



N° 262 - Novembre 2021

Activités physiques en psychiatrie

Les bénéfices d'une activité physique régulière sont aujourd'hui reconnus pour les personnes souffrant de troubles psychiques, en termes de rétablissement et de prévention des maladies somatiques. En pratique, les patients doivent néanmoins faire face à plusieurs obstacles : des symptômes qui les freinent, des traitements parfois lourds d'effets secondaires, des difficultés sociales... S'adresser au corps demeure alors toujours pour les soignants une tâche délicate, qui nécessite de solides repères théoriques et la collaboration avec des professionnels du sport.

Au sommaire de ce dossier

Article

[Pourquoi des activités physiques en psychiatrie ?](#)

Auteur(s) : Catherine FAYOLLET, psychiatre des hôpitaux, médecin de sport et médecin référent
Nombre de pages : 7

Dans une perspective de rétablissement et de prévention des maladies somatiques, les bénéfices d'une activité physique régulière sont aujourd'hui reconnus pour les personnes

souffrant de troubles psychiques. Les soignants doivent donc la favoriser et la valoriser. De quoi parle-t-on ? Quels sont les freins et les leviers à sa mise en place ?

[Lire la suite](#)

Article

[S'adresser au corps...](#)

Auteur(s) : Jérôme BOUTINAUD, psychomotricien, psychologue clinicien, psychothérapeute et maître de conférences Nombre de pages : 5

Les pathologies psychiatriques s'expriment massivement par le corps. Dès lors, si les approches à médiations corporelles sont pertinentes, elles nécessitent toutefois de s'appuyer sur des références théoriques solides.

[Lire la suite](#)

Article

[L'activité physique collective, vecteur d'altérité](#)

Auteur(s) : Jean-Michel BOURELLE, infirmier, cadre de santé, éducateur sportif et formateur Nombre de pages : 6

« Moi j'ai le sang chaud, c'est mes origines espagnoles ! » Au fil de séances de « ballon-prisonnier », Hugo, qui souffre de schizophrénie, parvient à réguler son agressivité et sa paranoïa. Il s'ouvre aux autres, interagit et semble de se reconnecter à ses émotions et au plaisir de jouer à plusieurs.

[Lire la suite](#)

Article

[Mêler activité physique adaptée et remédiation cognitive](#)

Auteur(s) : Isabelle AMADO, psychiatre, et Laurence KERN, professeure de l'enseignement supérieur Nombre de pages : 6

Des programmes combinant activité physique et remédiation cognitive ont fait la preuve de leur efficacité en termes de rétablissement des personnes souffrant de schizophrénie.

[Lire la suite](#)

Article

[« Je m'en croyais pas capable ! »](#)

Auteur(s) : Sébastien PACCOUD, infirmier case-management Nombre de pages : 6

À l'issue du programme de remédiation cognitive Réhability'Run, basé notamment sur le développement de l'endurance à la course à pied, Mathieu, la vingtaine, à haut risque de décompensation psychotique, reprend confiance en lui et gère mieux son quotidien.

[Lire la suite](#)

Article

[« Le golf nous émancipe... »](#)

Auteur(s) : Morgane PLANE, psychiatre, et Florian CADY, psychologue clinicien spécialisé en neuropsychologie Nombre de pages : 5

Présentation de GolfRemed, ou comment le golf, un sport lié à de nombreux préjugés, permet à des patients souffrant de schizophrénie de se rétablir...

[Lire la suite](#)

Article

[Les « Héros du vélo », cyclistes avant tout !](#)

Auteur(s) : Déborah MERCIER, infirmière Nombre de pages : 4

Histoire d'un groupe vélo «auto-régulé » peu ordinaire, structuré autour d'un séjour de rupture et/ou de vacances, qui a permis à des patients de créer des liens et de gagner en estime de soi.

[Lire la suite](#)

Article

[Activité physique : pratiquer d'abord !](#)

Auteur(s) : Jean-Pierre DUPUIS, infirmier spécialisé en activité physique Nombre de pages : 2

Au Canada (en Ontario et au Québec), une équipe pluridisciplinaire a élaboré un modèle innovant d'accompagnement à l'activité physique. Le principe : avant tout, faire de l'exercice avec les personnes concernées, dans leur environnement et par tous les moyens...

[Lire la suite](#)

Article

[« L'activité physique en psy est peu valorisée ! »](#)

Auteur(s) : Lucie BAILLEUL, pédopsychiatrie, Pierre-Marie DEBACQ, psychiatrie
Nombre de pages : 6

Quelles sont les représentations des psychiatres et des pédopsychiatres sur la prescription d'activité physique et sportive ? Réalisées dans les Hauts-de-France, deux études objectivent la réalité de leurs préconisations aux usagers.

[Lire la suite](#)

Article

[Quels professionnels pour l'APA ?](#)

Auteur(s) : Patrick BIDOT, conseiller technique à missions nationales et directeur de Trans'Formation
Nombre de pages : 6

En psychiatrie, les professionnels qui encadrent les activités physiques et sportives adaptées (Apsa) sont issus de filières de formations diverses. Le point sur...

[Lire la suite](#)

Article

[Premier épisode psychotique et vélo connecté](#)

Nombre de pages : 2

Au GHU Paris psychiatrie et neurosciences, une recherche va évaluer l'impact du programme Dynamo-Psy, qui propose des séances d'activité physique adaptée à des patients dans le cadre d'un premier épisode psychotique traité par antipsychotique.

[Lire la suite](#)

Article

[« Pour en savoir plus » : bibliographie du dossier du n°262](#)

Nombre de pages : 2

Lire en PDF

Et aussi dans ce numéro

Repères éthiques

[Ce que peut le corps](#)

Le sport est une activité qui nous recentre sur l'essentiel, que notre esprit et sa démesure (sociale ou pathologique) nous font parfois oublier.

[Lire la suite](#)

[De la résilience à la croissance post-traumatique](#)

Le 4e congrès de Mimethys s'intitule Sidération, effondrement, renaissance. De la résilience à la croissance post-traumatique. Nous entendons régulièrement parler de résilience dans le champ du psychotraumatisme. A contrario, la croissance post-traumatique semble être un concept moins répandu.

[Plus d'informations](#)

[Manuel de la psychiatrie : focus sur la 4e édition](#)

Julien Daniel Guelfi, Pr émérite de psychiatrie, codirige depuis 2007 l'incontournable Manuel de psychiatrie (Elsevier Masson), ouvrage fédérateur de la clinique en psychiatrie. Il nous présente les actualités de cette édition largement remaniée.

[Plus d'informations](#)

Art de soigner

[Les protocoles au service de la rencontre ?](#)

Parfois décriées, les procédures qui ont envahi les prises en charge en psychiatrie ont bel et bien des avantages. Elles sont un des éléments du processus de soin et surtout, peuvent servir de prétexte à la rencontre, qui reste la quintessence du soin.

[Lire la suite](#)

Les petits bonheurs du soin

[« Je dois parler à quelqu'un »](#)

Qui sont ces jeunes qui contactent le service Nineteen ? Comment se passe leur premier entretien et vers quels soins psychiatriques sont-ils orientés ?

[Lire la suite](#)

Classique du soin

[À points nommés](#)

Cet ouvrage sur la psychoboxe fournit de nombreux repères pour mettre en travail le corps et son image inconsciente. Lire en PDF

En librairie

[Vie bonne et grand âge](#)

[Lire la suite](#)

[Case management en psychiatrie](#)

[Lire la suite](#)

[La psychose en résidence](#)

[Lire la suite](#)

[Troubles du comportement](#)

[Lire la suite](#)

[Le Théâtre à la folie](#)

[Lire la suite](#)

[Reçus à la rédaction du n°262](#)

[Lire la suite](#)