

## Services de télésanté : lignes directrices sur l'entraînement et le counseling à distance pour les membres certifiés SCPE

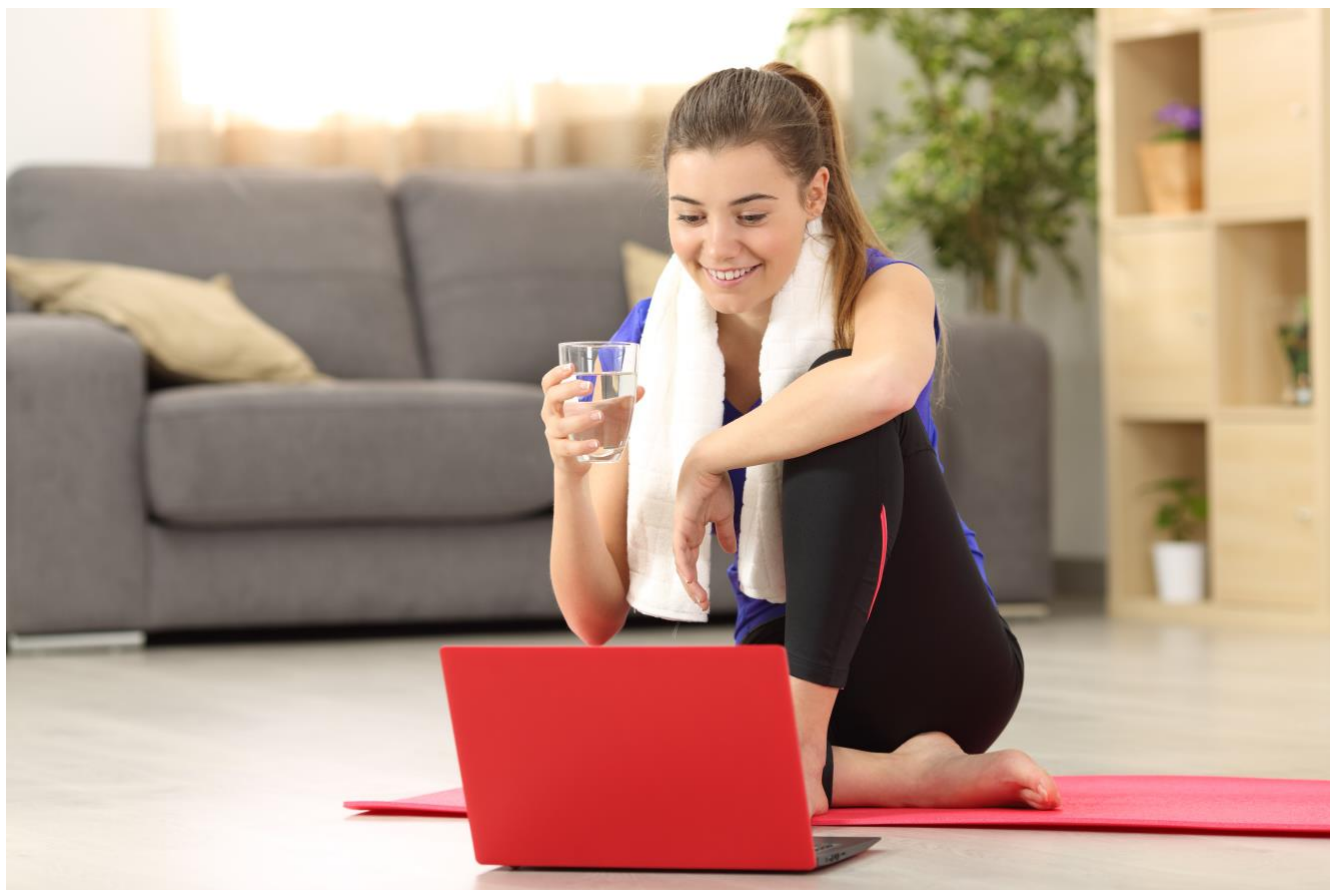


## Contexte

---

Le présent document vise à fournir aux Entraîneurs personnels certifiés SCPE<sup>MD</sup> (EPC-SCPE) et aux Physiologistes de l'exercice cliniques SCPE<sup>MD</sup> (PEC-SCPE) les outils et l'information nécessaires pour offrir des services de télésanté (aussi appelés services en ligne ou virtuels) aux clients.

Quel que soit le mode de prestation, les membres certifiés SCPE sont tenus de respecter leur [champ d'activité](#) et doivent prendre toutes les mesures appropriées pour procéder chez leurs clients à une évaluation préliminaire propre à l'activité physique.



## Les services de télésanté et l'entraînement à distance : de quoi s'agit-il et est-ce que cela vous convient, à vous et à votre clientèle?

La télésanté, c'est-à-dire l'entraînement ou le counseling virtuels, devient une pratique de plus en plus courante dans les secteurs des soins de santé. Au Canada en particulier, les contraintes géographiques font que la capacité de communiquer avec vos clients est essentielle à la continuité de leurs soins.

Il existe plusieurs plateformes pouvant servir à offrir des services de télésanté, notamment des applications de diffusion continue en direct comme Skype\*, FaceTime\* et Zoom\*. Ces applications sont déjà largement utilisées par le public comme outil de communication et peuvent donc être facilement adoptées par vos clients. Elles vous offrent, à vous et à vos clients, la possibilité d'interagir en temps réel, de sorte que vous puissiez corriger leur technique, ou encore leur proposer du coaching motivationnel ou du counseling, au besoin. Il est important d'obtenir l'autorisation de votre cliente ou client avant d'établir des contacts par l'entremise de ces applications, car la connexion pourrait ne pas être sécurisée. Si vous prévoyez enregistrer ces séances, une attention particulière doit être accordée au stockage de l'enregistrement. En effet, vous devez suivre les lois provinciales sur la protection de la confidentialité des données sur la santé ou la [LPRPDE](#) du gouvernement fédéral, selon ce qui s'applique à votre situation (à l'endroit où vous exercez vos activités).

D'autres plateformes comme Trainerize\*, Physiotec\* et TrueCoach\* sont proposées aux professionnels de l'exercice qualifiés (PEQ) moyennant des frais. Ces applications proposent une variété de méthodes pour prescrire des exercices à vos clients, souvent avec l'avantage supplémentaire d'offrir des démonstrations vidéo intégrées, des rappels automatiques, des zones de clavardage, etc.

Type	Avantages	Inconvénients
Applications de diffusion continue en direct	<ul style="list-style-type: none"><li>• Possibilité d'interagir avec les clients en temps réel et de les motiver/conseiller</li><li>• Possibilité d'observer et de corriger la technique des clients</li><li>• Conviviales</li><li>• Faible coût ou gratuites</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non sécurisées</li><li>• Nécessitent une connexion Internet plus performante</li></ul>
Plateformes de prescription d'exercices	<ul style="list-style-type: none"><li>• Démonstrations vidéo intégrées</li><li>• Rappels automatiques, conseils, messages</li><li>• Peuvent être plus sécurisées</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Peuvent être coûteuses</li><li>• Peuvent être plus difficiles à maîtriser pour certaines personnes</li></ul>

*\* Les plateformes présentées ici vous sont proposées à titre d'exemples de ce qui est à votre disposition. Il ne s'agit pas d'un quelconque appui par la SCPE.*

Vous devrez discuter avec votre cliente ou client de l'option ou de la plateforme qui vous convient le mieux à tous les deux.

- Cette personne dispose-t-elle d'une connexion Internet sécurisée? La rencontre se fera-t-elle par lien audio ou vidéo? – Les deux sont des options de choix.
- Est-elle à l'aise avec la technologie?
- Y aura-t-il des équipements particuliers dont elle devra se servir, comme des Therabands, des poids ou de l'équipement qu'elle possède déjà et qu'elle prévoit utiliser, par exemple un vélo stationnaire?

## Responsabilités des membres certifiés SCPE

---

En tant qu'EPC-SCPE ou PEC-SCPE, votre assurance responsabilité professionnelle couvrira les réclamations assurées découlant de services de télésanté (entraînement ou counseling à distance), à condition que vous répondiez aux exigences stipulées dans votre police d'assurance. Ces exigences sont énoncées dans les documents suivants : *\*en ce moment, ces ressources sont disponibles seulement en anglais. Dès que les versions françaises seront disponibles, nous allons mettre à jour les liens.*

- [Ressource de notre assureur sur la télésanté et la COVID-19 \(2020\)](#)
- [Énoncé de position sur la COVID-19](#)
- [La protection par le consentement éclairé](#)
- [La confidentialité pendant une pandémie](#)
- [Consultation à distance : ce que les EPC-SCPE et les PEC-SCPE doivent savoir](#)

### Travailler à l'intérieur de son champ d'activité SCPE

Qu'ils travaillent auprès de leur clientèle en personne ou à distance, les EPC-SCPE et les PEC-SCPE sont toujours tenus de respecter leur champ d'activité. Il s'agit également d'une condition de leur police d'assurance responsabilité professionnelle.

- [Champ d'activité des EPC-SCPE](#)
- [Champ d'activité des PEC-SCPE](#)

Si vous décidez d'offrir des services de télésanté à l'extérieur de votre province de résidence, vous devez vous familiariser avec les obligations juridiques en vigueur ou les potentiels enjeux de chevauchement entre les divers champs d'activité.

**Les membres certifiés SCPE ne sont pas assurés pour du travail réalisé à l'extérieur du Canada.**

### Maintenir les mêmes normes professionnelles que pour l'entraînement en personne

- Évaluation préliminaire : Les membres certifiés SCPE doivent réaliser une évaluation préliminaire propre à l'activité physique chez leurs clients, peu importe s'ils les entraînent à distance ou en personne. Veuillez donc vous assurer que vos clients ont rempli le [Questionnaire Menez une vie plus active de la SCPE](#) ou un autre outil d'évaluation préliminaire fondé sur des données probantes avant d'entreprendre toute nouvelle activité physique.
  - Veuillez consulter les *directives pour l'évaluation préalable à la participation par l'entremise de services de télésanté – nouveaux clients* qui se trouvent au page 6 de ce document.
- Sécurité : Veuillez prendre le plus de mesures possible pour assurer la sécurité de vos clients en tenant compte, le cas échéant, de leurs traitements ou plan d'entraînement.
  - S'ils font de l'exercice à l'intérieur : l'endroit est-il exempt d'obstacles ou d'objets qui pourraient les faire glisser ou trébucher? S'il y a des enfants sur place : ceux-ci sont-ils à risque de se blesser parce qu'une personne de leur entourage bien intentionnée suit un programme d'entraînement?
  - La personne que vous conseillez a-t-elle quelqu'un à la maison ou près d'elle qu'elle pourrait aviser si elle se blesse?
  - Avez-vous établi une échelle de niveau de tolérance avec votre client? Comment saurez-vous s'il ou elle ressent de la douleur ou est allé trop loin?
    - Consultez la boîte à outils du manuel SPAP-SCPE<sup>MC</sup> : *SPAP-SCPE : Perception de l'effort (PE)*.
  - Avez-vous un numéro de téléphone ou un autre moyen de joindre vos clients, si la connexion ne pouvait être établie?
  - Confidentialité : Si votre séance d'entraînement est enregistrée, comment cet enregistrement sera-t-il stocké?
    - Consultez et suivez la législation sur la confidentialité pertinente dans votre province ou territoire.
- Documentation : Tout comme vous documentez vos séances en personne avec vos clients, vous devez consigner les progrès de vos clients, tenir des dossiers et remplir les formulaires de prise en charge et de mise à jour. **Conservez-les dans un endroit sûr en tout temps.**
- Facturation : Vous devez indiquer sur vos factures quelles séances d'entraînement se déroulent en personne ou par l'entremise de services de télésanté.

### Autres considérations relatives à la vie privée et à la confidentialité

Quelle que soit l'application d'entraînement à distance que vous choisissiez d'utiliser avec vos clients, vous devrez sans contredit transmettre des renseignements par voie électronique. Mais avant de le faire, il est recommandé d'obtenir le consentement écrit de la personne. Un exemple de formulaire

de consentement est disponible dans la boîte à outils de la SCPE incluse dans le manuel SPAP-SCPE, et vous trouverez plus de détails auprès de votre assureur, page 4.

Vous pourriez par ailleurs envisager de souscrire une police d'assurance-responsabilité couvrant les enjeux en lien avec la cybersécurité et la confidentialité afin de vous protéger de tout risque supplémentaire lié à la prestation de services à distance. Veuillez contacter le courtier en assurance responsabilité de la SCPE, BMS Canada Risk Services Ltée, au 1-844-517-1370 ou à [csep.insurance@bmsgroup.com](mailto:csep.insurance@bmsgroup.com) pour plus de renseignements.



## DIRECTIVES POUR L'ÉVALUATION PRÉALABLE À LA PARTICIPATION PAR L'ENTREMISE DE SERVICES DE TÉLÉSANTÉ – NOUVEAUX CLIENTS

---

Sauf en ce qui concerne les mesures de la fréquence cardiaque (FC) au repos et de la tension artérielle (TA) au repos, le processus d'évaluation préalable à la participation devrait se dérouler comme à l'habitude. Cela signifie que les clients doivent remplir le formulaire de consentement éclairé et le *Questionnaire Menez une vie plus active*, et qu'il faut recueillir auprès d'eux des renseignements sur leurs antécédents médicaux, leurs médicaments et leur niveau d'activité physique.

### **Obtenir la FC au repos :**

Si une cliente ou un client a à sa disposition un dispositif portable qui mesure la FC (par exemple, une montre intelligente ou une sangle thoracique mesurant la FC), servez-vous de cette valeur pour les besoins de l'évaluation. Dans tous les autres cas, les membres certifiés SCPE devront montrer à leurs clients comment prendre leur propre pouls.

### **Obtenir la TA au repos :**

Les clients qui disposent de leur propre brassard de tensiomètre automatisé peuvent mesurer leur TA au repos de cette manière. Sinon, demandez à la personne si sa TA au repos a récemment été mesurée (p. ex., lors d'une visite chez le médecin, d'une consultation avec un membre certifié SCPE, à la pharmacie, etc.). Remarque : Les cabinets médicaux seront souvent en mesure de fournir à leurs patients par téléphone une mesure récente de leur TA au repos.

#### Si la personne détient une mesure récente de sa TA au repos :

Utilisez cette mesure de la TA au repos comme mesure de substitution. Conformément aux procédures normales d'évaluation préalable à la participation, la TA au repos de la personne doit être inférieure à 160/90 mm de Hg pour qu'elle puisse entreprendre une activité physique (en supposant qu'il n'y ait pas d'autres antécédents suggérant que l'activité physique présenterait un risque élevé).

#### Si la personne ne détient pas de mesure récente de sa TA au repos :

Dans toutes les situations énumérées ci-dessous, il convient de faire appel à son jugement professionnel. Si les membres certifiés SCPE ont des doutes ou ne croient pas détenir les connaissances ou les compétences nécessaires pour travailler avec une personne de façon sécuritaire à l'intérieur de leur champ d'activité, ils doivent s'abstenir de le faire. Ils doivent plutôt aiguiller la personne vers une ou un membre certifié SCPE possédant l'expertise appropriée pour fournir des conseils sur l'exercice à cette population (comme une ou un PEC-SCPE ayant suivi une formation avancée en intervention auprès de clients atteints de maladies cardiovasculaires) ou attendre qu'une lecture de la TA au repos puisse être fournie. S'il est décidé que la personne peut faire de l'activité physique, consignez les mesures prises afin de vous assurer que les bienfaits de l'activité physique l'emportent sur les risques (p. ex., évaluation préalable à la participation ne

révélant aucun problème, TA au repos obtenue par la personne, bonnes connaissances de la personne quant à la pratique sécuritaire d'activité physique, etc.).

**1<sup>er</sup> scénario : La cliente ou le client fait régulièrement de l'activité physique :**

- Si la personne ne présente aucune contre-indication à l'activité physique à la lumière de l'évaluation de la santé préalable à la participation, elle peut continuer à faire de l'activité physique à l'intensité actuelle. Passez graduellement à une activité physique d'intensité plus élevée selon la tolérance de la personne.
- Si la personne répond « oui » à une question du *Questionnaire Menez une vie plus active* ou présente d'autres antécédents médicaux préoccupants, assurez-vous que les bienfaits de l'activité physique l'emportent *manifestement* sur les risques (p. ex., la personne ne présente aucun signe ou symptôme de maladie cardiovasculaire, n'est pas atteinte de maladies concomitantes, etc.). Il est possible que les EPC-SCPE doivent aiguiller ces clients vers un PEC-SCPE ou un professionnel de la santé. Les PEC-SCPE doivent faire preuve de jugement professionnel en l'absence d'une mesure de la TA au repos et déterminer s'il est sécuritaire de maintenir de l'activité physique à l'intensité actuelle.

**2<sup>e</sup> scénario : La cliente ou le client NE fait PAS d'activité physique régulièrement :**

- Si la personne ne présente aucune contre-indication à l'activité physique à la lumière de l'évaluation de la santé préalable à la participation, elle peut commencer à faire de l'activité physique à une intensité faible à moyenne. Augmentez graduellement l'intensité de l'activité physique selon la tolérance de la personne.
- Si la personne répond « oui » à une question du *Questionnaire Menez une vie plus active* ou présente d'autres antécédents médicaux préoccupants, il est fortement recommandé qu'elle obtienne une mesure de sa TA au repos avant d'entreprendre une activité physique d'intensité moyenne.

\*Souvenez-vous de vous reporter aux directives de la SCPE ([lien du site Web ici](#)) pour obtenir la définition de l'activité physique régulière et de l'activité physique d'intensité faible, moyenne et élevée.