

RÉFÉRENTIEL

« EXERCISE IS MEDICINE » EIM

Prise de position de l'Office fédéral de la santé publique OFSP sur le rapport « Exercise is Medicine – Référentiel pour la Suisse »

Contexte

Le rapport « Exercise is Medicine (EIM) – Référentiel pour la Suisse » constitue une contribution majeure à l'intégration de l'activité physique dans les soins de santé. Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), il a été élaboré par ecoplan, avec la contribution de nombreux experts et professionnels de l'activité physique. Le rapport vise à ancrer plus systématiquement l'activité physique comme moyen de prévention, de traitement et de réadaptation des maladies non transmissibles (MNT). Ce référentiel s'inscrit dans le prolongement de la Stratégie nationale de prévention des MNT et du plan d'action 2025–2028, en définissant les fondements conceptuels, les groupes cibles, les modalités de mise en œuvre, ainsi que les rôles des professionnels de la santé et de l'activité physique.

Principaux résultats

S'appuyant sur l'initiative internationale « Exercise is Medicine » (EIM), le référentiel considère l'activité physique comme une intervention efficace et fondée sur des données probantes, pouvant être utilisée au même titre que des traitements médicamenteux ou d'autres mesures thérapeutiques.

Selon la littérature scientifique, une activité physique régulière a des effets démontrés en matière de prévention, de thérapie et de réadaptation dans le cas des maladies non transmissibles (MNT), des troubles psychiques et des addictions. Compte tenu de l'augmentation de la charge de morbidité liée à l'évolution démographique, EIM revêt une importance particulière en termes de politique de santé. Malgré l'existence d'offres d'activité physique dans les domaines de la réadaptation et de la thérapie, les auteurs estiment que le potentiel d'EIM n'est jusqu'à présent pas pleinement exploité en Suisse.

Dans ce contexte, le cadre de référence montre comment l'activité physique pourrait être intégrée de manière systématique comme composante thérapeutique dans le système de santé suisse. Du point de vue des expertes et experts, il conviendrait en outre de viser, à l'avenir, la prescription d'interventions en activité physique fondées sur des données probantes pour des indications définies.

Prise de position de l'OFSP

L'Office fédéral de la santé publique (OFSP) a contribué de manière déterminante à l'élaboration du référentiel *Exercise is Medicine* pour la Suisse. Ce document constitue une base solide pour promouvoir l'intégration de l'activité physique comme composante de la prévention, du traitement et de la réhabilitation dans le système de santé.

Toutefois, en raison des mesures d'économie décidées par le Conseil fédéral et le Parlement en février 2025, l'OFSP ne peut pas poursuivre son engagement direct dans les activités liées à l'initiative EIM. Il est néanmoins important de souligner que l'OFSP considère toujours l'approche EIM comme importante pour la prise en charge des personnes atteintes de maladies chroniques et de longue durée. Les bénéfices scientifiquement démontrés de l'exercice physique sur la santé cardiovasculaire, métabolique, psychique et sur la qualité de vie des patientes et des patients restent indiscutables.

Ainsi, même si l'OFSP n'est plus en mesure d'assurer la mise en œuvre opérationnelle du référentiel, il encourage les autres acteurs institutionnels, les associations professionnelles, les organisations de patients et les partenaires du domaine du sport et de la santé à reprendre le flambeau. La poursuite de cette démarche est importante pour :

- Améliorer la qualité de vie et l'autonomie des personnes concernées, tout en favorisant leur participation sociale et professionnelle.
- Prévenir les complications et stabiliser les états de santé.
- Renforcer les compétences des professionnels et garantir la qualité des interventions fondées sur l'activité physique.
- Assurer la pérennité des offres et leur accessibilité pour toutes les populations, y compris les groupes vulnérables.

L'OFSP souligne que le rapport ne permet pas de tirer des conclusions ni de formuler des exigences quant à une éventuelle prise en charge par l'assurance obligatoire des soins (AOS). L'AOS ne prend en charge que les prestations reconnues comme obligatoires selon la Loi fédérale sur l'assurance-maladie (LAMal), fournies par des prestataires autorisés et répondant aux critères d'efficacité, d'adéquation et d'économicité.

Afin de refléter le travail réalisé et le consensus des experts impliqués, le référentiel est publié dans sa version originale. Les recommandations qu'il contient indiquent les champs d'action possibles pertinents pour la Suisse du point de vue de la communauté professionnelle.

Prochaines étapes

Le référentiel sera mis à disposition des acteurs concernés, notamment les instituts universitaires, les cantons, les organisations de santé, ainsi que les associations professionnelles actives dans le domaine de l'activité physique et de la santé, issues du monde médical ou non médical. En outre, le cadre de référence sera publié sur le site Internet de l'OFSP ainsi que sur prevention.ch afin d'en garantir une large accessibilité.

Ce cadre de référence vise à fournir aux institutions et parties prenantes une base solide pour poursuivre l'initiative EIM CH. La mise en œuvre dépend désormais de la mobilisation d'autres acteurs institutionnels et de partenariats externes, en mesure de porter cette initiative dans un esprit de continuité et d'innovation.

OFSP, janvier 2026