

Etude As du Cœur :

Une étude scientifique inédite en France sur activité physique et santé :
Economies potentielles, efficacité d'un accompagnement adapté...
Des résultats qui encouragent à aller plus vite, plus haut, plus loin !



Le 17 octobre au soir, au Musée National du Sport à Nice, les participants et les partenaires de l'étude As du Cœur (**ARS PACA, Malakoff Médéric, Fondation FDJ** notamment) ont eu la primeur des résultats de l'impact d'un programme d'activité physique adaptée destiné à des personnes atteintes de maladies cardiovasculaires. Portée par le **RSI Côte d'Azur** et menée par une équipe pluridisciplinaire : Département de Santé Publique du **CHU de Nice**, Laboratoire (**LAMHESS**) de la Faculté des Sciences du Sport de l'Université de Nice Côte d'Azur, **Hôpital Privé Gériatrique Les Sources** et **Diagona Sport Santé**, l'étude avait comme objectifs principaux de :

- 1) Mesurer l'impact d'un programme d'activité physique sur les dépenses de santé de personnes atteintes de maladies cardio-vasculaires et évaluer son efficacité.
- 2) Etudier l'efficacité d'une stratégie d'accompagnement psychocomportemental sur le maintien d'une pratique d'activité physique dans le temps.

Pour le 1^{er} objectif, les dépenses de santé d'un groupe de 45 personnes en Affection Longue Durée 5 (Insuffisance cardiaque) et 13 (maladie coronaire) affiliées au RSI Côte d'Azur ayant bénéficié pendant 5 mois d'un programme d'activité physique conforme aux recommandations de l'OMS pour ce type de public, ont été comparées à celles de l'ensemble de la population invitée (1891 personnes), n'ayant pas bénéficié du programme. **L'étude a montré une baisse des dépenses de santé de 30% pour les participants ayant bénéficié du programme** contre une hausse de 2% pour les personnes invitées qui n'en avaient pas bénéficié. Cette évolution a été étudiée sur l'année où le programme a été proposé, par rapport aux deux années précédentes.

Par ailleurs, le rapport coût efficacité du programme d'activité physique adaptée a été évalué par le coût d'une année de vie gagnée ajusté sur la qualité de vie (QALY= Quality Adjusted Life Years). **L'étude a montré que le programme respectait largement sur ce plan les critères internationaux définissant la notion d'efficacité**. Pour mémoire, le QALY est utilisé en santé publique dans de nombreux pays pour juger de la pertinence de la prise

en charge d'un médicament ou d'une thérapeutique non médicamenteuse (comme l'activité physique).

Pour le second objectif, les 45 volontaires inclus dans l'étude ont été répartis aléatoirement dans deux sous-groupes :

- Un groupe dit **autonomisation progressive** (2 séances encadrées et 1 en autonomie par semaine pendant 2,5 mois, puis 1 encadrée et 2 en autonomie les 2,5 mois suivants) qui bénéficiait d'un accompagnement téléphonique et d'outils favorisant la création d'habitudes
- un groupe dit en **encadrement classique** (2 séances encadrées, 1 séance autonome recommandée, pendant 5 mois) sans outils, ni accompagnement téléphonique.

L'étude a montré que le **groupe en autonomisation progressive a été significativement plus assidu pendant les 5 mois du programme (48 % contre 36%)** et que la **qualité de vie à 12 mois, mesurée par le questionnaire SF-36 a été maintenue de façon significative après l'arrêt du programme dans le sous- groupe en autonomisation progressive**, tandis qu'elle baissait dans l'autre groupe. Ces éléments **montrent l'intérêt d'un accompagnement psycho-comportemental** pour les personnes souhaitant se remettre à l'activité physique de façon régulière et durable.

Les résultats, présentés récemment par les investigateurs de l'étude aux cabinets du **Ministère des Solidarités et de la Santé, et du Ministère des Sports et à la Haute Autorité de Santé** ont été accueillis avec grand intérêt. **C'est en effet la première étude interventionnelle médico-économique portant sur l'activité physique réalisée en France.**

Les investigateurs de l'étude : **Dr. Alain Fuch**, médecin promoteur de l'étude (RSI Côte d'Azur), le **Pr. Christian Pradier** (chef du département de santé publique du CHU de Nice), **Pr. Fabienne D'Arripe-Longueville** (directrice du LAMHESS), **Dr. Jean-Jacques Domérégo** (cardiologue référent HPGS) et **Stéphane Diagana** (à l'initiative du projet As du Cœur) analysent ainsi les perspectives de l'étude, fruit de 5 années de collaboration, entre la conception du protocole et un modèle de programme efficient pour les patients et duplicable « dans la vraie vie ».

« *Les biais et limites inévitables de cette étude pilote (faible échantillon, pas de randomisation possible pour la partie médico-économique) pourraient être considérablement réduits si une **étude multicentrique d'envergure** était menée dans les années qui viennent avec de nouveaux partenaires (Etat, HAS, assurance maladie notamment). Plusieurs éléments contextuels plaident pour aller dans ce sens :*

- La récente **loi dite « sport santé sur ordonnance »** qui entre en application et pose la question de la prise en charge de l'activité physique pour les personnes en ALD,

- La reconnaissance par la **Haute Autorité de Santé** de l'activité physique adaptée comme thérapeutique non médicamenteuse pour nombre de maladies chroniques,

- La perspective de **Paris 2024**, dont l'un des héritages pourrait être de contribuer à développer une pratique sport santé accessible à tous,

- **Les objectifs prévention du Ministère des Solidarités et de la Santé** récemment dévoilés par Madame Agnès Buzyn,

*Autant d'éléments qui encouragent à aller **plus vite, plus loin, plus haut !** »*

Contacts Presse : 06 89 36 06 12 / azusportsante.PACA@gmail.com

