



Prescription de l'activité physique : où en est-on ?

29/11/2024 - 08:00-08:45

Modérateur.rice : Françoise LAROCHE

Prescription de l'activité physique : où en est-on ? - Florian BAILLY, Vincent BOUCHEROT



Prescription de l'activité physique : où en est-on ?

F. Bailly 1, V. Boucherot 2

1 Dr - Paris (France), 2M. - Cornouaille (France)

De nombreuses preuves de l'activité physique existent pour la plupart des douleurs chroniques, comme la lombalgie, la fibromyalgie ou les autres douleurs musculosquelettiques. Néanmoins dans la pratique quotidienne, on observe des difficultés pour mettre en place l'activité physique chez les personnes douloureuses chroniques, malgré le bénéfice escompté. De nombreux freins existent, pouvant être physiques, cognitifs ou matériels. De multiples outils permettent d'aider à sa mise en place, ainsi que sa prescription. Récemment, la prescription de l'activité physique s'est élargie aux éducateurs en activité physique adaptée ce qui facilite l'adoption d'une activité physique régulière par le plus grand nombre, quelles que soient leurs pathologies de santé. Les outils, conseils, moyens disponibles et facilitateurs seront discutés avec Vincent Boucherot, enseignant en activité physique adaptée et Florian Bailly, rhumatologue et algologue.