

Mise en place d'entretiens motivationnels en activité physique adaptée au sein d'un hôpital de jour d'onco-hématologie



Elise Carpentier, kinésithérapeute, Lara Golman, enseignante d'activité physique adaptée, Dr Clara Duclos Cadinot, médecin du sport, Dr Olivier Rigal, oncologue, Centre Henri Becquerel, Rouen.

Introduction

L'accroissement des bénéfices liés à la pratique d'une activité physique (AP) en onco-hématologie est possible par :

- L'information et l'initiation **précoce** sur la pratique d'AP (1)
- L'utilisation d'une méthode de communication, prenant en compte les barrières physiques, environnementales, organisationnelles, psychologiques et les facteurs psychosociaux (2)

L'entretien motivationnel (EM)

- ✦ Méthode de communication, qui vise l'augmentation de la motivation au changement par l'exploration et la résolution de l'ambivalence (3)
- ✦ Développer son **sentiment d'auto-efficacité** : confiance dans ses capacités physiques
- ✦ Développer son **niveau d'auto-détermination** : se sentir à l'origine de son comportement

Intervention en hopital de jour : différents outils

Entretien de 20 min,
par une enseignante d'activité physique adaptée (APA)
en chambre ou salle d'attente

- Aborde les représentations autour de l'AP, les bénéfices, les freins et les limites à sa pratique.
- Échange sur la possibilité d'initier une pratique de manière sécurisée pendant les traitements, adaptée à leur état de santé.
- Invite le patient à en échanger avec leur médecin référent et la possibilité d'une consultation auprès du médecin du sport.

Support à l'entretien: grille de repérage des besoins
en soins de support de l'INCA (4)

Outil d'information et de suivi:
livret avec contacts locaux et calendrier d'activité

Défis physiques en HJ: salle d'attente/chambre

Initiation précoce sur la pratique de l'AP peut être proposée

Résultats

215 entretiens réalisés

Avant la maladie:

50% patients se
déclarent **actif**

Depuis la maladie:

76% patients déclarent une **diminution**
de leur niveau d'activité perçue

Actuellement:

75% patients déclarent avoir des **difficultés** pour être actif

44% patients ne se sentent **pas capable** de poursuivre, reprendre,
débuter une activité physique régulière **seul**

27% patients déclarent passer plus de 7h assis par jour

68% patients évaluent leur **fatigue importante**

Apport de l'EM pour aborder l'APA

Diminution du niveau d'activité physique

Respect de l'ambivalence :

processus naturel et dynamique avant le changement ,

Augmentation des comportements sédentaires:

Posture de guide :

accompagner à faire des choix, renforcer sa motivation

Capacité à être et rester actif de façon autonome:

Explorer de manière collaborative les motivations du patient

Réorienter vers d'autres soins de support (5)

EM : une dynamique au fil du temps

- ✦ L'entretien motivationnel orienté sur l'AP apparaît comme un **dialogue vers un changement d'environnement et une aide pour la gestion de la maladie et des symptômes.**
- ✦ L'intervention d'une enseignante d'APA au sein même d'un hôpital de jour, favoriserait l'implication précoce du patient et son orientation vers une offre d'APA.



(1) Bénéfices de l'activité physique pendant et après cancer. Des connaissances scientifiques aux repères pratiques, INCa, 2017.

(2) Booth S, *et al.* 2001.

(3) Miller WR, Rollnick S, 2013.

(4) Soins oncologiques de support des patients adultes atteints de cancer: Référentiel organisationnel national, avis d'experts, 2021.

(5) Gouez, *et al* , 2022.

