



Impact de l'activité physique adaptée (APA) sur la gestion du diabète chez des diabétiques de l'île d'Yeu.

G.Fradet¹, A. Le Roux¹, A. Bourabier¹, A. Jaulin¹, J. Fleurence², M. Robert¹, M. Miot³
¹ Réseau Vendée Diabète Nutrition, ² Centre de santé Ile d'Yeu, ³ Siel Bleu

L'activité physique est un pilier du traitement du diabète de type 2. Les bénéfices d'une pratique régulière sont bien établis sur de nombreux paramètres. Dans le cadre d'un programme d'ETP, la démarche volontaire d'intégrer un groupe d'APA influence-t-elle l'implication globale du patient dans la gestion de sa maladie ?

Ile d'Yeu

2012: création d'un programme d'ETP
 86 diabétiques participent au programme
 (50% des diabétiques de l'île).

2013: création de groupes d'activité physique adaptée (APA) avec Siel Bleu, intégrés par 20 patients.

86 diabétiques de type 2

Age moyen: 67 ans,
 Ancienneté du diabète: 10 ans
 IMC moyen: 32,5
 Sexe ratio H/F: 0,68

51 patients évalués à 1 an

33 sans participation à l'APA (G1)
 18 avec pratique de l'APA (G2)

Dans l'ensemble diriez vous que votre état de santé est...?			Votre diabète vous empêche de réaliser vos projets			Estimez vous avoir amélioré le suivi de votre diabète ?		
	G1 (sans APA)	G2 (avec APA)		G1 (sans APA)	G2 (avec APA)		G1 (sans APA)	G2 (avec APA)
Bon ou Très bon	57,56 %	77,77 %	Souvent	12,12 %	5,55 %	Assez ou Beaucoup	72,72 %	94,44 %
Moyen	39,39 %	22,22 %	Jamais	45,45 %	55,55 %	Peu ou Pas du tout	27,27 %	5,55 %
Estimez vous avoir amélioré la prise régulière du traitement ?			Pensez vous avoir amélioré la pratique de l'activité physique ?			Depuis 1 an diriez vous que vous avez amélioré vos habitudes alimentaires		
	G1 (sans APA)	G2 (avec APA)		G1 (sans APA)	G2 (avec APA)		G1 (sans APA)	G2 (avec APA)
Assez ou Beaucoup	57,60 %	77,77 %	Assez ou Beaucoup	57,50 %	100 %	Assez ou Beaucoup	72,70 %	77,77 %
Peu ou Pas du tout	42,40 %	16,66 %	Peu ou Pas du tout	39,39 %	0 %	Peu ou Pas du tout	27,30 %	22,22 %

La reprise d'une activité physique encadrée, hebdomadaire semble favoriser la remotivation du patient à mieux gérer globalement sa maladie, à améliorer son observance thérapeutique, et à s'impliquer dans le suivi. Cette activité physique a également un impact positif sur l'estime de soi (perception de l'état de santé, projet).