



Vous orientez simplement.

Nous évaluons, encadrons et adaptons.

Vous recevez un retour utile au suivi du patient.



**PERFO
SANTÉ**

1 Un parcours simple et lisible



2 Quels patients orienter vers PerfoSanté ?

Des axes d'accompagnement APA, non des protocoles fermés. Chaque programme est adapté au patient après le bilan initial.

Métabolique

Diabète type 2, prédiabète, obésité, syndrome métabolique, diabète gestationnel

Cardio-prévention

HTA stabilisée, sédentarité, facteurs de risque cardiovasculaire

Douleurs & mouvement

Lombalgie, douleurs persistantes, peur du mouvement

Cancer & déconditionnement

Pendant/après traitement, fatigue, perte de force, reprise progressive

Respiratoire & reconditionnement

BPCO, dyspnée d'effort stabilisée, déconditionnement cardio-respiratoire, infection, COVID longs, apnée du sommeil

Neuro-mobilité

Parkinson, SEP, AVC stabilisé, épilepsie, Alzheimer, troubles de la marche ou coordination

Post-soins / post-rééducation

Après chirurgie, hospitalisation, fin de rééducation kiné, reprise progressive, réathlétisation

Autonomie senior

Fragilité, équilibre, baisse de force, risque de chute, perte d'autonomie

Vie active & prévention

Sédentarité, fatigue, stress, reprise d'activité, prévention, grossesse sans contre-indication, post-partum, santé pelvienne

Vigilance avant orientation

Un avis médical préalable est recommandé pour toute situation instable ou symptomatique : douleur thoracique inexpliquée, malaise récent, dyspnée inhabituelle, aggravation clinique, grossesse à risque, douleur aiguë non explorée ou contre-indication non levée.

3 Modalités d'accompagnement

- Format** : séances individualisées jusqu'à 3 personnes maximum simultanément, avec adaptation individuelle de chaque exercice.
- Durée** : Parcours de 3, 6 ou 12 mois selon le profil, les objectifs et l'autonomie du patient.
- Fréquence** : 1, 2 ou 3 séances par semaine selon les capacités, la disponibilité et la situation clinique.
- Suivi** : Suivi intermédiaire et bilan final inclus dans le parcours.

4 Retour prescripteur via Dénéo

- Bilan final conseillé pour tout patient adressé médicalement.
- Point intermédiaire possible pour les parcours longs, à la demande du médecin ou selon la situation.
- Synthèse courte : adhésion, capacités fonctionnelles, adaptations, points de vigilance.
- Transmission uniquement avec l'accord du patient.

Objectif : informer sans surcharger le médecin.

Des parcours individualisés, coordonnés et orientés vers l'autonomie

5 3 exemple de parcours avec coordination pluridisciplinaire



Parcours Métabo / Diabète

- Public : diabète type 2, prédiabète, obésité, syndrome métabolique
- Objectifs : reprise d'activité, capacités fonctionnelles, adhésion durable
- Format : 3, 6 ou 12 mois - 1 à 3 séances/semaine
- Coordination : médecin, endocrinologue, diététicien(ne)



Parcours Autonomie Senior

- Public : seniors, fragilité, baisse de force, risque de chute, perte d'autonomie
- Objectifs : maintien de l'autonomie, force, équilibre, confiance
- Format : 3, 6 ou 12 mois - 1 à 3 séances/semaine
- Coordination : médecin, kiné, aidants si besoin



Parcours Santé Cancer

- Public : pendant ou après traitement, déconditionnement, fatigue, reprise progressive
- Objectifs : remise en mouvement, maintien fonctionnel, confiance, qualité de vie
- Format : 3, 6 ou 12 mois - 1 à 3 séances/semaine
- Coordination : médecin, oncologue, kiné



Vous orientez simplement.

Nous évaluons, encadrons et adaptons.

Vous recevez un retour utile au suivi du patient.

6 Des modalités souples, dans un cadre sécurisé

100 %

Séances individualisées

3

Personnes maximum

3/6/12

Mois de parcours

1 à 3

Séances par semaine

Dénéo

Retour via app sécurisée

Bilan

Initial conseillé + suivis inclus

7 Le profil PerfoSanté

- Enseignant en Activité Physique Adaptée
- Licence Entraînement Sportif
- Licence et Master Activité Physique Adaptée
- Diplôme d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP)
- Expériences en SMR et Fédération de cardiologie
- Approche inspirée du modèle québécois

Une approche rigoureuse, humaine et orientée vers l'autonomie du patient.

8 Engagements auprès des médecins

- Bilan initial structuré et progressif.
- Adaptation selon capacités, douleurs, freins, objectifs et contre-indications éventuelles.
- Réorientation médicale en cas de signe d'alerte.
- Confidentialité et transmission limitée aux informations utiles.
- PerfoSanté ne se substitue pas au suivi médical, kinésithérapique ou diététique.



Orientation rapide :
contact@perfosante.fr - 06 09 86 02 79
www.perfosante.fr

9 Confidentialité et retour prescripteur

Avec l'accord du patient, PerfoSanté transmet au prescripteur une synthèse courte centrée sur l'adhésion, les capacités fonctionnelles, les adaptations réalisées et les points de vigilance éventuels. Les informations transmises sont limitées aux éléments utiles au suivi du parcours d'APA.