

En Bretagne, le sport remboursé par la sécurité sociale ?

Le sport sous ordonnance est expérimenté dans 10 établissements français, dont la clinique Saint-Yves à Rennes (Ille-et-Vilaine), seul établissement de Bretagne. Un programme bénéfique pour la santé et l'économie.



À la clinique Saint-Yves, à Rennes, les personnes victimes d'accidents cardiaques participent à des séances de sport pendant cinq mois, au lieu de trois semaines. | OUEST-FRANCE

Le sport peut-il devenir un acte médical ? C'est un projet en pleine expérimentation dans cinq régions françaises, dont la [Bretagne](#), à [la clinique Saint-Yves](#) de [Rennes](#) ([Ille-et-Vilaine](#)). Une initiative lancée par l'association Azur Sport Santé en 2012, sous le nom « **As du Cœur** ». L'objectif ? Prolonger la pratique sportive à but thérapeutique des personnes atteintes de maladies cardiovasculaires. « **Concrètement, c'est du sport sous ordonnance**, précise le docteur Alain Fuch, président d'Azur Sport Santé. **Dans l'imaginaire collectif, si c'est remboursé par la sécurité sociale, c'est efficace** ».

Cinq mois au lieu de trois semaines

Dans le parcours santé d'une personne victime d'accident cardiaque, trois semaines sont réservées à la pratique sportive. L'idée d'As du Cœur est de prolonger ce sport sous ordonnance à cinq mois. « **C'est prouvé, le cerveau a besoin de dix semaines minimum pour créer une habitude** », souligne Céline Chouhan, responsable du service de rééducation de la clinique rennaise.

À l'étage inférieur de Saint-Yves, l'expérimentation est déjà en cours. Une petite dizaine de personnes transpirent et accélèrent leur rythme cardiaque sur des vélos d'intérieur. « **Après une opération, on a tendance à rester sur le canapé**, confie Christian, 63 ans, victime d'un infarctus. **J'ai vraiment apprécié la remise en forme, alors j'ai voulu poursuivre avec As du Cœur** ». L'enthousiasme est similaire chez Brigitte, qui espère retrouver sa pêche d'antan : « **Avant, je marchais une heure par jour. Après mon accident, je n'avais plus de force, j'étais comme un bébé. J'ai besoin de cet accompagnement** ».

1 300 € d'économie

Le projet As du Cœur a déjà été testé à petite échelle en 2015. Cinq mois de programme et 47 volontaires. « **75 % des personnes participantes ont poursuivi le sport après le programme** », précise le médecin-conseil. Le bénéfice sur la santé est donc réel. Aujourd'hui, dix établissements se sont lancé le défi, avec près de 700 volontaires. « **Si cette phase expérimentale fonctionne, on pourra la généraliser** ». Alain Fuch espère ensuite développer le sport sous ordonnance à toutes les personnes atteintes de maladies chroniques, comme les diabétiques

Et côté budget ? « **Nous avons démontré que le programme permettait en plus de réaliser des économies** ». Un chiffre : 1 300 €. Ce sont les économies réalisées par patient lors du programme. « **On estime que ces cinq mois de sport santé coûtent environ 600 € par patient. Si on compare ça à une pose de stent, ce n'est même pas le prix du pansement et de la nuit d'hôpital**, précise Arnaud Boyer, directeur adjoint de la CPAM d'Ille-et-Vilaine. **On paye en amont pour éviter de soigner en aval** ».