

Résultats prometteurs pour le cocktail anti-Covid développé par Regeneron et le ..

Attestation, vaccins, levée de confinement.. Le préfet fait le point sur la sit..

Merkel soutient la menace de l'UE de bloquer les exportations du vaccin AstraZen..

Une soirée clandestine dans une villa démantelée ce week-end par les gendarmes

La Covid-19 fait 20 nouvelles victimes dans les Alpes-Maritimes, le point sur le..

# Le sport sur ordonnance, solution de prévention et de bien-être pour les malades

SPONSORISÉ PAR MUTUELLES DU SOLEIL



L'activité physique doit faire partie du traitement de la plupart des maladies chroniques. iStock

Toute l'info locale + Des reportages exclusifs > [JE DÉCOUVRE](#)

Les bienfaits de la pratique d'une activité physique pour les patients atteints de maladies chroniques sont nombreux, aussi bien à titre préventif que curatif. Le sport sur ordonnance n'est cependant pas remboursé par l'Assurance maladie. Mutuelles du Soleil, acteur engagé dans la prévention santé, accompagne les patients au travers du produit ATON, et nous explique en quoi le sport sur ordonnance a un impact bénéfique sur la qualité de vie des malades.

## LE SPORT SUR ORDONNANCE, UNE EFFICACITÉ PROUVÉE

Véritable outil de prévention et d'accompagnement pour les malades, la prescription du sport aux personnes atteintes d'affections de longue durée représente une approche efficace et reconnue par les professionnels. Elle doit cependant s'inscrire en complément des traitements classiques prescrits par les médecins, et ne saurait, à elle seule, assurer le rôle des thérapies médicamenteuses.

Déjà adopté par les pays d'Europe du Nord depuis ces dernières années, le sport santé se déploie en France, au niveau local, avec des dispositifs de prescription et d'encadrement d'activités physiques destinées aux patients. A l'image de l'association Azur Sport santé basée à Nice, qui, avec le soutien de l'ARS PACA, lance cette année l'expérimentation nationale *As de Cœur*. L'objectif du projet *As du Cœur Multicentrique* est de favoriser la pratique d'une activité physique autonome, régulière et durable chez des patients sortant de la phase de réadaptation cardiovasculaire.

Car les scientifiques sont unanimes sur le sujet: l'activité physique doit faire partie du traitement de la plupart des maladies chroniques comme les affections cardiovasculaires, le diabète, l'hypertension, l'asthme, la dépression, l'endométriose, la sclérose en plaques, la mucoviscidose, ou encore certains cancers. Une initiative innovante, qui constitue un véritable enjeu pour l'avenir. L'objectif à long terme est de rendre la pratique de l'activité physique adaptée accessible à tous.

Certaines CPAM soutiennent des actions, ou des programmes sport santé sur différents territoires. Elles mettent également en place des actions de prévention et de sensibilisation sur les bienfaits de l'activité physique et de la nutrition. Cependant, elles ne remboursent pas le sport sur ordonnance, alors même qu'une activité physique et sportive adaptée et régulière, vise à contribuer de façon majeure, à l'amélioration de l'état de santé des malades chroniques.



## AMÉLIORER L'ÉTAT DE SANTÉ DES PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES CHRONIQUES

Car si les bienfaits d'une activité physique sur ordonnance sont reconnus, la Sécurité Sociale ne rembourse pas, à ce jour, les séances d'activité physique. Et ce, même si elles sont prescrites à des personnes en Affections Longue Durée. La consultation de prescription médicale d'activité physique n'est, elle non plus, pas remboursée par l'Assurance maladie, tout comme l'examen médical qui précède la délivrance d'un Certificat d'Absence de Contre-indication à la pratique sportive. Il s'agit là aussi d'un acte de prévention non pris en charge par l'Assurance Maladie.

Pour accompagner les patients vers une vie plus active, en toute sécurité, Mutuelles du Soleil propose la prise en charge du sport sur ordonnance, grâce à un nouveau forfait, compris dans le cadre de sa complémentaire santé [ATON](#). Cette couverture santé est une gamme entièrement adaptable et personnalisable, permettant à chacun de composer la complémentaire santé en fonction de ses propres besoins.

Le sport aide à se maintenir en bonne santé, mais également à retrouver une meilleure forme physique et mentale. La finalité n'est pas seulement la guérison ou un gain de qualité de vie mais une activité physique régulière, et un mode de vie moins sédentaire. Au-delà de l'aspect physique, le sport santé permet de nouer des liens, et de trouver une écoute attentive de la part des professionnels de santé.