



PREMIER COLLOQUE

Lieu de santé  
promoteur de santé

Continuité et coopération en sante

## PARCOURS EN ACTIVITE PHYSIQUE POUR LA SANTE ENTRE L'HOPITAL ET LA VILLE



**Dr P.NGUYEN**

*Médecin responsable de l'UTAPS*

*Unité Transversale d'Activité Physique pour la Santé*

*Centre Hospitalier de la Côte Basque*

*64100 Bayonne*



**Les experts**

Les bénéfices ne sont plus à démontrer



**Les instances**



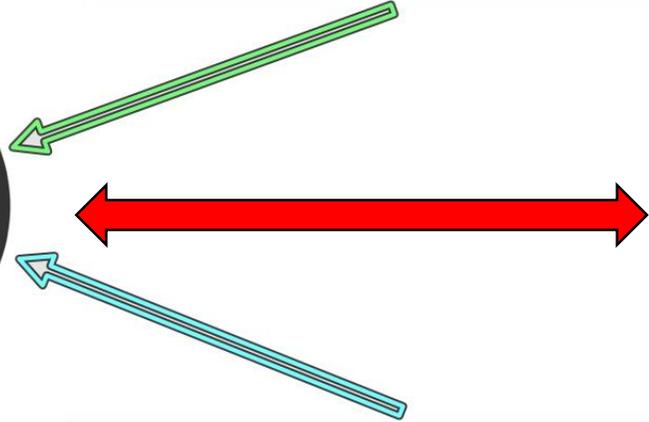
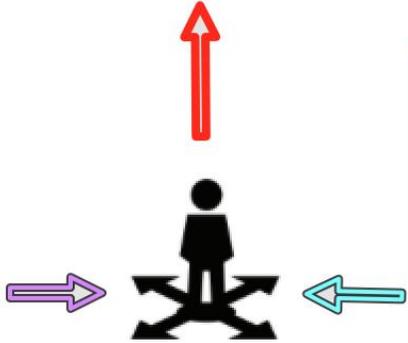
**LA CAPACITE D'EXERCICE EST LE MEILLEUR INDICATEUR DE SANTE**




**Les prescripteurs et les acteurs de l'activité physique pour la santé**



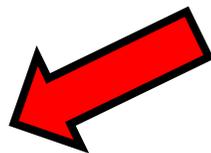
**Les bénéficiaires**

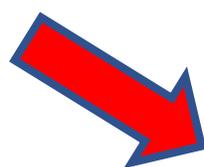


**PRATIQUE**

**Réseau APS  
Maillage territorial**



**RECHERCHE**

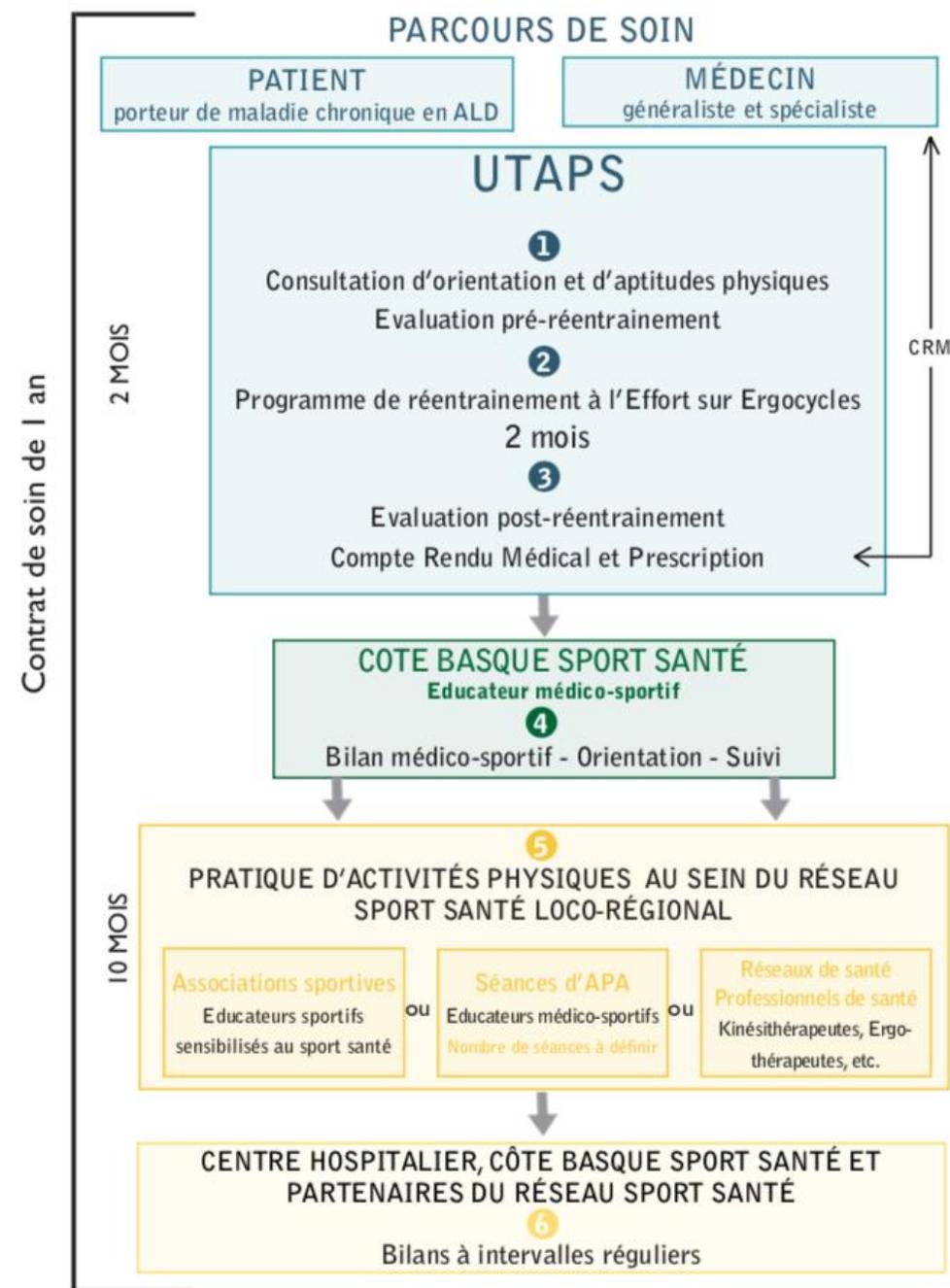


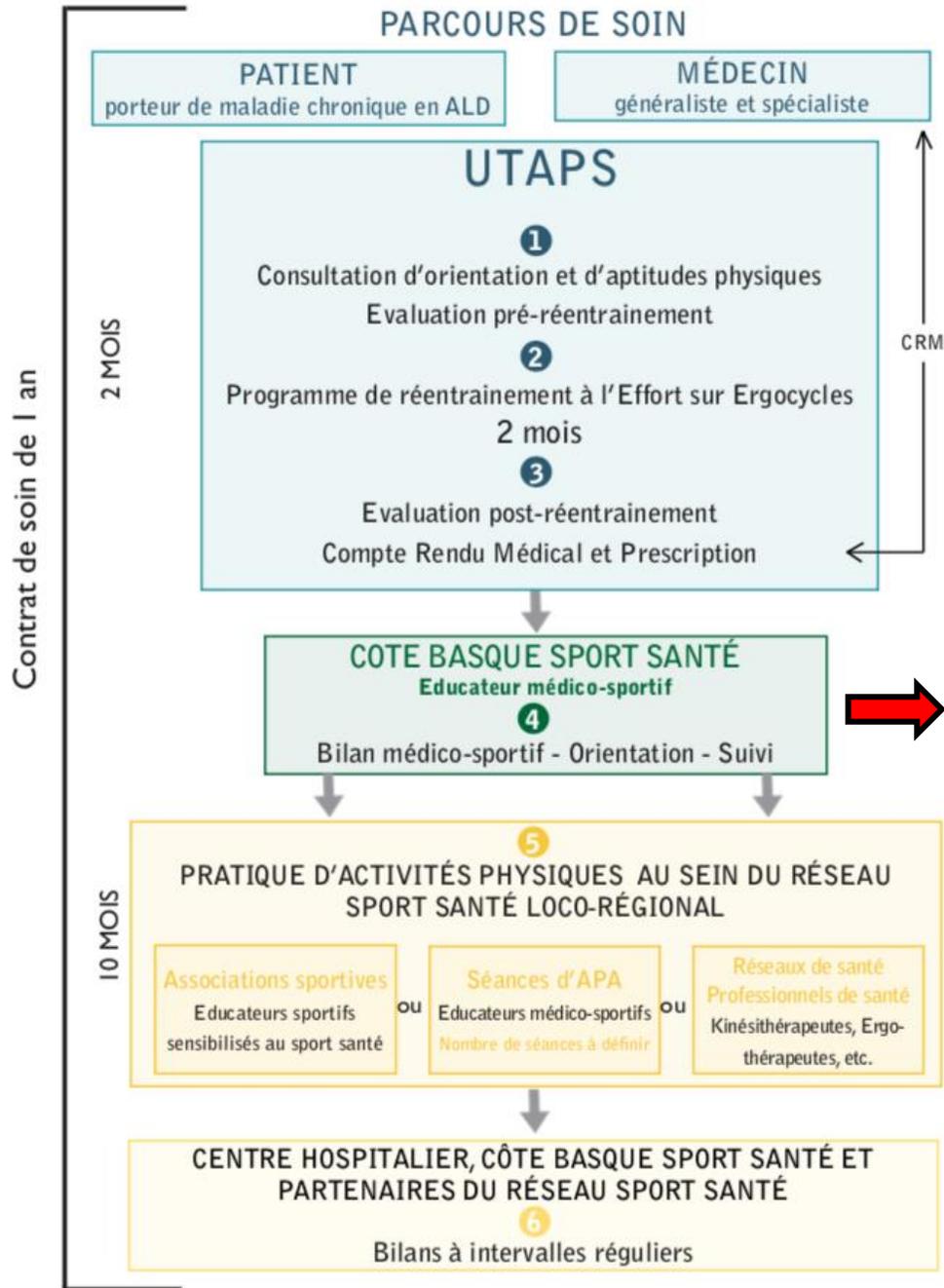
**FORMATION**



- **Un parcours en activité physique d'une durée d'un an**
  - **centré sur le patient et son médecin traitant**
- ✓ A destination des maladies chroniques
- ✓ Dispositif de l'hôpital à la ville en activité physique adapté
- ✓ Partenariat Hôpital de Bayonne - Côte Basque Sport Santé/réseau APS
- ✓ Parcours de ville financé par la Mutuelle des Sportifs

- **UTAPS:**
  - ✓ Début activité juillet 2017
  - ✓ Dimensionnement actuel 40 patients tous les 2 mois
  - ✓ Travail d'équipe pluridisciplinaire (médecin, STAPS, IDE, physiologiste).
  - ✓ Cellule relais multipartite pour l'orientation dans le réseau de ville
  - ✓ Action transversale sur l'hôpital
  - ✓ Intègre les programmes d'éducation thérapeutiques du patient (ETP)





## EVALUATIONS ET SUIVIS



M0

Consultation médicale (CS) +  
Auto-questionnaires +  
TDM6 +EFX



M2

idem + EMS réseau CBSS



M5

EMS réseau CBSS



M8

CS + Ricci Gagnon



M12

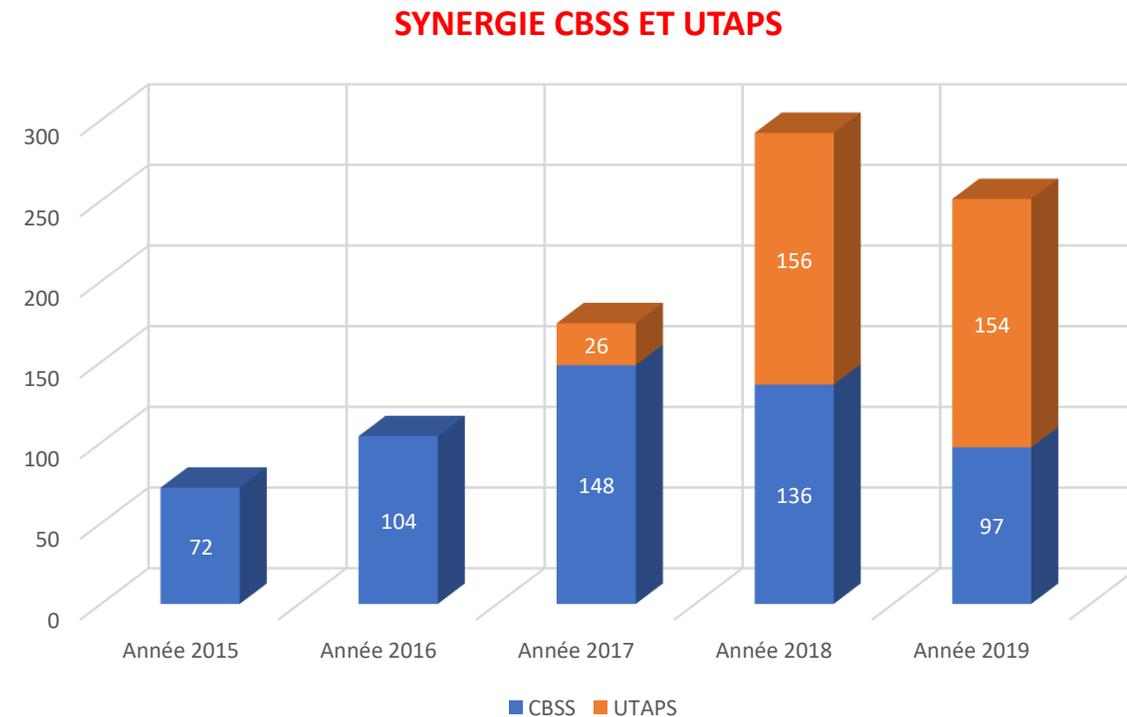
Consultation médicale (CS) +  
Auto-questionnaires +  
TDM6 +EFX

# LE PARTENAIRE: COTE BASQUE SPORT SANTE ET SON RESAU D'ACTIVITE PHYSIQUE

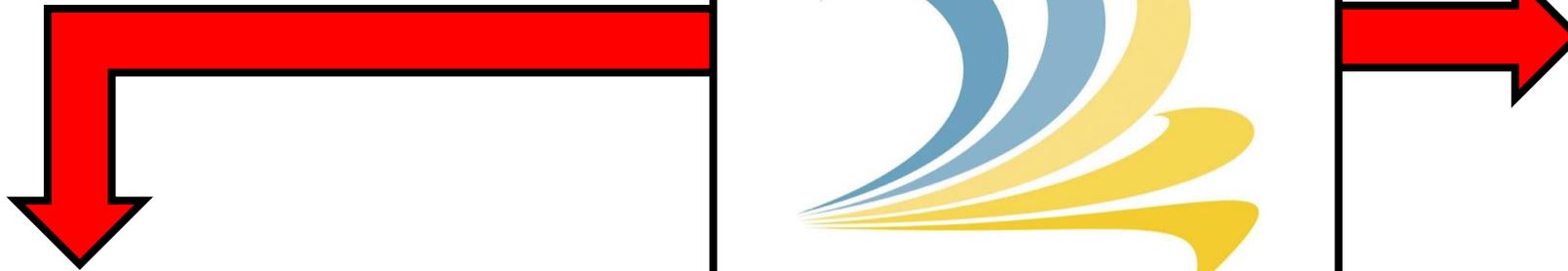
- Historique:

- Démarche sport santé initiée dès 2019 avec la ville de Biarritz
- Association présidée par le Pr Saillant en 2011
- Dispositif sport sur ordonnance en 2015
- Convention avec l'hôpital de Bayonne en 2017

- Impact de la conjonction des 2 systèmes



## LE SPORT SUR ORDONNANCE COMMENT ÇA MARCHE ?



# CÔTE BASQUE SPORT SANTÉ



## VOS RENDEZ-VOUS DE LA FORME

MAI & JUIN 2019

### MARCHES SPORTIVES

ACCESSIBLES À TOUS  
Encadrées par des éducateurs sportifs

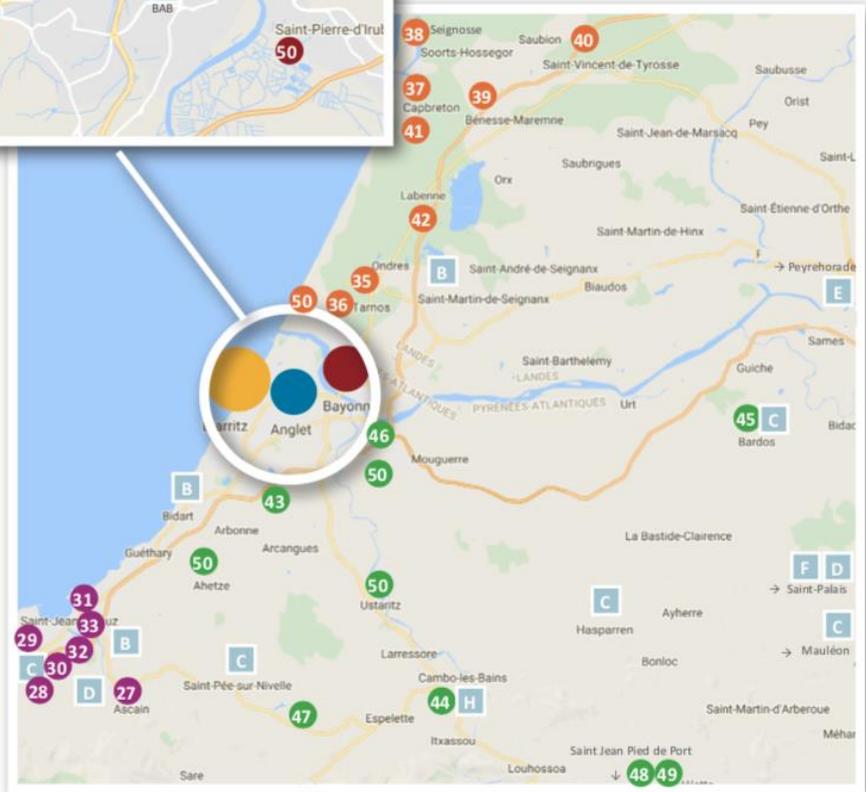


Gratuits  
SANS INSCRIPTION

Plus d'infos sur [www.cotebasquesportsante.fr](http://www.cotebasquesportsante.fr)  
ou sur notre page Facebook Côte Basque Sport Santé



Le réseau d'accueil Sport sur Ordonnance Pays Basque est constitué de plus de 60 acteurs du sport santé référencés dans ce document (associations sportives et structures spécialisées dans la prise en charge de malades chroniques).

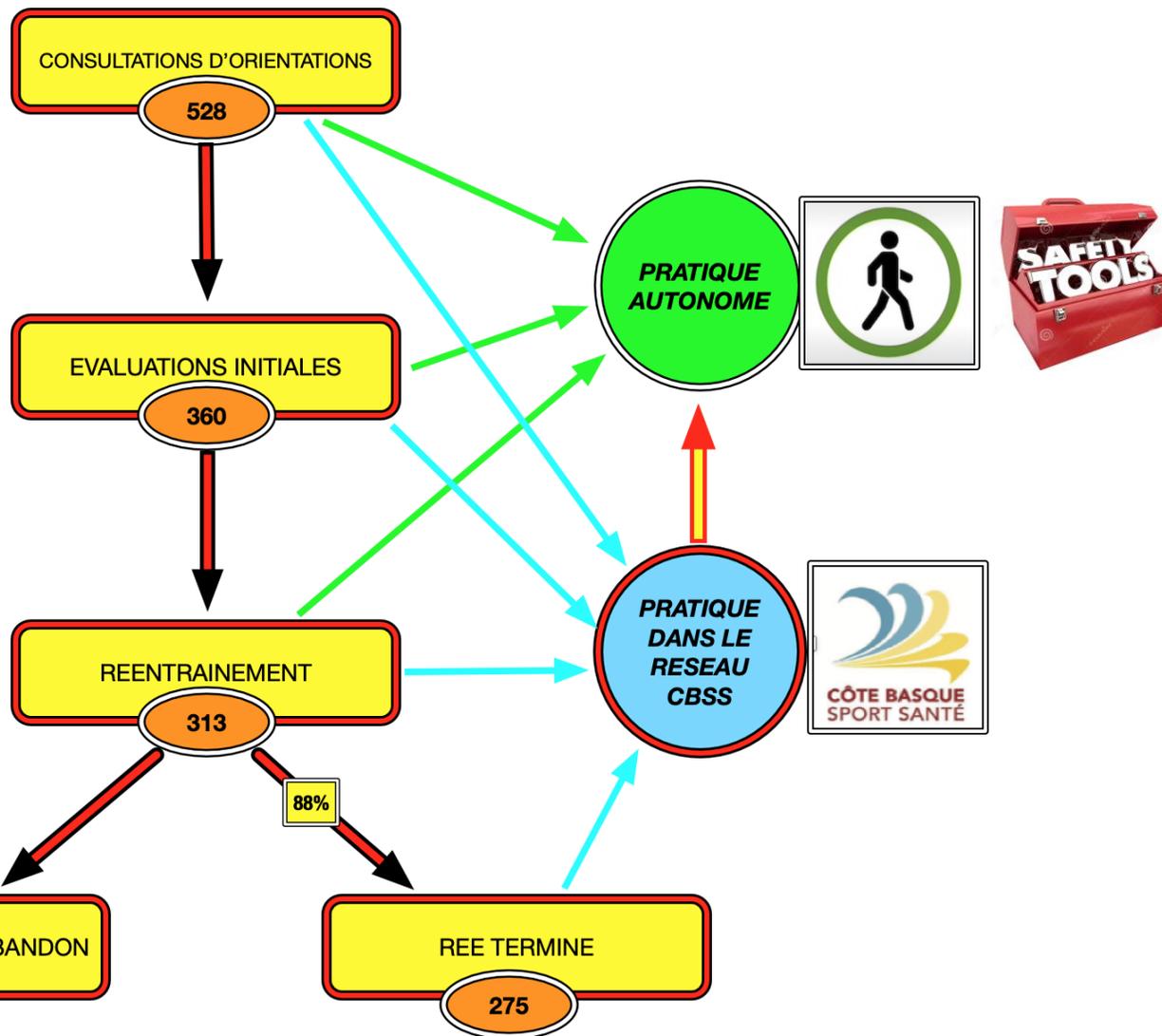


MAI 2019				
Jour	Heure	Lieu	Activité	Partenaire
Mer. 01/05	9h30	Saint Jean de Luz, parking Eromardie (Aénaes)	Marche avec bâtons dynamiques	Bungy Pump
Jeu. 02/05	9h30	Biarritz, Cité de l'Océan	Marche sportive	Gym Volontaire
Ven. 03/05	11h00	Bidart, plage Eretegia	Marche Equilibre et Oxygène	Uhaina Sport Santé
Sam. 04/05	10h00	Ustaritz, Table d'orientation entrée de la forêt	Marche sportive	Gym Volontaire
Lun. 06/05	9h00	Ascain, Stade Omnisports Kiroleta (parking)	Nordic Fit	AS Ascain Elgarekin Athlétisme
Mar. 07/05	14h00	Anglet, parking de l'Azadia	Marche sportive	Genêts d'Anglet
Mer. 08/05	10h00	Biarritz, parking plage Midday	Rando Santé	Rando Plaisir 64
Jeu. 09/05	9h00	Biarritz, Cité de l'Océan	Marche nordique	BO Athlétisme
Ven. 10/05	9h30	Bayonne, plaine d'Ansoit, parking de la Floride devant la passerelle	Marche Active	AMA
Sam. 11/05	10h00	Phare de Biarritz	Qi Gong	Kunming
Dim. 12/05	10h30	Bidart, plage Eretegia	Rando santé	Sportpartner 64
Lun. 13/05	15h45	Plage de Socca	Marche nordique	Airoask
Mar. 14/05	17h00	Biarritz, parking de la plage Miday	Atelier stretching-mobilité	Côte Basque Sport Santé
Mer. 15/05	14h00	Anglet, stade Giroette	Disc Golf	Disc Golf Euskal Hemia
Jeu. 16/05	12h30	Saint-Jean de Luz, grande plage, antenne animation (Réa obligatoire : 06 09 13 05 53)	Beach training / Marche aquatique	Water Family - Du Flocon à la Vague
Ven. 17/05	9h30	Phare de Biarritz	Marche Active	AMA
Sam. 18/05	14h00	Bidart, plage Eretegia	Marche Equilibre et Oxygène	Uhaina Sport Santé
Dim. 19/05	10h00	Bidart, Chapelle de Bidart	Eco Marche	Inspire
Lun. 20/05	10h00	Biarritz, Phare	Condition training	OKCB
Mar. 21/05	14h00	Anglet, parking de l'Azadia	Marche sportive	Genêts d'Anglet
Mer. 22/05	10h00	Biarritz, parking plage Midday	Rando Santé	Rando Plaisir 64
Jeu. 23/05	10h00	Biarritz, parking plage de la Milady (D2)	Marche Gym Equilibre / APA	Côte Basque Sport Santé
Ven. 24/05	9h30	Biarritz, Lac Mouriscot, Auberge de Jeunesse	Marche Active	3A
Sam. 25/05	10h00	Ustaritz, Table d'orientation entrée de la forêt	Marche sportive	Gym Volontaire
Dim. 26/05	10h30	Biarritz, Cité de l'Océan	Stretching	Sportpartner 64
Lun. 27/05	10h00	Biarritz, parking plage de la Milady (D2)	Marche Gym Equilibre / APA	Côte Basque Sport Santé
Mar. 28/05	12h30	Anglet, Orck Bat	Renfo musculaire avec matériel	Côte Basque Sport Santé / APA
Mer. 29/05	10h00	Ciboure, port, parking capitainerie	Maman Poussette	Airoask
Jeu. 30/05	9h00	Biarritz, Cité de l'Océan	Marche nordique	BO Athlétisme

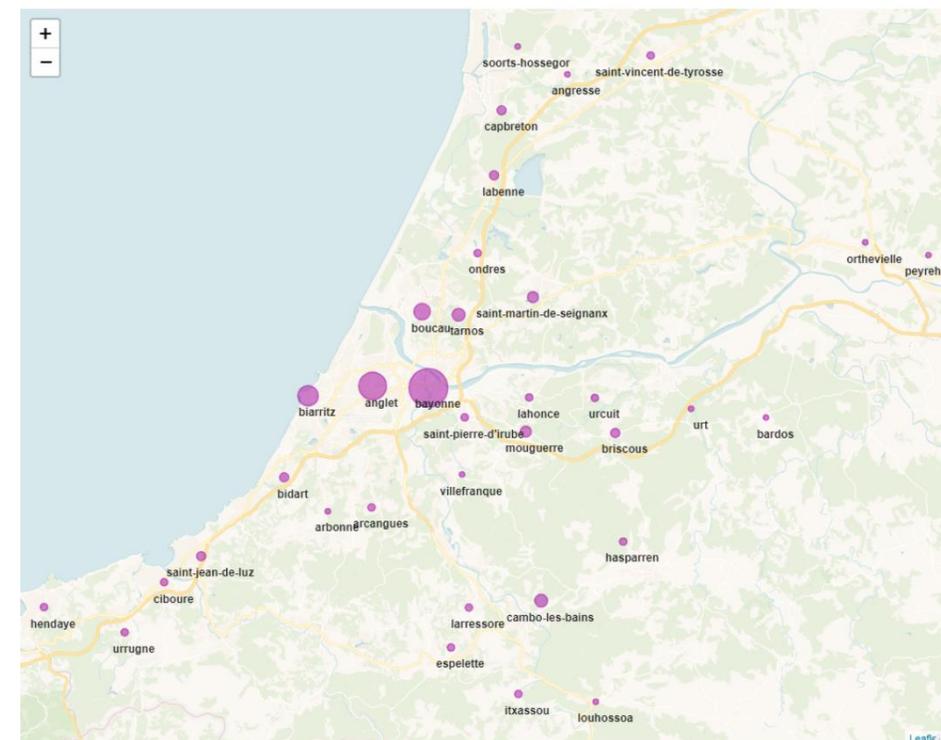
JUIN 2019				
Jour	Heure	Lieu	Activité	Partenaire
Sam. 01/06	14h00	Bidart, plage Eretegia	Marche Equilibre et Oxygène	Uhaina Sport Santé
Lun. 03/06	10h00	Biarritz, Phare	Condition training	OKCB
Mar. 04/06	14h00	Anglet, parking de l'Azadia	Marche sportive	Genêts d'Anglet
Mer. 05/06	14h00	Anglet, stade Giroette	Disc Golf	Disc Golf Euskal Hemia
Jeu. 06/06	15h15	Biarritz, Lac Maïon, Aire de Jeux	Marche sportive	USB Fitness
Ven. 07/06	9h30	Bayonne, plaine d'Ansoit, parking de la Floride devant la passerelle	Marche Active	AMA
Sam. 08/06	10h00	Phare de Biarritz	Qi Gong	Kunming
Dim. 09/06	10h30	Bidart, plage Eretegia	Rando santé	Sportpartner 64
Lun. 10/06	9h00	Biarritz, rendez-vous plage de la Milady Senter du littoral	Eco marche, Water Family / Initiatives Océanes	Xavier Louit & Inspire
Mer. 12/06	10h00	Biarritz, parking plage Midday	Rando Santé	Rando Plaisir 64
Jeu. 13/06	15h15	Biarritz, Lac Mouriscot, Auberge de jeunesse	Marche sportive	USB Fitness
Ven. 14/06	9h30	Phare de Biarritz	Marche Active	3A
Sam. 15/06	10h00	Ustaritz, Table d'orientation entrée de la forêt	Marche sportive	Gym Volontaire
Dim. 16/06	10h30	Biarritz, Cité de l'Océan	Stretching	Sportpartner 64
Lun. 17/06	10h00	Biarritz, parking plage de la Milady (D2)	Marche Gym Equilibre / APA	Côte Basque Sport Santé
Mar. 18/06	14h00	Anglet, parking de l'Azadia	Marche sportive	Genêts d'Anglet
Mer. 19/06	10h00	Ciboure, Capitainerie	Maman poussette	Airoask
Jeu. 20/06	12h30	Saint-Jean de Luz, Grande plage, antenne animation (Réa obligatoire : 06 09 13 05 53)	Beach training / Marche aquatique	Water Family - Du Flocon à la Vague
Ven. 21/06	9h30	Biarritz, Lac Mouriscot, Auberge de Jeunesse	Marche Active	AMA
Sam. 22/06	9h00	Biarritz, parking les 100 marches	Marche sportive	Gym Volontaire
Lun. 24/06	10h00	Biarritz, Phare	Condition training	OKCB
Mer. 26/06	10h00	Biarritz, parking plage Midday	Rando Santé	Rando Plaisir 64
Jeu. 27/06	9h00	Biarritz, Cité de l'Océan	Marche nordique	BO Athlétisme
Ven. 28/06	9h30	Phare de Biarritz	Marche Active	3A
Sam. 29/06	10h00	Ustaritz, Table d'orientation entrée de la forêt	Marche sportive	Gym Volontaire

MARCHES D'UNE DURÉE D'1H30 - TENUE SPORTIVE ET BOUTEILLE D'EAU CONSEILLÉS  
SORTIES ANNULÉES EN CAS DE PLUIE  
Plus d'infos : [www.cotebasquesportsante.fr](http://www.cotebasquesportsante.fr) - Facebook : Côte Basque Sport Santé

# BILAN D'ACTIVITE A 24 MOIS



• Description origine géographique (patients adressés)



# EVOLUTIONS ET RESULTATS DES EVALUATIONS DES PATIENTS

## UNE AMELIORATION INITIALE QUI SE MAINTIEN ET PROGRESSE DANS LE RESEAU

### ❖ LES SCORES DES 4 AUTO-QUESTIONNAIRES: (donnés à l'entrée M0, à 2 mois M2 et à un an M12)

- RICCI-GAGNON pour la quantité d'activité physique
- PICHOT pour la fatigue
- HAD pour l'anxiété et la dépression
- SF36 pour la qualité de vie

➤ **S'améliorent tous entre 0 et 2 mois** (avec un p-value significatif).

➤ **S'améliorent tous entre 0 et 12 mois** (avec un p-value significatif).

➤ **S'améliorent entre 2 et 12 mois pour la quantité d'activité physique et la fatigue** (avec un p-value significatif).

➤ Restent stables entre 2 et 12 mois pour le versant anxiété et le versant dépression du score HAD et pour certains item du SF36.

### ❖ LES RESULTATS DES TESTS D'EXERCICES:

- Test de marche de 6 minutes: TDM6 (réalisés à M0, à M2 et M12)
- Épreuve d'effort cardio-respiratoire avec mesure des échanges gazeux (réalisées à M0 et M2)

➤ **S'améliorent tous entre 0 et 2 mois** (avec un p-value significatif).

➤ **Le TDM6, seul test d'exercice pratiqué entre 2 et 12 mois s'améliore** (avec un p-value significatif).