaux. Enfin, nous intervenons dans les entreprises afin d'améliorer la santé au travail.