

Prise en charge pluridisciplinaire et thermale contre le surpoids et l'obésité

Le thermalisme affirme son service médical rendu à travers une étude qui évalue les bénéfices après trois semaines de séjour en station.

Les résultats de l'étude Obépi confirment une prévalence de plus de 12 % de Français obèses. Entre autres moyens thérapeutiques, le médecin peut proposer une cure thermale à son patient obèse: « Après une cure thermale, on assiste à une amélioration des facteurs de risque associés au surpoids, pour une perte de poids allant de 3 % à 10 %. La cure est un détonateur pour le patient et un outil complémentaire pour le médecin dans son arsenal thérapeutique », explique le Docteur Thierry Hanh, médecin nutritionniste et coordinateur d'une étude clinique sur le sujet (voir ci-dessous).

45 000 personnes suivent chaque année une cure pour surpoids et obésité dans la dizaine de stations thermales spécialisées dans la prise en charge des affections métaboliques ou digestives. Sur les 540 000 curistes qui fréquentaient les stations en 2004, 150 000 souffraient de surpoids.

Les curistes traités pour excès pondéral* sont majoritairement des femmes, entre 40 et 60 ans, qui souffrent d'un surpoids allant de l'obésité morbide, pré- ou post-chirurgicale, au surpoids modéré. Leur excès pondéral est intriqué avec d'autres pathologies, rhumatismales, métaboliques, veineuses, cardiovasculaires. Une réponse globale est attendue. En station thermale, les troubles de l'équilibre alimentaire, de la nutrition, le contexte psychosocial et les problèmes qui s'y attachent sont abordés de manière pluridisciplinaire: le curiste est stimulé pour pratiquer une activité physique, il est soigné par l'eau thermale (boisson, douche, massage), il bénéficie d'une alimentation encadrée et de conseils diététiques, et parce qu'il se sent intégré à un groupe homogène de patients, il reprend confiance.

* *Presse thermale et climatique 2005, apprendre à combattre le surpoids une expérience thermale pluridisciplinaire Dr Michel Duprat, Capvern-les-bains.*

UNE ÉTUDE SMR EN COURS

La lutte contre le surpoids et l'obésité fait le jeu d'une rénovation des connaissances, et le thermalisme connaît un regain de considération. Le monde scientifique s'atèle à mieux comprendre les comportements et les réponses à apporter aux patients. L'Association Française pour la REcherche Thermale (AFRETh) soutient ainsi un protocole d'étude évaluant les bénéfices d'une cure thermale sur l'évolution du poids à court et moyen terme chez les patients en surpoids et obèses. L'investigateur principal de l'étude est le Dr Patrick Serog, médecin nutritionniste. L'objectif est de comparer l'évolution du poids sur 14 mois chez des sujets ayant ou non réalisé une cure thermale. Les critè-

res d'inclusion définissent un profil de patient de 20 à 70 ans, présentant un IMC entre 27 kg/m² et 35 kg/m². Les 400 patients sont également randomisés pour intégrer (ou non) un programme diététique dirigé pendant 12 mois. L'étude est aussi multicentrique. Capvern, Contrexéville, Vichy, Vitel, Brides-les-bains et Vals-les-Bains sont les stations qui offrent les mêmes prestations en termes de moyens mis en œuvre: cure de boisson et soins d'hydrothérapie, kinésithérapie et relaxation, suivi et conseils diététiques durant la cure et au-delà, activités physiques. Une approche intéressante qui devrait donner des résultats en 2010.



Questions au Dr Jean-Michel Lecerf
Endocrinologue, chef du service de nutrition,
Institut Pasteur de Lille

Pourquoi vous intéressez-vous au thermalisme?

Dans notre spécialité, il est important de rester en contact avec d'autres professionnels afin d'être ouvert à une approche multidisciplinaire de l'obésité. Le thermalisme avec son approche globale répond à cette attente. Par ailleurs, parce que nous ne possédons toujours pas le traitement efficace et magistral pour lutter contre cette pathologie, nous restons toujours modestes quant aux résultats en termes

de perte de poids et de changements de comportements alimentaires chez nos patients. Le thermalisme représente alors un outil parmi l'ensemble des propositions médicales soumises aux patients. Des résultats y sont enregistrés. Une étude en cours permettra une véritable évaluation du SMR thermal. Enfin, les cures thermales ont force d'exemple: les patients s'y soutiennent, s'y parlent, s'y encouragent dans une approche concrète et non frustratrice, assez intéressante pour qu'on en parle.

Concrètement comment abordez-vous le sujet?

L'équipe de l'Institut Pasteur de Lille joue un rôle de veille et de

conseil scientifiques auprès de la station de Brides-les-Bains. Nous assurons aussi une formation médicale continue pour les diététiciennes et médecins de la station, où l'on soulève des problématiques comme la détection des troubles psychologiques ou la mise en place d'outils efficaces pour repérer les troubles alimentaires... Enfin, nous participons à des conférences grand public et encourageons les échanges avec les restaurateurs et traiteurs de la station thermale.

A une station thermale de référence dans le domaine du poids et de l'obésité, nous proposons ainsi une équipe référente dans le domaine scientifique.