



Roxana Maracineanu, la ministre des Sports, a fait du sport-santé l'une de ses priorités.



« L'activité physique est une véritable urgence »

PROPOS RECUEILLIS PAR SANDRINE LEFÈVRE

LUTTER contre la sédentarité, accompagner les malades par la pratique d'une activité physique... La ministre Roxana Maracineanu veut faire du sport « un outil pour mieux vivre et vieillir ».

ROXANA MARACINEANU

Comment pourrait-on définir le sport-santé ?

Le sport-santé, c'est une pratique sportive sur mesure, une activité physique adaptée aux pratiquants avec ou sans pathologies. Par exemple, une personne en surpoids aura besoin d'une attention particulière pour éviter la sursollicitation des appuis ou de l'appareil cardiovasculaire. Un éducateur sport-santé la conseillera donc sur le rythme et l'intensité de la pratique. Autre

exemple, après un cancer du sein, on peut pratiquer l'escrime pour retrouver la mobilité du bras avec des maîtres d'armes formés.

Avec la crise sanitaire, on se rend compte que le sport a un rôle à jouer pour la santé...

C'est une évidence. La crise sanitaire a rappelé avec force

que l'activité sportive est absolument essentielle pour notre bien-être physique et psychique. Cette pandémie montre aussi que les fameuses comorbidités qui fragilisent de nombreux Français face à ce virus pourraient être combattues plus efficacement grâce à une activité physique régulière. Aujourd'hui, on sait que le sport est une réponse non médicamenteuse efficace pour de nombreuses pathologies. On voit aussi que la sédentarité a gagné du terrain en raison des confinements et que l'activité physique régulière est une véritable urgence.

La société prend-elle conscience qu'il faut pratiquer une activité physique, même après 60 ans ?

Cette prise de conscience est ancienne mais, pour qu'elle devienne concrète, il faut des acteurs formés, une volonté politique et des moyens. L'allongement de la durée de vie et l'envie de reculer l'âge de la dépendance se traduisent par un intérêt des mutuelles, des assurances, des Ehpad pour faire du sport un outil pour mieux vivre et vieillir. Nous avons d'ailleurs signé des conventions avec plusieurs mutuelles pour favoriser la prise en charge de l'activité physique adaptée. Le ministère des

Sports mène aussi un travail important avec celui de l'Enseignement supérieur pour développer la formation des éducateurs sportifs spécialisés en activité physique adaptée en étroite collaboration avec les fédérations.

Quels sont les enjeux des maisons sport santé ?

L'utilité de la maison sport-santé, c'est de connecter des patients qui ont besoin de l'activité physique dans leur parcours de soins ou encore des personnes qui n'ont jamais ou peu fait de sport avec des professionnels pour les accompagner. C'est un sas vers la reprise du sport avec un encadrement professionnel sur les plans médical et sportif. Les maisons sport-santé sont une plate-forme qui met en réseau des associations sportives, des établissements de santé, des Ehpad, des médecins... Mon objectif, c'est aussi que, après leur passage en maison sport-santé, ces publics intègrent durablement le sport dans leur quotidien avec des associations sportives.

A qui s'adressent les dispositifs ?

Vraiment à tous les publics, mais nous visons particulièrement les 6 millions de Français qui souffrent d'une affec-

tion de longue durée et dont une très grande partie peut se faire prescrire par leur médecin des séances d'activité physique adaptée. On note aussi l'arrivée de patients qui ont contracté le Covid-19 et utilisent le sport-santé pour les aider à retrouver leurs pleines capacités respiratoires.



L.P. / P. B. / D. G.

