

Je soussigné(e), Docteur \_\_\_\_\_

prescris à mon/ma patient(e), une activité physique d'intensité légère à modérée, à adapter en fonction de l'évolution de ses aptitudes<sup>1</sup>.

Nom et prénom du patient : \_\_\_\_\_

**Merci de cocher le(s) critère(s) d'inclusion**

Date de naissance : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

<input type="checkbox"/> Affection de Longue Durée (pathologies relevant de la liste ALD 30)	<b>A</b>
<input type="checkbox"/> Troubles musculo-squelettiques	<b>B</b>
<input type="checkbox"/> Troubles persistants suite à une Covid-19	<b>C</b>
<input type="checkbox"/> Obésité (IMC > 30 kg/m <sup>2</sup> )	<b>D</b>

**Préciser :** \_\_\_\_\_

**Renseignements complémentaires**

Préconisations d'activités et recommandations, contre-indications<sup>2</sup> et limitations fonctionnelles éventuelles<sup>3</sup> :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Fait à \_\_\_\_\_

Le \_\_\_\_\_

**Tampon  
et signature  
du médecin :**

**Document à remettre au patient pour prendre rendez-vous avec un intervenant Prescri'mouv**

**TÉL. 03 52 62 64 37**

L'accompagnement Prescri'mouv est pris en charge financièrement par l'Agence Régionale de Santé à l'exception de l'accès aux créneaux d'activité physique pouvant nécessiter une participation financière dont le montant est défini par chaque structure.

- ALD n°1 Accident vasculaire cérébral invalidant
- ALD n°2 Insuffisances médullaires et autres cytopénies chroniques
- ALD n°3 Artériopathies chroniques avec manifestations ischémiques
- ALD n°4 Bilharziose compliquée
- ALD n°5 Insuffisance cardiaque grave, troubles du rythme graves, cardiopathies valvulaires graves, cardiopathies congénitales graves
- ALD n°6 Maladies chroniques actives du foie et cirrhoses
- ALD n°7 Déficit immunitaire primitif grave nécessitant un traitement prolongé, infection par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH)
- ALD n°8 Diabète de type 1 et diabète de type 2
- ALD n°9 Formes graves des affections neurologiques et musculaires (dont myopathie), épilepsie grave
- ALD n°10 Hémoglobinopathies, hémolyses, chroniques constitutionnelles et acquises sévères
- ALD n°11 Hémophilies et affections constitutionnelles de l'hémostase graves
- ALD n°13 Maladie coronaire
- ALD n°14 Insuffisance respiratoire chronique grave
- ALD n°15 Maladie d'Alzheimer et autres démences
- ALD n°16 Maladie de Parkinson
- ALD n°17 Maladies métaboliques héréditaires nécessitant un traitement prolongé spécialisé
- ALD n°18 Mucoviscidose
- ALD n°19 Néphropathie chronique grave et syndrome néphrotique primitif
- ALD n°20 Paraplégie
- ALD n°21 Vascularites, lupus érythémateux systémique, sclérodémie systémique
- ALD n°22 Polyarthrite rhumatoïde évolutive
- ALD n°23 Affections psychiatriques de longue durée
- ALD n°24 Recto-colite hémorragique et maladie de Crohn évolutives
- ALD n°25 Sclérose en plaques
- ALD n°26 Scoliose idiopathique structurale évolutive (dont l'angle est égal ou supérieur à 25 degrés) jusqu'à maturation rachidienne
- ALD n°27 Spondylarthrite grave
- ALD n°28 Suites de transplantation d'organe
- ALD n°29 Tuberculose active, lèpre
- ALD n°30 Tumeur maligne, affection maligne du tissu lymphatique ou hématopoïétique



## B | TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

### LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS) PEUVENT ÊTRE CLASSIFIÉS EN 3 GRANDS GROUPES<sup>4</sup> :

#### 1. Les pathologies inflammatoires et rhumatismales (polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante...)

Pour cette population, un accompagnement Prescri'mouv est approprié, dans le but de pouvoir proposer une adaptation constante des séances en fonction des capacités actualisées du patient. La dispensation des séances par un professionnel qualifié permettra, en utilisant des concepts proches de l'éducation thérapeutique du patient, de l'accompagner dans la connaissance de son corps, de sa maladie et de ses capacités pour guider sa pratique en autonomie.

#### 2. Les pathologies mécaniques (rachialgies et arthropathies des membres inférieurs notamment)

Pour cette population, un accompagnement Prescri'mouv est approprié, si et seulement si, une prise en charge rééducative bien conduite a été effectuée et que des troubles fonctionnels sont consolidés. En l'absence de ces précautions, il est très probable qu'une orientation trop précoce vers de l'activité physique adaptée soit une perte de chance pour le patient<sup>5</sup>.

#### 3. Les pathologies fonctionnelles (fibromyalgie, ostéo-articulaires fonctionnelles)

Pour cette population, la pratique d'une activité physique est recommandée toutefois un accompagnement Prescri'mouv n'est pas approprié. Une prise en charge dérogatoire pourra cependant être proposée aux patients qui sont adressés par des centres de référence dans le diagnostic de ces pathologies, après avis d'un médecin expert dans la prescription de l'activité physique.

## C | TROUBLES PERSISTANTS SUITE À UNE COVID-19

Pour cette population, la pratique d'une activité physique est recommandée toutefois un accompagnement Prescri'mouv est approprié uniquement pour les personnes souffrant d'altérations physiques marquées (atteinte respiratoire, articulaire et/ou cardiaque) au-delà de 4 semaines après une infection à la covid-19 et si une problématique de reprise du travail ou une dégradation majeure des performances à l'effort sont identifiées. Dans ce cas de figure, un avis auprès de la rééducation fonctionnelle est nécessaire avant toute orientation vers le dispositif.

## D | OBÉSITÉ

(IMC > 30 kg/m<sup>2</sup>)

Pour cette population, un accompagnement Prescri'mouv est approprié. Cependant une attention particulière doit être portée aux personnes présentant un IMC supérieur à 40, âgées de plus de 35 ans et présentant des comorbidités cardiovasculaires. Dans ce cas de figure, l'orientation vers le dispositif doit être précédée d'une évaluation cardiovasculaire, respiratoire et ostéo-articulaire<sup>6</sup>.

<sup>1</sup> Décrets du 30 décembre 2016 et du 30 mars 2023 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD.

<sup>2</sup> Dans l'hypothèse où votre patient serait orienté vers une pratique d'activité physique adaptée, le certificat de contre-indication ne sera pas nécessaire. La prescription ci-contre fera office de certificat de non-contre-indication à la pratique.

<sup>3</sup> Le dispositif ne s'adresse pas à des personnes atteintes de limitations fonctionnelles sévères (cf. instruction interministérielle du 3 mars 2017 - tableau des différents phénotypes de patients).

<sup>4</sup> Les TMS sont ici classifiés sous le prisme anglo-saxon, c'est-à-dire traitant des affections ostéo-articulaires au sens large, approche utilisée dans le rapport de l'INSERM sur l'Activité physique : contextes et effets sur la santé : Institut national de la santé et de la recherche médicale. Expertise collective. Activité physique : contextes et effets sur la santé. Paris : INSERM. 2008.

<sup>5</sup> - Kolasinski, S.L., et al., 2019 American College of Rheumatology/Arthritis Foundation Guideline for the Management of Osteoarthritis of the Hand, Hip, and Knee. *Arthritis Rheumatol*, 2020. 72(2): p. 220-233.  
- Qaseem, A., et al., Noninvasive Treatments for Acute, Subacute, and Chronic Low Back Pain: A Clinical Practice Guideline From the American College of Physicians. *Ann Intern Med*, 2017. 166(7): p. 514-530.

<sup>6</sup> - Riebe D et al. ACSM's Guidelines for exercise testing and prescription. 2018 : Philadelphia (PA): Wolters Kluwer.

- Pelliccia, A., et al., 2020 ESC Guidelines on sports cardiology and exercise in patients with cardiovascular disease. *Eur Heart J*, 2021. 42(1): p. 17-96.



## Prescri'mouv c'est quoi ?

Prescri'mouv vise à faciliter la prescription d'activité physique en mettant à disposition des médecins prescripteurs un dispositif d'accompagnement structurant et reposant sur un réseau **de professionnels qualifiés**.

Cette offre d'accompagnement est **modulable et graduée**. Le bénéficiaire peut ainsi être orienté vers différentes modalités de pratique selon son profil et selon l'évolution de sa pathologie.

## Les étapes de la prescription :

1. Vous évaluez l'état de santé de votre patient.
2. Vous prescrivez un accompagnement et une prise en charge en activité physique via la prescription en page 1.
3. Votre patient contacte le **03.52.62.64.37** pour réaliser un bilan initial Prescri'mouv visant à l'orienter vers la modalité de pratique la plus adaptée à son état de santé.
4. Vous êtes informés des modalités de prise en charge proposées à votre patient. Vous recevez une synthèse des différents temps de bilans réalisés avec lui vous permettant ainsi de suivre son évolution à chaque étape clé de son accompagnement.