

# ***L'APA un outil "sympA" dans le processus de rééducation en MPR.***

**MARANO Emma**

**Professeur d'APA, MPR Pédiatrique CHU ST Etienne**



# I: Définitions

- **Activité physique:**

***" on entend par AP tout mouvement produit par les muscles squelettiques, responsable d'une augmentation de la dépense énergétique. "***  
***(Organisme Mondial de la Santé)***

- **“recommandations mondiales sur l’AP pour la santé” (2010):**

Les niveaux recommandés d’AP pour la santé des 5 à 17 ans:

( étude des CDC (2008), Janssen (2007) Janssen et Leblanc(2009)

- sport loisir, jeux récréatifs et extra scolaires, les déplacements , tâches de la vie quotidienne...



# II: MPR Pédiatrique



- **Enfants et adolescents dont l'état de santé justifie une prise en charge pluridisciplinaire de rééducation et de réadaptation.**
  - d'une unité d'hospitalisation complète de 10 lits,
  - d'une unité d'hospitalisation de jour de 2 places,
  - d'un plateau de consultations externes.
- **Diverses situations de handicap moteur**



# III: L'APA dans le service

- **1 poste à mi temps (19 heures)**

- lundi journée
- mercredi journée
- jeudi après-midi



- **Elaborer un programme** et des contenus d'Activité Physique Adaptée (APA) pour des enfants hospitalisés en MPR :

- consultation sportive et **mise en place d'objectifs** en fonction des besoins des patients,
- préparation et mise en oeuvre des séances

**"FAIRE BOUGER LES ENFANTS, LIMITER LA SEDENTARITE"**

# IV: Les moyens à sa disposition



- Gymnase  
(150m<sup>2</sup>)
- Salle de musculation
- Piscine balnéothérapie  
(8mX4m)
- Extérieurs

# V: Pour qui? Comment?

- **En HC:**

- **prescription par les médecins** (objectifs principaux à travailler en séance)
- Planning à la semaine

- **En HJ:**

### Prescription médicale

- des bilans
- peut parfois emmener à des séances régulières



# VI: APA un métier à part entière

- Licence STAPS option APA et santé
- Equipe rééducative
- Travail pluridisciplinaire
- Etre dynamique, positif tout en instaurant un cadre.

## La parole aux enfants

*“En APA on travaille en s’amusant” Timothée, 17ans*

*“On bouge l’ensemble de notre corps et pas que mon côté paralysé, en plus je progresse et gagne tout le temps la prof APA” Max, 15ans*

*“pour se donner à fond et bien travailler et découvrir des sports, on rigole aussi” Sacha, 11ans*



# VII: Quel type de séance?

- Individuelle et ou collective
- Divisée en trois parties
- Etre acteur de sa rééducation, donner son avis
- Respect des consignes et des autres,



***SE DEPENSER DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR***



# VIII: Tester les enfants, quantifier les progrès



- TDM 6minutes, IDE
- Test Ruffier- Martinet
- des tests non reconnus (travaux en cours)

# IV: Orienter les enfants, poursuite du sport de loisir

- Créer du **lien** avec **associations sportives**
- Créer du **lien** avec les **enseignants d'EPS**
- **Eduquer-Motiver** les enfants (renseigner)



# X: Les limites de l'APA



- Trouver sa place dans l'équipe pluridisciplinaire (qui fait quoi ? et comment)
- Peu de suivi quant à la pratique physique lors des retours au domicile
- L'APA et la prescription médicale ...

# XI: Futurs axes de travail et reflexion

- Créer du lien avec des **associations**
- **Education** : Proposer des programmes à des enfants ayant des pathologies communes
- Innover, se former
- Nouveaux locaux



MERCI de votre attention

**SPORTIVEMENT**

MARANO Emma

