
PRÉVENTION ET MÉDECINE THERMALE À LA CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

AUDE BRUYAS*, ADELINE GUÉRARD, DOCTEUR ALAIN GARCIA

Résumé

Compte tenu de ses atouts structurels et de la population qu'il accueille, l'établissement thermal constitue un acteur de prévention incontournable. La Chaîne thermale du Soleil, leader de la médecine thermale en France, a développé sa démarche prévention depuis une décennie, afin de mieux répondre aux besoins des malades chroniques. Des exemples concrets d'actions de prévention mises en œuvre dans les établissements du Groupe sont présentés. Ils illustrent l'engagement et la formation de ses personnels ; la variété des possibilités d'actions de prévention dans les établissements thermaux pouvant relever à la fois de la prévention primaire, secondaire ou tertiaire ; ainsi que le rôle particulier que peut remplir la médecine thermale dans le parcours de santé.

Mots clés : Santé publique, Maladie chronique, Prévention primaire, Prévention secondaire, Prévention tertiaire, Programmes d'éducation pour la santé, Stations de cure, Qualité de vie.

Abstract

Prevention and crenotherapy in Chaîne Thermale du Soleil (France)

Given its structural assets and its patient population, hot spring treatment centres have become leading players in preventive healthcare promotion.

The Chaîne Thermale du Soleil Group, France's hot spring medicine n°1 operator, started to implement its health prevention actions in 2005 in order to answer best chronic disease patients' needs. Tangible examples of this policy are presented. They embody the commitment and the level of training of the personnel, as well as the diversity of activities that are deployed to tackle health issues on all levels of preventive healthcare strategies. It shows the pivotal role those centres are now playing in the patient's course of treatment.

Key words : Public Health, Chronic Disease, Primary Prevention, Secondary Prevention, Tertiary Prevention, Healthy People Programs, Health Resorts, Quality of Life.

Introduction

La Chaîne thermale du Soleil, fondée en 1947 par Adrien Barthélémy, regroupe aujourd'hui 20 établissements répartis sur l'ensemble des régions thermales françaises. Son offre de soins couvre dix des douze orientations thérapeutiques reconnues par

* Chargée d'Affaires Santé & Relations institutionnelles, Chaîne thermale du Soleil
Courriel : aude.bruyas@chainethermale.fr

l'Académie nationale de médecine : rhumatologie, voies respiratoires, phlébologie, neurologie, affections digestives et maladies métaboliques, affections urinaires et maladies métaboliques, maladies cardio-artérielles, gynécologie, dermatologie et affections des muqueuses bucco-linguales. Ses établissements ont accueilli près de 190 000 curistes conventionnés en 2016, soit un tiers de l'ensemble des curistes français.

C'est pour répondre à plusieurs enjeux que le Groupe développe, dès 2005, sa démarche de prévention santé et son approche pluridisciplinaire des maladies. Il s'agit, tout d'abord, d'introduire une plus grande personnalisation de la cure thermale pour des pathologies bien spécifiques, permettant ainsi une prise en charge des troubles non traités par la médecine conventionnelle. À travers l'observatoire¹ qu'elle a mis en place, la Chaîne thermale du Soleil mesure les effets thérapeutiques de la cure thermale et leur rémanence dans le temps. C'est avec l'idée d'améliorer encore ces résultats, notamment sur l'autonomie et la qualité de vie, que l'approche pluridisciplinaire a été pensée, en même temps que les actions de prévention.

Ainsi, comment la Chaîne thermale est-elle parvenue à ouvrir son offre de soins pour mieux prendre en compte les besoins d'une patientèle principalement composée de malades chroniques et de personnes en risque de fragilité ?

Le thermalisme, un contexte propice à la prévention

Les établissements thermaux ont une organisation bien spécifique qui leur confère des atouts structurels indéniables pour dispenser des actions de prévention (Figure 1, voir page suivante). Par ailleurs, ils accueillent une population particulière, plus réceptive aux messages de santé que la population générale (Figure 2, voir page suivante).

La démarche “prévention” de la Chaîne thermale du Soleil

L'évolution du financement de notre système de santé est intimement liée au vieillissement de la population et à la part croissante qu'occupent les maladies chroniques : plus de 15 millions de personnes dont 10 millions en affection de longue durée (ALD). Les actions de prévention permettant de limiter les risques de complication et d'hospitalisation, participent à la maîtrise des coûts induits par ces pathologies ; sachant que les patients en ALD représentent 15 % des assurés sociaux mais près de 70 % des remboursements.

C'est dans ce contexte que, depuis plusieurs années déjà, la Chaîne thermale du Soleil, a intégré une approche “Prévention” complémentaire des soins thermaux, pour proposer une prise en charge optimale des malades chroniques.

Cette démarche “Prévention” cherche à répondre à plusieurs objectifs :

- enclencher la modification des comportements grâce à l'apprentissage des “bons gestes du quotidien”,
- rendre le patient acteur de sa pathologie en lui donnant les clés de son autonomie et en

¹ L'Observatoire des bienfaits de la cure thermale de la Chaîne thermale du Soleil, www.chaine-thermale.fr/medecine-thermale3/les-preuves

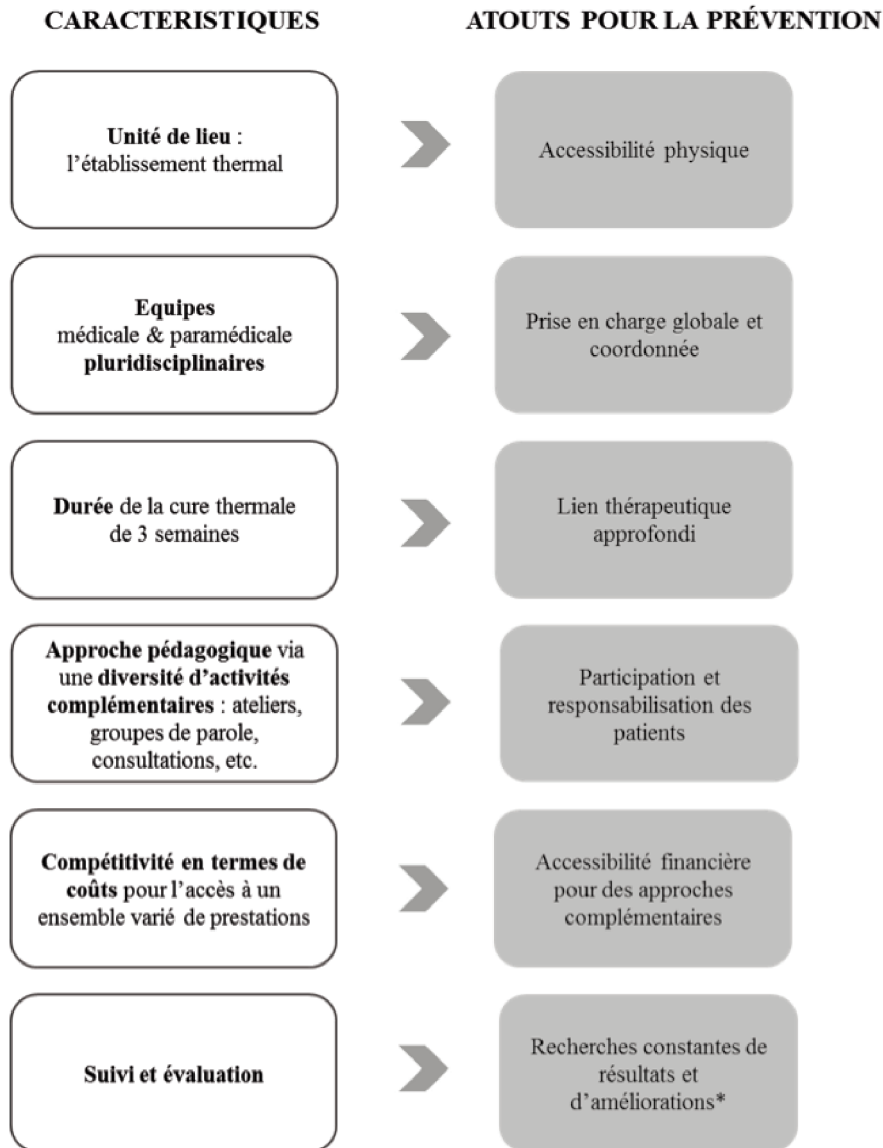


Figure 1 : Les atouts structurels des établissements thermaux pour dispenser des actions de prévention

* cf. Les études de l'Association française pour la recherche thermique (Afreth) et l'Observatoire des bienfaits thérapeutiques de la cure thermique créé par la Chaîne thermique du Soleil

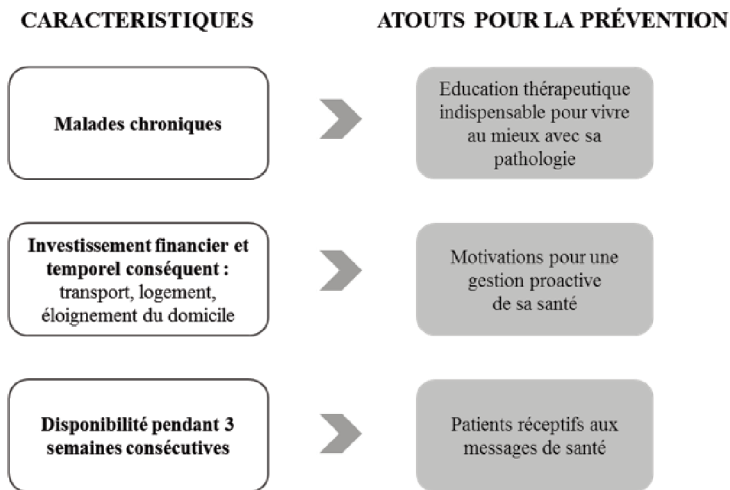


Figure 2 : Les spécificités de la population accueillie dans les établissements thermaux

lui permettant ainsi d'améliorer sa qualité de vie,

- réduire le risque iatrogène de médicaments en limitant leur consommation,
- prévenir l'aggravation de la maladie, les complications et les hospitalisations,
- participer et favoriser le "Bien vieillir".

Le volet Prévention s'est développé dans le Groupe à travers deux expertises indissociables de toute action de prévention : l'activité physique et l'alimentation. Ces facteurs de risques modifiables majeurs constituent deux axes transversaux complémentaires, au cœur des programmes de santé du Groupe.

Une offre variée et adaptée en activité physique est proposée dans les établissements, en fonction des pathologies : gymnastique en piscine ou en salle, cardio-training, Pilates, do in, qi gong, yoga, stretching, musculation, marche nordique, parcours de santé, etc. Ces séances sont dispensées en présence de professionnels formés tels que des éducateurs sportifs, des enseignants en activités physiques adaptées et des kinésithérapeutes.

L'alimentation est un levier de prévention à part entière, mis en avant dans le Groupe. La Cuisine Santé Nature® créée en 1975 par Michel Guérard, chef triplement étoilé, est le gage d'une cuisine savoureuse et légère, respectueuse de l'équilibre alimentaire. Elle est servie dans 9 établissements thermaux aux curistes en pension complète. L'étude pilote Prisme a permis d'évaluer en partie ses bienfaits. Par ailleurs, l'Institut Michel Guérard - École de Cuisine de Santé®, dispense des formations pour les professionnels de la cuisine (restaurants, collectivités, hôpitaux, écoles, Ehpad) et professionnels de santé s'intéressant à l'alimentation.

Des exemples concrets d'action de prévention

Les établissements de la Chaîne thermale du Soleil proposent un large éventail d'actions de prévention et d'éducation à la santé : cures spécifiques adossées à une cure dite "classique", programme d'éducation thérapeutique du patient (ETP), programmes éducatifs de soins, projets spécifiques de prévention, cure de réhabilitation post-cancer du sein, e-coaching "Forme & Santé", tables rondes, groupes de parole et conférences.

Cette diversité d'action permet de sensibiliser la majorité des curistes accueillis dans les établissements, selon leurs envies, leurs pathologies et leurs attentes. De plus, ces interventions agissent sur différents niveaux de prévention : prévention primaire, prévention

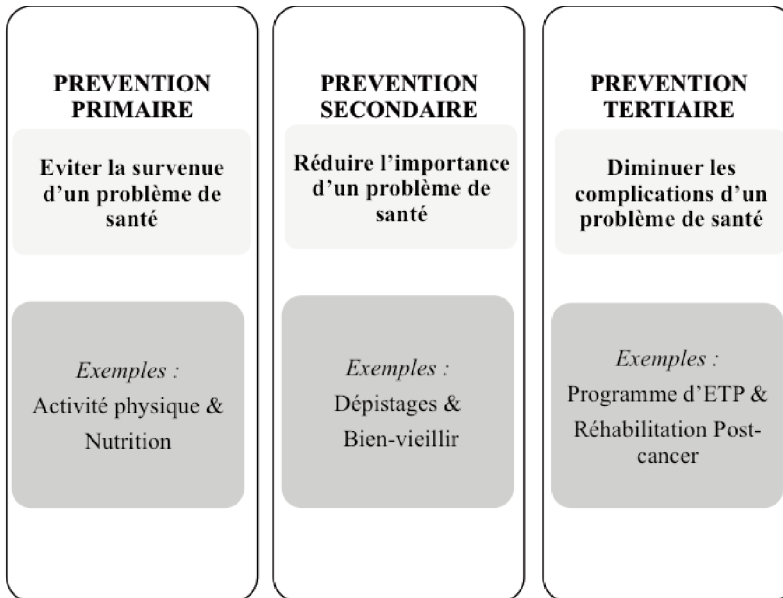


Figure 3 : Exemples d'actions selon les différents niveaux de prévention

secondaire et prévention tertiaire (Figure 3). Quelle que soit la modalité d'action choisie, elle repose sur des méthodes d'apprentissage pédagogique et participatif, afin de rendre le patient véritablement responsable et proactif vis-à-vis de sa santé.

Nous avons choisi de présenter plus en détails certaines actions de prévention, afin de mettre en relief la diversité des interventions qui peuvent être mises en place dans un établissement thermal et insister sur le rôle du thermalisme en tant qu'acteur de prévention pour les différents niveaux : primaire, secondaire et tertiaire.

1- Prévention primaire : "Santé et Nutrition" à Eugénie-les-Bains

L'Agence régionale de santé (ARS) d'Aquitaine a lancé en 2015 un appel à projets spécifique à la prévention dans les établissements thermaux, financé sur trois ans en partie par

les crédits du Fonds d'intervention régional². Les actions de prévention soumises à cet appel à projets doivent répondre à un cahier des charges précis : programme composé de plusieurs actions et interventions, prévention primaire et secondaire, public diversifié, réduction des deux premières causes de mortalité de la région : maladies cardio-vasculaires et cancers, etc. Les projets de deux stations du Groupe dans la région ont particulièrement retenu l'attention de l'ARS.

Le programme "Santé & Nutrition" à Eugénie-les-Bains, dans les Landes, propose des interventions focalisées sur la nutrition et la lutte contre la sédentarité : tables rondes diététiques, ateliers de cuisine, sensibilisation à une cuisine saine, échanges sur les bienfaits de l'activité physique quotidienne, parcours d'initiation à la marche nordique, etc. Cette action est destinée à des publics locaux différents : curistes et population adulte locale, journées classe verte à Eugénie pour les centres de loisirs et interventions dans les écoles, journées d'initiation aux principes et méthodes d'une alimentation adaptée aux seniors (cuisiniers des Ehpad) et aux enfants (cuisiniers des cantines scolaires).

2- Prévention primaire et secondaire : dépistage et prévention de la dépendance à Cambo-les-Bains

Le second projet retenu par l'appel à projets 2015 de l'ARS Aquitaine concerne l'établissement de Cambo-les-Bains, dans les Pyrénées-Atlantiques.

Ce programme propose un dispositif de repérage de la fragilité et de prévention de la dépendance chez les personnes âgées de plus de 75 ans parmi les curistes et la population locale : information et sensibilisation, auto-questionnaire de dépistage de la fragilité, diagnostic individuel avec des infirmières formées par le Gérotopole de Toulouse, guide d'information sur la prise en charge de la fragilité (recommandations et services référents par région et département), ateliers spécifiques sur la perte de mobilité, la dénutrition et l'activité cognitive.

Un programme spécifique a été développé, conjointement avec l'association France Alzheimer Pyrénées-Atlantiques pour les patients atteints d'Alzheimer "léger" et/ou "moyen" et leurs aidants. Des patients répondants aux critères de seuil de pauvreté sont envoyés par l'association pour participer gratuitement à ce programme.

Enfin, des journées de dépistage du cancer du sein et du cancer colorectal sont organisées pour les populations locale et thermale.

3- Prévention tertiaire : le programme d'ETP Obésité et Syndrome métabolique

L'Éducation thérapeutique du patient (ETP) "a pour but de former les patients à l'auto-gestion, à l'adaptation du traitement à leur propre maladie chronique, et à leur permettre de faire face au suivi quotidien"³. L'objectif de ces programmes agréés par les ARS est de permettre au patient d'être un véritable acteur de sa santé, en lui donnant les clés de son autonomie. Ils reposent sur une démarche bien particulière les inscrivant comme des

² Conformément aux articles L. 1435-8, R. 1435-16 et R. 1435-17 du code de la Santé publique.

³ Définition de l'Éducation thérapeutique du patient, selon l'Organisation mondiale de la santé (2008)

actions de prévention tertiaire.

Certains de nos établissements, comme Eugénie-les-Bains et Le Boulou, dispensent un programme d'ETP pour les patients atteints de syndrome métabolique et ou d'obésité, créé à partir du protocole de l'étude pilote Prisme. Il s'agit d'un parcours personnalisé avec des bilans éducatifs (initial et final), des consultations médicales et diététiques. Par ailleurs, des ateliers, tables rondes et groupes de parole permettent d'aborder les différents aspects de ces pathologies. Des ateliers de cuisine sont proposés pour mettre en pratique les connaissances diététiques appropriées et apprendre des techniques culinaires respectueuses de sa santé. Des séances d'activité physique adaptée sont encadrées quotidiennement, afin d'agir sur la sédentarité en douceur. L'équipe d'intervenants est pluridisciplinaire : médecins, infirmiers, diététiciens, éducateurs sportifs, enseignants en activité physique adaptée, sophrologues, psychomotriciens, pharmaciens, etc....

D'autres programmes d'ETP sont dispensés dans les établissements thermaux, en fonction des orientations thérapeutiques et pathologies traitées (polyarthrite rhumatoïde, insuffisance veineuse chronique, fibromyalgie, etc.)

4- Prévention primaire, secondaire et tertiaire : Ariane, e-coach “Forme et Santé”

La Chaîne thermale du Soleil s'est associée à Biomouv, pionnier incontournable en santé connecté, pour concevoir Ariane : www.arianecoaching.com. Ce dispositif innovant d'accompagnement forme et nutrition connecté permet de bénéficier d'un programme sportif adapté à son profil et d'une analyse de son équilibre nutritionnel au regard des recommandations scientifiques actuelles. La solution a été validée scientifiquement par la profession, et notamment par le Pr Martine Duclos, spécialiste en médecine du sport au CHU de Clermont-Ferrand et le Dr Mariette Gerber, spécialiste en nutrition.

La personnalisation du programme Ariane permet de répondre à des objectifs variés, selon le profil et les souhaits de l'utilisateur : mieux vivre avec sa pathologie, avoir une vie plus saine, atteindre une performance, se remettre au sport, perdre du poids et/ou ne pas en reprendre, etc. En fonction des objectifs du patient, de son état de santé et de ses disponibilités et attentes, Ariane lui propose des séances vidéo d'activités adaptées et des exercices sous forme de fiches techniques, des tests pour mesurer régulièrement ses capacités physiques, un suivi de ses progrès, des bilans nutritionnels, des menus équilibrés, des conseils pour pallier d'éventuels carences, etc. Un podomètre et une balance peuvent également être connectés pour un suivi facile et régulier de son nombre de pas et de son poids.

Ce projet permet d'agir sur les deux facteurs de risques modifiables majeurs que sont la sédentarité et l'alimentation. Ce format, novateur pour le milieu thermal, peut être particulièrement intéressant pour les patients atteints de maladies chroniques, afin de poursuivre les conseils et enseignements reçus pendant la cure.

Conclusion

Les exemples présentés illustrent la variété des actions de prévention qui peuvent être

mises en œuvre dans un établissement thermal. Les atouts et les spécificités de la médecine thermique lui confèrent une légitimité en tant qu'acteur pertinent de prévention, que ce soit pour la prévention primaire, secondaire et tertiaire. Le financement de ces actions reste néanmoins à la charge du patient, ce qui représente une contrainte indéniable.

Une reconnaissance progressive du thermalisme en tant qu'acteur pertinent de prévention est cependant en marche, si l'on se réfère aux appels à projets spécifiques aux établissements thermaux lancés par l'ARS Aquitaine, puis l'ARS Nouvelle Aquitaine.

Enfin, le rôle de la médecine thermique a été salué dans le rapport d'information sur l'évaluation du soutien public au thermalisme du Comité d'évaluation et de contrôle des politiques publiques (CEC) déposé le 8 juin 2016 à l'Assemblée nationale. En conclusion, le CEC considère que : "les pouvoirs publics devraient adopter une attitude plus positive, en utilisant davantage [le thermalisme] dans une approche plus large de santé publique [...] le thermalisme peut avoir un avenir très positif en mettant notamment l'accent sur la prévention des maladies chroniques, l'accompagnement du vieillissement et l'éducation thérapeutique".