

Module Spécifique

Niveau 2 Sport Santé Prescri'Mouv

« Personnes atteintes de pathologies chroniques »

Buts de la formation :

Former des acteurs capables de :

- Engager de façon durable des personnes insuffisamment actives, ou à risque de le devenir, dans la pratique d'une activité physique ou sportive (APS) conforme aux recommandations actuelles en termes d'intensité, de fréquence hebdomadaire et de durée des séances.
- Contribuer à réduire le temps passé assis ou allongé durant la période d'éveil, conformément aux recommandations actuelles.

Publics concernés :

- Toute personne titulaire d'un diplôme d'encadrement sportif permettant l'obtention de la carte professionnelle délivrée par les DDJS(-PP). Annexe II-1 (article A. 212-1) du code du Sport

Prérequis :

- Justifier d'une attestation de formation « Sport Santé Niveau 1 » délivrée par un CDOS agréé (formation en présentiel ou par e-learning ou mixte) ou de son équivalence.
- Etre titulaire du PSC1.

Objectifs pédagogiques :

- OP.3.1 : savoir décrire la spécificité
 - Définition, prévalence, causes, répercussions, méthodes de diagnostic, principes du traitement et du suivi
- OP.3.2 : savoir décrire l'impact de la spécificité sur la pratique physique et sportive
- OP.3.3 : savoir décrire les principaux bénéfices liés aux APS dans le cadre de la spécificité
- OP.3.4 : savoir adapter son activité et la programmation d'une séance

Compétences définies dans le cahier des charges du CNOSF :

- Savoir prendre en compte les inaptitudes partielles définies par le médecin et liées aux capacités (physiques, mentales et cognitives), aux risques et complications des maladies chroniques (obésité, syndrome métabolique, diabète, cancers, pathologies cardio-vasculaires, respiratoires et de l'appareil neuro-locomoteur) et au vieillissement.
- Être capable d'évaluer le rapport bénéfice/risque de la pratique et d'aider l'utilisateur à le maîtriser.
- Connaître les risques et complications les plus fréquentes de chaque pathologie chronique.
- Connaître les mesures générales de préventions (consignes en début de saison, consignes avant, pendant et après séance) et applicables à l'ensemble des personnes porteuses de pathologies chroniques.
- Adapter la pratique en fonction de l'environnement, la météo et du niveau de performance et d'autonomie des pratiquants.
- Connaître les règles de sécurité pour chaque individu.
- Détecter les signes d'alerte qui imposent d'arrêter l'activité et assurer la bonne conduite à tenir.

Typologie des personnes à prendre en charge :

Personnes volontaires, âgées de 18 ans ou plus, atteintes d'une ou plusieurs des pathologies suivantes et présentant des limitations fonctionnelles mineures à modérées¹ :

- Diabète de type 1 ou 2,
- Cancer du sein,
- Cancer colorectal,
- Cancer de la prostate,
- Artérite des membres inférieurs,
- Maladie coronaire stabilisée,
- Bronchopathie Chronique Obstructive (BPCO),
- Obésité (Indice de masse corporelle compris entre 30 et 40).

Total : 36 heures

Personnes atteintes d'un cancer (sein, colorectal, prostate)

Volume horaire : 8 h, soit 1 journée de formation

- Intérêt des APS comme adjuvant thérapeutique dans les cancers (1 h)
- Les cancers : définition, causes (1 h)
- Les cancers : notions d'épidémiologie (1 h)
- Les cancers : l'annonce, le bilan (1 h)
- Les traitements et leurs conséquences (2h)
- Les cancers : la prise en charge globale (1 h)
- Adaptation de l'activité physique aux patients atteints de cancer (1 h)

Compétence relative : être capable de prendre en charge une personne atteinte d'un cancer du sein, de la prostate ou du colon et de l'inscrire dans une activité régulière, adaptée, progressive et sécurisante.

Personnes atteintes d'un diabète (type 1, type 2)

Volume horaire : 4 h, soit ½ journée de formation

- Intérêt des APS comme adjuvant thérapeutique dans le diabète (1 h)
- Le diabète : définition, causes, notions d'épidémiologie, traitement (1 h)
- Les traitements et leurs conséquences (1 h)
- Adaptation de l'activité physique aux patients atteints de diabète (pied du diabétique) (1 h)

¹ Selon les critères retenus par le dispositif Grand Est « Prescri'Mouv ».

Compétence relative : être capable de prendre en charge une personne atteinte de diabète et de l'inscrire dans une activité régulière, adaptée, progressive et sécurisante.

Personnes atteintes d'obésité (30 < IMC < 40)

Volume horaire : 3 h, soit ½ journée de formation

- Intérêt des APS comme adjuvant thérapeutique dans l'obésité (1 h)
- L'obésité : définition, causes, notions d'épidémiologie, complications, traitement (1 h)
- Adaptation de l'activité physique aux patients atteints d'obésité (1 h)

Compétence relative : être capable de prendre en charge une personne en situation d'obésité et de l'inscrire dans une activité régulière, adaptée, progressive et sécurisante.

Personnes atteintes d'une pathologie cardiovasculaire (Maladie coronaire stabilisée, artérite des membres inférieurs)

Volume horaire : 4 h, soit ½ journée de formation

- Intérêt des APS comme adjuvant thérapeutique dans les maladies cardiovasculaires (1 h)
- La maladie coronaire : définition, facteurs de risque, notions d'épidémiologie, traitement (1 h)
- L'artérite des membres inférieurs (1 h)
- Adaptation de l'activité physique aux patients atteints de pathologie cardiovasculaire (1 h)

Compétence relative : être capable de prendre en charge une personne atteinte d'artérite des membres inférieurs et/ou de maladie coronaire stabilisée et de l'inscrire dans une activité régulière, adaptée, progressive et sécurisante.

Personnes atteintes d'une BPCO

Volume horaire : 3 h, soit ½ journée de formation

- Intérêt des APS comme adjuvant thérapeutique dans la BPCO (1 h)
- La BPCO : définition, causes, notions d'épidémiologie, traitements (1 h)
- Adaptation de l'activité physique aux patients atteints de BPCO (1 h)

Compétence relative : être capable de prendre en charge une personne atteinte de BPCO et de l'inscrire dans une activité régulière, adaptée, progressive et sécurisante.

Volume horaire : 8h soit 2 demi-journées de formation

Compétence relative : être capable d'adapter la discipline sportive exercée à un public atteint d'une affection de longue durée et d'individualiser la pratique.

Approche psycho-pédagogique du patient

Volume horaire : 3h soit ½ journée de formation

Compétence relative : être capable de comprendre les conséquences psychologiques de la maladie, de faire preuve d'empathie mais aussi de motiver la personne à pratiquer et de l'entraîner dans une dynamique positive.

Contexte

Volume horaire : 3h soit ½ journée de formation

Déroulement type *

Journée 1 (8h) : 8h30-12h30 / 13h30-17h30 = **Cancers**

Journée 2 (8h) : 8h30-12h30 = **Maladies cardiovasculaires** / 13h30-17h30 : **Travaux pratiques**

Journée 3 (7h) : 8h30-12h30 = **Diabète** / 13h30-16h30 : **Obésité**

Journée 4 (6h) : 9h-12h = **BPCO** / 13h-16h : **Approche Psy**

Journée 5 (7h) : 8h30-12h30 = **Travaux Pratiques** / 13h30-16h30 : **Contexte territorial**

TOTAL : 36 heures

** ce déroulement type est fourni à titre indicatif. Il se peut que votre programme, en fonction des disponibilités des intervenants, n'aborde pas dans cet ordre précis les pathologies et séquences de travaux pratiques. Les intervenants sont variés (Médecins, Psychologues, Infirmières, Educateurs APA...) et compétents dans leur domaine.*