

CENTRES MÉDICO -SPORTIFS

UN ATOUT SPORT SANTÉ

FNOMS
Sport & Concertation

CENTRES MÉDICO -SPORTIFS

UN ATOUT SPORT SANTÉ



UN CENTRE MEDICO-SPORTIF, C'EST QUOI ? SPORT . SANTÉ . BIEN-ÊTRE

Le **CMS** doit être une structure de relais avec les médecins généralistes pouvant favoriser l'activité physique sur ordonnance.

Le **CMS** est un lieu de conseils, d'aide et de soutien à la pratique de l'APS et au développement d'activités sport santé bien-être.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Le projet consiste à développer un réseau Sport Santé Bien-être, visant l'intégration de la pratique physique dans un projet local de santé et un contrat local de santé. En 2019, lancement des CMS Mobiles.

OBJECTIFS FNOMS

Création et/ou développement de CMS ou d'Offices du Sport "sport santé bien-être".

QUEL EST LE RÔLE DU CMS ?

Permettre à chacun, amateur ou confirmé, quel que soit son âge, d'**évaluer sa condition physique** avant de reprendre une Activité Physique et Sportive en ou hors Associations.

Mais aussi **pouvoir pratiquer une APS** via des actions sport santé de l'Office du Sport ou des associations sportives.

ACTIVITÉS PHYSIQUES SUR ORDONNANCE CONTEXTE ET DIAGNOSTIC

LA GENÈSE :

En France, l'Académie de Médecine préconise de développer la prescription médicale d'activités physiques avec prise en charge par la Sécurité Sociale et par les mutuelles... avec ce qui peut sembler paradoxal : une baisse des dépenses de Sécurité Sociale consécutive à une amélioration de la santé.

La pratique régulière d'une activité physique réduit les risques d'apparition de problèmes fréquents, tels que la surcharge pondérale, les maladies cardiovasculaires, le diabète II, l'ostéoporose, les douleurs dorsales ainsi que le cancer du côlon et du sein. Par ailleurs, faire de l'activité physique a un effet antidépresseur et épanouissant. Les personnes physiquement actives vivent plus longtemps.

LE CONTEXTE LOCAL ET LES BESOINS QU'IL RÉVÈLE

Essayer d'instaurer un réseau sport santé bien-être dans tous les territoires où se trouve un CMS de proximité.

QUELS SONT LES BESOINS AUXQUELS LE PROJET ENTEND RÉPONDRE ?

Favoriser la création d'un réseau local sport santé/bien-être avec :

- Les médecins généralistes.
- Les structures sportives pratiquant le sport santé bien-être.
- Les diététiciennes.
- Les éducateurs médico-sportifs.
- Les animateurs locaux de santé.

Les CMS qui entendent redéfinir leurs missions s'inscrivent, en plus du suivi classique des sportifs, dans une démarche de prévention auprès du public en inactivité physique, en partenariat avec les médecins généralistes, en étant leur relais auprès des associations qui favorisent le Sport Santé Bien-être. Mais aussi en proposant des activités sport santé.

APS SUR ORDONNANCE

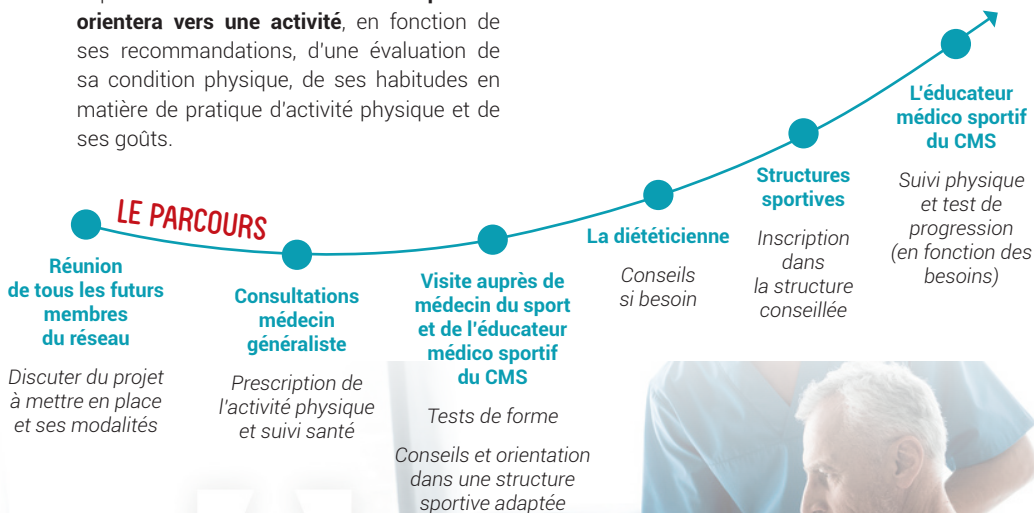
OBJECTIFS & ENJEUX

OBJECTIFS DU PROJET

- **Conserver ou améliorer** son "capital santé".
- **Développer la prescription** médicale d'activité physique.
- **Tester sa condition physique** avant de reprendre une activité physique et sportive.
- **Modifier les pratiques sportives** et donc la consommation de traitements médicaux (généraliste ou spécialiste).
- **Créer des actions sport santé.**

ACTIONS MISES EN ŒUVRE

En pratique, les personnes dont le médecin aura estimé qu'elles peuvent tirer bénéfice d'une activité physique régulière modérée se rendront, munies d'une **prescription**, auprès du **médecin du CMS qui les orientera vers une activité**, en fonction de ses recommandations, d'une évaluation de sa condition physique, de ses habitudes en matière de pratique d'activité physique et de ses goûts.



ENJEUX

Il s'agit de lutter contre les effets délétères de la sédentarité et de favoriser la préservation du capital santé de chacun(e).

COMPÉTENCES SOCIALES ET SPORTIVES

Le choix des disciplines recommandées est vaste : marche, marche nordique, natation, aquagym, qi gong, yoga, danse...

BÉNÉFICAIRES

Personnes de plus de 50 ans en inactivité physique, mais aussi les personnes porteuses d'une maladie chronique stabilisée et non contagieuse.

En savoir +
www.fnoms.org



SUIVI DES ENFANTS DE MOINS DE 15 ANS CONTEXTE ET DIAGNOSTIC

LA GENÈSE :

La pratique des activités physiques a considérablement évolué. Contrairement aux adultes qui font du sport pour leur santé, les jeunes privilégient de plus en plus les relations sociales, le plaisir et les sensations.

Contrairement à certaines idées répandues, le sport pratiqué de manière intensive n'est pas toujours un bon moyen de prévention contre l'usage de l'alcool, du cannabis ni même du tabac. Au contraire, il peut parfois entraîner des conduites d'excès.

LE CONTEXTE LOCAL ET DES BESOINS QU'IL RÉVÈLE

Malheureusement, il est récurrent de voir les jeunes de moins de 15 ans pratiquer une activité sportive de compétition le plus souvent sans suivi médical correct.



SUIVI DES ENFANTS DE MOINS DE 15 ANS

OBJECTIFS & ENJEUX

OBJECTIFS DU PROJET

- **Assurer un suivi médical** pour les moins de 15 ans.
- **Aider les élèves en difficulté** à renouer avec l'activité physique à l'école et en accord avec le médecin scolaire développer la prescription médicale d'activité physique (rôle d'écoute notamment pour les jeunes obèses).
- **Donner aux jeunes les moyens et l'envie** de préserver leur santé.

ACTIONS MISES EN ŒUVRE

Travailler en réseau :

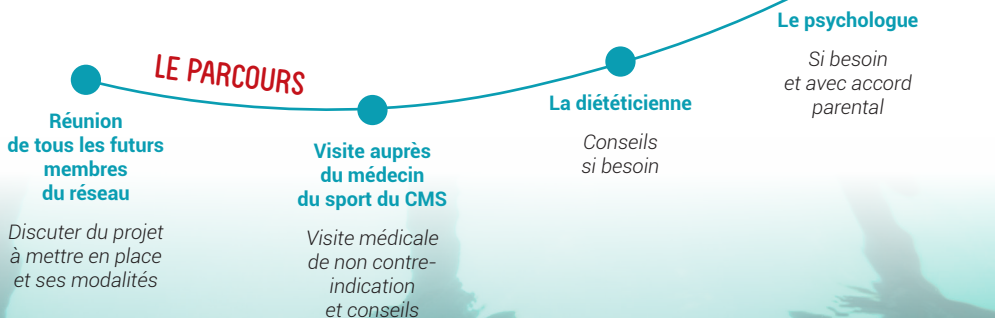
- Établir des conventions avec les structures sportives locales.
- Établir des conventions avec les établissements scolaires.

ENJEUX

Permettre aux jeunes de moins de 15 ans d'avoir **un suivi médical** correct tout en respectant les problématiques liées à l'adolescence, période de bouleversements.

BÉNÉFICAIRES

Tous les jeunes de moins de 15 ans concernés par les diverses conventions et tous ceux qui le désirent.





CENTRES MEDICO-SPORTIFS

LES MOYENS À MOBILISER

MOYENS HUMAINS

Les CMS doivent diversifier leurs actions et avoir un ou des médecins du sport, mais aussi une diététicienne, un éducateur médico-sportif et si possible un psychologue (vacataires).

Pour coordonner l'ensemble et la prise de rendez-vous, il est essentiel d'avoir un secrétariat (salarié).

MOYENS FINANCIERS

● **COLLECTIVITÉS** (locaux et subventions par le biais de convention).

Faire valoir auprès des collectivités le rôle de santé publique des CMS et le bien-être apporté aux administrés.

● **CNDS** (pour le fonctionnement classique et favoriser les visites de non contre-indication).

● **ARS** (pour tout ce qui est prévention dans le cadre de l'activité physique).

● **MUTUELLES** (pour participer à la prise en charge de la licence dans une structure adaptée).

Établir des conventions avec les établissements scolaires et les sections sportives pour les moins de 15 ans.

MOYENS MATÉRIELS

● **Locaux des centres médico-sportifs** mis à disposition par les collectivités le plus souvent.

● **ECG** (électrocardiogramme).

● **Pince à plis** pour la mesure de la masse grasse.

● **Tout le matériel médical** nécessaire à une consultation médicale classique.



CENTRES MEDICO-SPORTIFS

DÉVELOPPEMENT DU PROJET

ASPECTS DE DÉVELOPPEMENT SUR LE LONG TERME ET DE REPRODUCTIBILITÉ DU PROJET

- Coordination entre les médecins généralistes et les médecins des CMS.
- Coordination avec les médecins scolaires.
- Conventions avec les clubs sportifs et les établissements scolaires.

VALORISATION DU PROJET

- Communication par la presse locale.
- Site internet.
- Plaquettes.

MENACES ET OPPORTUNITÉS QUI POURRAIENT AVOIR UN IMPACT SUR LE PROJET

La baisse des subventions et la difficulté à trouver des médecins du sport.

Pour la santé publique, la diversification des activités des CMS peut s'inclure dans un projet local pour un travail en réseau. Ce système est probablement valorisant et motivant pour les jeunes médecins qui ont depuis 2016 une formation plus complète et obligatoire sur la médecine du sport.

CENTRES MEDICO-SPORTIFS

SCHÉMA ORGANISATIONNEL





Adobe

CMS : INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ACTIVITÉS CLASSIQUES D'UN CMS

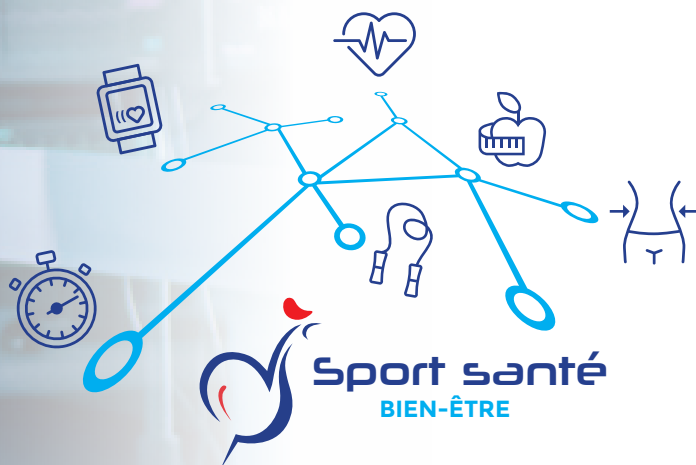
- Visites de Non Contre-indication (CNCI) sans ou avec électrocardiogramme (ECG).
- Consultations d'entrée en Sections Sportives.
- Consultations annuelles de suivi des Sections Sportives

CNCI SANS OU AVEC ECG

- Interrogatoire / Entretien préalable : reprise fiche SFMES.
- Signes fonctionnels cardiaques effort / FDRCV / ATCDS médicaux chirurgicaux allergies / ATCDS traumatiques / Vaccinations...
- Puis EC : auscultation cardio-vasculaire ++ recherche de souffle / examen ostéo-articulaire ++ / examen complet neuro, ORL, pulmonaire, digestif.

PRINCIPES DU CHÈQUE "SANTÉ SPORT"

Certains CMS ont mis en place ce dispositif pour les jeunes de 16 ans et moins qui souhaitent pratiquer une activité sportive au sein d'une association. Ils peuvent bénéficier aussi d'une visite médicale gratuite.



CENTRES MÉDICO -SPORTIFS

UN ATOUT SPORT SANTÉ

FNOMS
Sport & Concertation

FÉDÉRATION NATIONALE DES OFFICES MUNICIPAUX DU SPORT

13-15, rue Ambroise Croizat . 94800 VILLEJUIF
Tél. 01 79 84 85 10 - E.mail : fnoms@fnoms.org

WWW.FNOMS.ORG

