

F2RSM Psy

Fédération régionale de recherche
en psychiatrie et santé mentale Hauts-de-France

Etats des lieux sur la préconisation de l'activité physique et sportive par les psychiatres et pédopsychiatres de la région des Hauts de France

Lucie Bailleul¹, Claire-Lise Charrel^{2,3}, Stéphane Duhem^{1,3}

¹ CHRU Lille

² EPSM Lille-Métropole, Armentières

³ Fédération Régionale de recherche en Psychiatrie et Santé Mentale Hauts-de-France, Lille

Contexte

L'activité physique et sportive (APS) tient une place particulière au sein de notre société actuelle. C'est :

- un outil de lien social.
- un outil de prévention de santé
- un outil thérapeutique.

L'APS possède des bienfaits reconnus pour la santé physique comme l'impact sur les facteurs de risques cardiovasculaires, les récurrences de cancers, la mortalité. Elle est donc utilisée et recommandée en médecine.

Qu'en est-il dans la pratique psychiatrique ?

Objet et méthode

L'objectif principal de cette étude est de montrer que la préconisation de l'APS en psychiatrie, n'est pas utilisée dans des objectifs thérapeutiques à part entière mais plutôt comme outil occupationnel.

Méthode :

Réalisation d'un questionnaire en ligne, anonyme standardisé, envoyé à l'ensemble des psychiatres et pédopsychiatres des Hauts-de-France.

Justificatif de l'étude concernant l'APS en psychiatrie

- La littérature scientifique est portée sur des analyses neurobiologiques ainsi que des retours d'expériences d'utilisation d'APS au sein des services de psychiatrie (Sécrétions de sérotonine et d'endorphines ayant un impact sur l'anxiété et la symptomatologie dépressive, amélioration symptomatique, réduction de thérapeutiques, prévention de certains effets indésirables des psychotropes et réduction de la mortalité).
- Peu d'études analysent les pratiques de préconisations par les psychiatres/ pédopsychiatres de l'APS.
- Absence de préconisations standardisées de l'APS en psychiatrie.
- L'APS en psychiatrie semble pourtant être utilisée régulièrement.

Résultats (étude en cours)

Démographie des répondants :

- Femme 60% et Hommes 40%
- 87 réponses (au 22.12.2016)
- 89% des psychiatres et pédopsychiatres disent faire une APS et pour 46% d'entre eux, jusqu'à 6 heures par semaine.

Figure 1. Regard sur la préconisation et suivi de l'APS par les psychiatres/pédopsychiatres pour leurs patients.

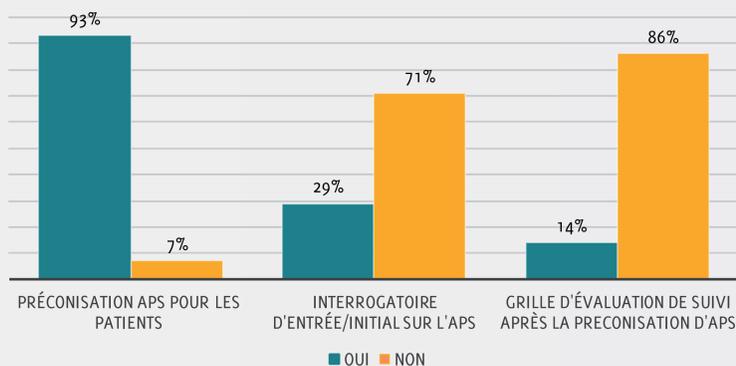


Figure 2. Sensibilisation lors de la formation médicale sur l'APS.

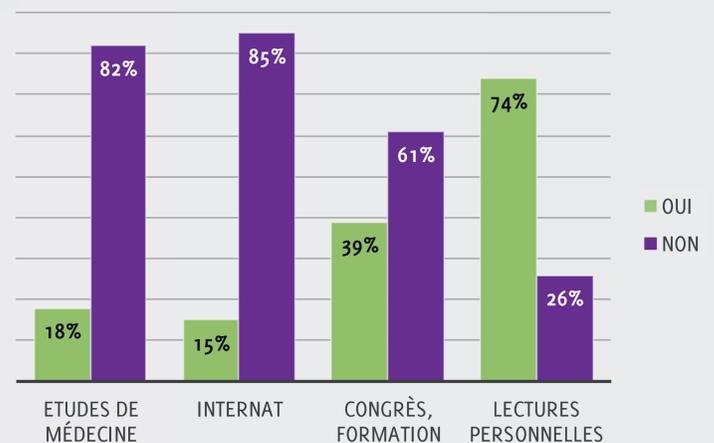
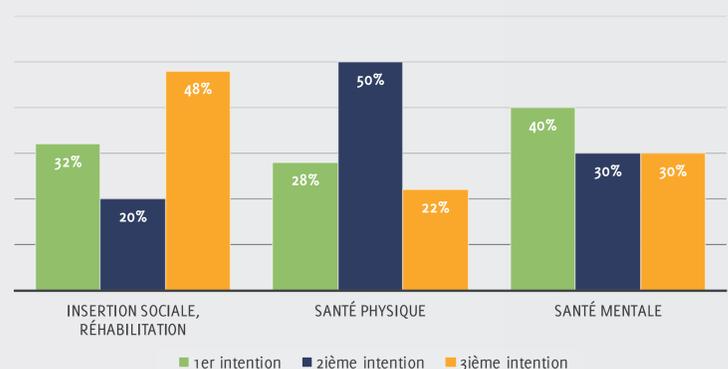


Figure 3. Dans quel objectif l'APS est-elle préconisée pour les psychiatres/pédopsychiatres ?



Conclusion et discussion

Les médecins qui ont répondu semblent être sensibilisés à la question de l'APS. Ils préconisent de l'APS mais sans évaluation standardisée ni suivi particulier.

Les pistes proposées :

- Mieux définir les objectifs attendus de la préconisation de l'APS,
- Standardiser les prises en charge thérapeutiques avec l'APS,
- Améliorer l'information et la formation des médecins

Références bibliographiques

1. Guezennec C-Y. Effets de l'exercice physique et de l'entraînement sur la neurochimie cérébrale. Conséquence comportementale. Ann Méd-Psychol Rev Psychiatr. déc 2008;
2. Kudelski M. Le sport, le laissé-pour-compte de la psychiatrie ? Inf Psychiatr. 2010;