

## MAÛTHERMES

### La médecine thermale efficace dans le traitement du surpoids et de l'obésité

Le surpoids affecte aujourd'hui 31,9% des Français et l'obésité 14,5%. Face à cet enjeu de santé publique, la médecine thermale apporte son expérience : près de 25 000 personnes suivent chaque année une cure thermale, prescrite par leur médecin traitant, pour une indication du métabolisme, majoritairement avec une manifestation de surcharge

pondérale. 17 stations sont compétentes et plusieurs d'entre elles prennent également en charge les pathologies ostéo-articulaires, très fréquemment associées à l'obésité.

L'étude Maâthermes, conduite par les Dr Thierry Hanh et Patrick Sérog, médecins nutritionnistes, a ainsi eu pour objet de compléter la documentation sur l'évaluation du service médical rendu par la crénothérapie pour le compte de l'association française de recherche thermale.

A l'heure où les autorités de santé s'interrogent sur l'efficacité des régimes minceur, les résultats

obtenus (perte de poids moyenne de 4,6% à 14 mois et supérieure à 5% pour 45% des sujets) révèlent une efficacité de la cure thermale comparable à celle d'un programme de modification de style de vie et d'un traitement médicamenteux. Mieux : la cure nécessite une période d'intervention très inférieure aux programmes habituels de modification de style de vie (16 à 26 semaines), et n'entraîne aucun effet secondaire indésirable. Ainsi, les résultats montrent de bien meilleures conditions de prise en charge des patients qu'un accompagnement classique par le médecin traitant.

Perte de poids moyenne et réduction de l'IMC  
**3 fois** plus importante dans le groupe cure

Perte de poids moyenne de 4,6% à 14 mois et  
**>5%** pour 45% des sujets

Les patients du groupe cure sont  
**3 fois** plus nombreux que ceux du groupe témoin à avoir perdu au moins 5% de leur poids

## LA MÉDECINE THERMALE, UNE DES SOLUTIONS À LA PRÉVENTION DE LA DÉPENDANCE

Aujourd'hui on compte déjà plus d'1,2 million de personnes âgées dépendantes en France. Dans notre société vieillissante, leur prise en charge s'est imposée comme un sujet économique et social majeur. En comparaison aux politiques de prévention mises en place dans les pays nordiques, de nombreux progrès sont encore possibles.

L'âge moyen des curistes est de 63 ans, soit l'exacte moyenne d'âge à partir duquel une personne est susceptible d'être affectée par une incapacité majeure. La cure thermale intervient donc à une étape clé. En outre, sa vocation est d'agir sur les maladies chroniques, principal facteur de la perte d'autonomie.

Avec 520 000 curistes en 2011, elle est l'une des médecines non médicamenteuses les plus répandues dans la population. Elle est donc un levier majeur en termes d'action médico-sociale :

- la population des curistes compte dans ses rangs des classes sociales moyennes inférieures, dont la médicalisation est plus faible et qui échappent aux messages et actions de santé publique,
- 3 consultations sont programmées auprès d'un médecin thermal : elles consolident le suivi médical et favorisent le dépistage,
- la durée de 3 semaines sans interruption d'une cure permet la mise en oeuvre d'une éducation thérapeutique dont l'application des enseignements est retardatrice de l'entrée en dépendance,

- la cure thermale maintient un lien social en donnant de multiples occasions de socialisation favorables à l'équilibre psychique de l'individu et à son bien-être.

Enfin, de nouvelles interventions sont mises en place au service de la prévention. L'AFRETh a inscrit deux études à son programme qui visent spécifiquement les séniors :

- une étude de faisabilité sur la possibilité de réaliser durant le séjour thermal la consultation gériatrique de prévention, recommandée par la HAS,
- un essai clinique d'évaluation d'une intervention multi-modale de prévention du déclin cognitif.

**520 000**

curistes chaque année dans les stations thermales en France

**74 %**

affirment voir diminuer leurs douleurs physiques\*

**57 %**

consomment moins de médicaments\*

**0,15 %**

des dépenses de santé de l'assurance maladie\*\*

plus d'infos sur :  
[www.medecine-thermale.fr](http://www.medecine-thermale.fr)

\*TNS HEALTHCARE, 2006, étude menée auprès de 112 000 curistes  
\*\*Toutes dépenses ONDAM

N°8bis

SPÉCIAL  
CONGRÈS

# THERMALE

La lettre d'information du Conseil National des Exploitants Thermaux

## LA MÉDECINE THERMALE, UNE MÉDECINE EFFICACE POUR LONGTEMPS

» PAGES 2 & 3

### ÉDITO de Thierry Dubois



#### Deux chiffres importants pour la médecine thermale nous interpellent.

En premier lieu, la fréquentation des stations thermales continue à progresser pour la deuxième année consecutive. En même temps, 69% des Français considèrent dans un sondage que le remboursement des cures est justifié, alors que seulement un quart d'entre eux ont eux-mêmes ou parmi leurs proches une personne ayant fait une cure récemment. Ces bons chiffres prouvent sans aucun doute que l'encadrement et les soins proposés par les stations thermales répondent à une demande de la société, en quête de médecines efficaces et surtout avec des effets durables. Ils récompensent également les efforts menés par la profession pour apporter la démonstration du service médical rendu des cures thermales, notamment au travers des études scientifiques menées (*Stop-tag*, *Thermarshrose*, *Maâthermes*). Enfin, ils traduisent la mobilisation d'une profession et des curistes pour porter haut une médecine respectueuse de chacun... Ce sont des signaux forts qui ne peuvent que nous encourager à continuer ! »

Thierry Dubois est président du Conseil National des Exploitants Thermaux depuis 2009.



» PAGE 4

ACTUALITÉ RECHERCHE  
THERMALISME ET PERTE DE POIDS

» ZOOM

[WWW.MEDECINETHERMALE.FR](http://WWW.MEDECINETHERMALE.FR)  
UNE NOUVEAUTÉ AVEC  
UN ESPACE DEDIE AUX MÉDECINS

-1-

## UNE SOLUTION EFFICACE

pour les maladies chroniques, maux de nos civilisations stressées

**Les maladies chroniques, premières causes de mortalité dans le monde, sont l'apanage de nos sociétés actuelles. 15 millions de Français sont atteints de maladies chroniques, qu'il s'agisse de diabète, d'asthme, de cancer ou de maladies plus rares.**



résultats probants et reconnus par des études scientifiques.

Élargissant son champ de compétences, la médecine thermale développe aujourd'hui également des programmes spécifiques à des pathologies lourdes : soins de suite après un cancer du sein (voir THERMALE N°7 disponible dès la rubrique publications du site [medecinethermale.fr](http://medecinethermale.fr)), accueil des grands brûlés...

Un plan national sur l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints de maladies chroniques a été mis en place. Il favorise les actions d'éducation à la santé. Les cures thermales sont justement des lieux privilégiés d'éducation en santé, d'information et de prévention. La durée conventionnelle de la cure - trois semaines, la haute qualité environnementale des stations, et l'approche spécifique de la crénothérapie (soins utilisant l'eau thermale et ses dérivés) sont autant de conditions idéales pour apprendre à vivre avec une maladie longue. Les stations accueillent et encadrent des curistes atteints notamment d'affections articulaires, des voies respiratoires (asthme...), souffrant de surpoids ou diabétiques avec des

-2-

## UNE MÉDECINE SOCIALE

qui reste économique pour la collectivité <sup>(1)</sup>

**Les cures thermales sont prises en charge par les régimes nationaux d'assurance maladie depuis l'origine de la Sécurité Sociale, en 1947. Depuis lors, cette reconnaissance de l'utilité médicale, mais aussi du caractère social de la médecine thermale ne s'est pas démentie.**

Les résultats des travaux de recherche les plus récents confortent l'utilité médicale des cures, et justifient que la collectivité en facilite l'accès par les malades.

Ce d'autant que cet engagement financier de la collectivité est grandement compensé par les apports de l'activité économique liée aux cures thermales. En effet, les coûts sociaux et fiscaux des quelque 520 000 cures thermales prises en charge annuellement en France représentent au total 248,7 millions euros (honoraires médicaux, soins thermaux, subventions publiques).

Mais les cures thermales génèrent aussi une activité économique dans divers secteurs : les soins, les hébergements, la restauration, les transports, les services. Dans la centaine de stations thermales, cette activité et ses emplois contribuent aux financements

sociaux (cotisations sociales) et fiscaux (impôts). Pour les 836,7 millions euros de chiffre d'affaires réalisés à l'occasion des cures thermales, dépense finale des curistes tous secteurs confondus, le total de ces contributions sociales et fiscales est évalué à 190,2 millions euros.

De ces chiffres globaux, on peut tirer plusieurs enseignements :

**Les curistes assument personnellement (ou avec l'aide de leur complémentaire maladie) 70% du coût réel de leur cure thermale : pour être social, le thermalisme français n'est pas moins responsable...**

**Le poids réel du thermalisme social sur les budgets sociaux et fiscaux est inférieur à 60 millions euros par an pour 500 000 cures, soit moins de 120 euros par cure : peu d'interventions sanitaires, dédiées comme la médecine thermale à la prise en charge des patients chroniques, sont réalisables à ce coût social.**

(1) Chiffres tirés de : W. TABONE : Le thermalisme français dans les comptes de la nation : une approche macro-économique, La Presse Thermale et Climatique 2009 ; 146:67-73

## QUI SONT LES CURISTES ?

Quelques chiffres issus de l'enquête menée après de plus de 100 000 curistes :

- 2/3 des curistes sont des femmes,
- 1/3 des curistes a plus de 60 ans, les patients ont en moyenne 63 ans.
- 17 % étaient primo-curistes. Les patients étaient traités pour rhumatismes à 83 %, les problèmes respiratoires ou ORL, troubles de la circulation.
- 74 % des patients ont observé après la cure moins de douleurs physiques,
- 50 % une diminution de la consommation médicamenteuse.
- 97 % des patients qui avaient déjà effectué une cure ont rapporté des effets durables (durée de l'effet supérieur à 6 mois). (\*Etude TNS Healthcare, 2006)

-3-

## UNE RÉPONSE

au vieillissement de la population

**Avec un taux de mortalité faible et une espérance de vie qui ne cesse d'accroître, le nombre de retraités et de personnes âgées augmente chaque année. Cette population est touchée par des pathologies médicales spécifiques, rhumatismes, douleurs articulaires... auxquelles la médecine thermale apporte une réponse, notamment dans la prise en charge des affections ostéo-articulaires.**

Préoccupation nationale depuis plusieurs années, le plan national « bien vieillir », mis en place par les pouvoirs publics entre 2007 et 2009, avait entre autres pour objectif de prévenir les complications des maladies chroniques et de favoriser le maintien en bonne santé des séniors.

Dans ce cadre, la cure thermale est un levier d'action privilégié. Par exemple les stations thermales développent des accueils spécifiques pour les malades atteints d'Alzheimer ou des stages de préparation et d'adaptation à la retraite. La thérapie proposée est plus douce que des stages de rééducation ou la prise de traitements médicamenteux lourds, et est donc bien adaptée à une population plus fragile. En complément, les stations thermales proposent un accompagnement des familles des patients atteints d'Alzheimer pour les aider à gérer la maladie de leurs proches et pour apporter une aide et des conseils pour affronter la vie quotidienne à leurs côtés.

-4-

## UNE COMMUNAUTÉ MÉDICALE

soudée et mobilisée (recherche + soutien des curistes)

**La recherche scientifique est très active autour de la médecine thermale. Une vingtaine d'études sont menées chaque année et déjà les études Stop Tag, Thermarthrose et Maàthermes (lire page 4) ont apporté de nouveaux éléments en faveur de la recherche thermale. Les résultats de ces études démontrent l'efficacité du service médical rendu de la crénothérapie, non seulement par les soins prodigués mais par les conditions de prise en charge et par l'éducation thérapeutique du patient.**

Dès lors, par delà le soutien des professionnels de santé impliqués dans l'ensemble de la chaîne de soins de la médecine thermale, – du médecin traitant prescripteur aux praticiens dans les stations thermales, – une très grande partie des curistes apportent un avis positif sur la médecine thermale. Rappelons qu'ils sont 74 % à avoir observé moins de douleurs physiques, 57 % à diminuer leur consommation médicamenteuse. Mieux : 97 % des patients qui ont déjà effectué une cure ont rapporté

des effets durables. Et 47 % considèrent que la médecine thermale est le seul traitement susceptible d'améliorer leurs douleurs (voir encadré).

« Les curistes sont **74 %** à avoir observé moins de douleurs physiques »

Un sondage récent, réalisé par TNS pour le compte du CNETH, a également montré que, si les curistes sont très mobilisés pour défendre la médecine thermale, près des 2/3 des Français considèrent justifié le remboursement des cures thermales, même si seulement un quart d'entre eux ont déclaré avoir suivi une cure ou connaître un proche qui l'a fait !

-5-

## UN OUTIL DE DÉVELOPPEMENT LOCAL

**17 départements accueillent plus de 10 000 curistes par an.**

**100 000 emplois directs, indirects ou induits dépendent du thermalisme :** 100 curistes supplémentaires génèrent 10 emplois nouveaux.

**105 établissements thermaux en activité sur le territoire français.**

**10 à 25% du chiffre d'affaires annuel des exploitants est réinvesti dans la qualité des installations.** Dans les dernières années, la plupart des établissements thermaux ont été rénovés, ce qui a représenté plus de 250 millions d'euros d'investissements.

