



# **L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES MALADES RESPIRATOIRES**

Enquête avril-mai 2023





# PROFILS DES RÉPONDANTS

## NOMBRE

- 568 Patients

## GENRE

- 65% Femmes
- 35% Hommes

## ÂGES

- De 22 à 91 ans
- Moy. 64 ans

## PATHOLOGIES

- 80% BPCO
- 19% Asthme
- 17% Apnée
- 23% Diverses

## HABITAT

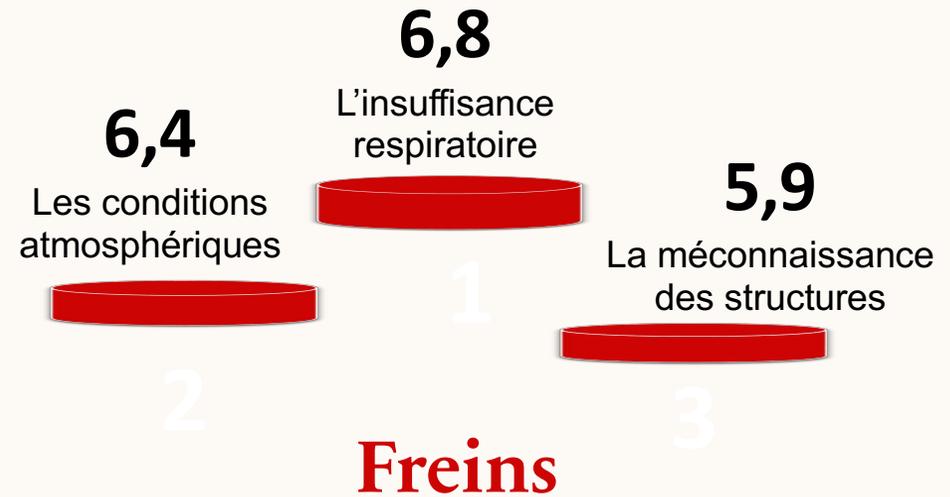
- 66% Urbains
- 34% Ruraux

## PERCEPTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

88%

des patients considèrent que  
l'activité physique est **bénéfique**  
et ne présente **pas de danger**

# MOTIVATIONS ET FREINS SELON LES PATIENTS



# QUEL RYTHME DE PRATIQUE?

Pour **88 %** des patients, la prescription d'APA par un médecin est un gage d'assurance, de confiance et ils la jugent incitative.

**27 %** des répondants déclarent une activité quotidienne

**49 %** des répondants plusieurs fois par semaine

**« En vie réelle », un objectif hebdomadaire est plus adapté aux pathologies respiratoires qu'une pratique quotidienne.**



# MANQUE DE NOTORIÉTÉ DE L'APA

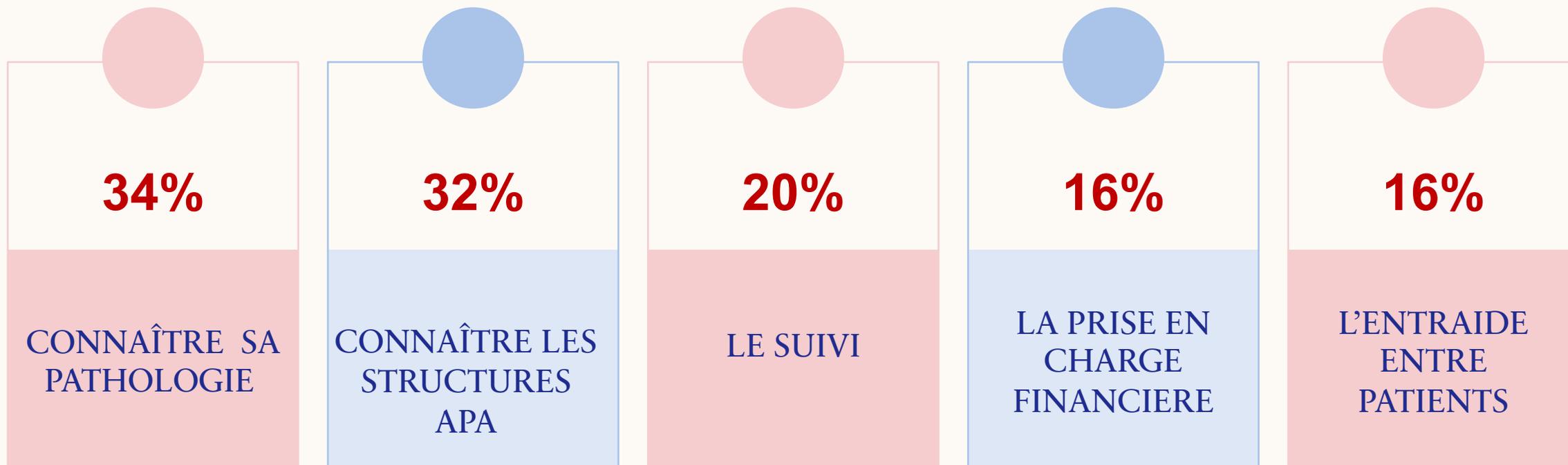


DÉJÀ entendu parler de l'APA : 57%

JAMAIS entendu parler de l'APA : 44%



## 5 CLÉS POUR UNE PRATIQUE DURABLE





# LEVIERS DE DÉVELOPPEMENT DE L'APA

## CÔTÉ PATIENTS

- Comprendre la pathologie et les bénéfices de l'APA
- L'ETP et la RR constituent un premier tremplin
- L'expérimentation favorise l'adoption de la pratique

## CÔTÉ SOIGNANTS

- Écouter et conseiller le patient
- Prescrire de l'APA et le motiver

## CÔTÉ POUVOIR PUBLIC

- Faire la promotion de l'APA
- Structurer le parcours de soins en incluant RR & APA

# LE CHANGEMENT !

**95%** des patients qui pratiquaient une activité physique AVANT que leur maladie respiratoire ne soit diagnostiquée, pratiquent toujours une activité.

A l'inverse, **15%** de ceux qui ne pratiquaient pas d'activité physique n'ont pas changé d'habitude.

Ce qui signifie que **85% ont modifié leur comportement** et pratiquent aujourd'hui une activité physique.



## COMITÉ SCIENTIFIQUE

- Jean-Marie Grobois      Pneumologue
- Monica Vega              Kinésithérapeute
- Sophie Duméry          Médecin du Sport
- Gwenaelle Spartoli      Psychologue
- Cécile d'Albis de Razengues      Patiente
- Aurélie Charvoz          Ergothérapeute
- David Communal          Enseignant APA



**MERCI**

Christiane Pochulu  
Patiente-experte  
Vice-Présidente de Santé respiratoire France  
Vice-Présidente Alliance Contre le Tabac  
Mars 2024