

Mise à jour : mardi 18 septembre 2012 18:37 | Par AFP

Le sport bon pour la santé... de la Sécu

L'activité physique et sportive (APS) médicalement prescrite et socialement remboursée pourrait devenir une alternative aux médicaments et, à terme, un remède au déficit de la sécurité sociale, ont affirmé différents experts lors d'un colloque mardi à Paris.



AFP/Archives

"Quinze minutes de marche quotidiennes diminuent la mortalité de 14%", a rappelé l'une des experts, Martine Duclos, professeur de médecine du sport.

Responsable d'un décès sur dix dans le monde, selon une étude de la revue médicale britannique Lancet, **le manque d'activité est mécaniquement à l'origine de diverses pathologies ruineuses pour les caisses de santé: maladies cardiovasculaires, troubles liés à l'obésité, certains types de cancers, etc.**

Partant de ce constat consensuel, une entreprise dédiée au sport-santé, l'Imaps, a chiffré le bénéfice d'une politique structurée de prescription du sport: un actif dépense 250 euros de moins chaque année qu'un inactif pour sa santé. Et financer à hauteur de 150 euros par an une APS adaptée pour soigner les pathologies de 10% des patients en affection de longue durée (ALD), permettrait à la sécurité sociale d'économiser 56,2 millions d'euros par an, selon ce calcul.

Le terrain politique pour l'expérimentation semble prêt. La ministre des Sports Valérie Fourneyron est également une médecin du sport convaincue des bienfaits de la prescription de la pratique sportive et des certificats "d'indication", par opposition à ceux de "non contre-indication".

L'APS adaptée selon Jean Borotra

"C'est largement prouvé. Le sport fonctionne comme un effet dose. **Quand il y a surentraînement, on est dans des pathologies de surutilisation mais quand il n'y a pas d'activité, il y a les risques de la sédentarité, responsable de 15% des décès**", a-t-elle rappelé en ouverture du colloque organisé au Comité national olympique et sportif (CNOSF).

Ce dernier, qui copilote avec le ministère la politique "sport-santé", dont les journées annuelles s'ouvrent mercredi, va contribuer au projet via ses différentes fédérations affiliées.

Dans chaque fédération, "un comité sport-santé spécifique établira les caractéristiques et bénéfices de chaque discipline pour établir un(e) sorte de) +Vidal des disciplines sportives+", a expliqué le président de la commission médicale du CNOSF et ancien ministre des Sports, Alain Calmat, initié au sport adapté par l'alors octogénaire tennisman Jean Borotra, qui lui avait confié continuer à jouer mais sur un demi-court.

"Le rôle du mouvement sportif est de permettre aux médecins de connaître la discipline la plus adaptée" aux pathologies, a ajouté M. Calmat. Pour ce faire, quatre groupes de travail multi-partites ont été constitués: sport et cancer, obésité, maladie cardio-vasculaire, vieillissement.

De son côté, Christian Jeambrun, président du syndicat des médecins libéraux (SML), a pondéré l'enthousiasme général pour la prescription de l'APS de manière ciblée et individuelle, en s'interrogeant sur les structures auxquelles confier les patients et les bilans qu'elles en tireront.