

COMMENT PRESCRIRE DE L'ACTIVITE PHYSIQUE EN PREVENTION PRIMAIRE ET SECONDAIRE ?

Public : Médecins spécialistes en médecine générale

Pré-requis : Médecins diplômés d'état

Durée : 5 heures en présentiel

Délai d'accès : le professionnel de santé pourra s'inscrire jusqu'au soir du 1er jour de la session et se désinscrire jusqu'à la veille du 1er jour de la session sur www.mondpc.fr. Pour les salariés, afin d'établir la convention de formation, merci de contacter Ma Formation Santé au 06 17 69 57 62. Pour tout renseignement écrire à c.courrouy@maformationsante.fr

Accès handicapé : différent selon le lieu de la formation, pour tout renseignement nous contacter à c.courrouy@maformationsante.fr

Tarif : 237 € TTC / personne

Prise en charge par l'ANDPC avec la référence 82432100041 ; par OPCO

Méthodes mobilisées : apport théorique, échanges, cas cliniques, présentation power point, QCM

Modalités d'évaluation : QCM pré et post formation et questionnaire de satisfaction à chaud et à froid

Intervenant : Dr Joel OHAYON, Médecin spécialiste maladies du cœur et des vaisseaux, Président syndicat cardiologie d'Aquitaine depuis 1994, Membre du bureau du Syndicat National des Spécialistes des Maladies du Cœur et des Vaisseaux (SNSMVC) et de l'Union de Formation et d'Evaluation Cardio-Vasculaire (UFCV) depuis 2000.

Les objectifs pédagogiques de la session sont :

- comprendre les bienfaits de l'activité physique
- connaître les recommandations en matière d'activité physique (A.P.)
- savoir prescrire de l'A.P. en fonction des pathologies chroniques et rédiger le certificat d'indication d'A.P.
- savoir gérer et entretenir la motivation du patient
- connaître le parcours sport santé bien être

COMMENT PRESCRIRE DE L'ACTIVITE PHYSIQUE EN PREVENTION PRIMAIRE ET SECONDAIRE ?

Programme détaillé :

I Introduction. 45 MIN

Présentation des personnes (tour de table), de la formation. Recueil des besoins et des attentes.

Evaluation pré – formation QCP

II Les bienfaits de l'activité physique 30 MIN

Support Diaporama, Cours théorique

- Prévention primaire et secondaire
- Lutte contre la sédentarité : les changements d'habitude de vie

Objectif : comprendre les bienfaits de l'activité physique

III les recommandations en matière d'activité physique 30 MIN

Support Diaporama, Cours théorique

- Durée, intensité, fréquence cardiaque maximale
- Principes physiologiques de l'effort

Objectif : connaître les recommandations en matière d'activité physique

IV Comment prescrire motiver son patient ? 60 MIN

- En fonction des principales pathologies chroniques
- Le certificat de prescription d'activité physique
- L'entretien de la motivation au niveau des associations sportives

Objectifs :

- savoir prescrire de l'A.P. en fonction des pathologies chroniques et rédiger le certificat d'indication d'A.P.

- savoir gérer et entretenir la motivation du patient

V Présentation du PEPS : Prescription d'Exercice Physique Pour la Santé 45 MIN

- Le parcours du pratiquant
- Le réseau des associations sportives

Objectif : connaître le parcours sport sante bien être

VI Cas cliniques 45 MIN

Exposé de 3 cas cliniques avec questions – réponses

Objectifs :

- savoir prescrire de l'A.P. en fonction des pathologies chroniques et rédiger le certificat d'indication d'A.P.

- savoir gérer et entretenir la motivation du patient

VI Conclusion 45 MIN

Bilan de la formation (tour de table final)

Evaluation post formation

Questionnaire de satisfaction