

Metz

Patients dialysés : du « sport santé » bon pour le corps... et le moral

À moins de cinquante jours du début des JO, l'Association Saint-André (ASA) a organisé, mardi 11 juin, une première journée de sport adapté pour les personnes contraintes de faire des dialyses, en partenariat avec l'hôpital Robert-Schuman. L'objectif est de promouvoir le sport en milieu hospitalier.

Le Républicain Lorrain - 12 juin 2024 à 06:00 | mis à jour le 12 juin 2024 à 10:27 - Temps de lecture : 2 min



Le tir à l'arc faisait partie des sports proposés par l'ASA.

« Dans le cadre de la [Grande cause nationale 2024](#), le gouvernement invite chacun à faire trente minutes de sport par jour », indique Stéphane Duleba, enseignant en activités physiques adaptées au sein de l'Association Saint-André. « C'est ce qu'on veut apporter ici », à l'hôpital Robert-Schuman. Boccia, tir à l'arc, handball... Dans la dynamique des JO, toutes les activités proposées par l'ASA font partie des sports olympiques ou paralympiques 2024. Anne-Pascal Marigny s'est arrêtée sur le stand de boccia (pétanque paralympique). Passionnée par le sport depuis longtemps, elle est présidente du Tennis Club de Peltre. « Je suis aussi passée par le stand de tir à l'arc, ça fait travailler les épaules, c'est important »

« Retrouver des sensations, des capacités »

Le centre de dialyse de l'association Saint-André suit 360 patients et propose, depuis dix ans, du « sport-santé ». « Ce n'est pas de la rééducation, souligne Stéphane Duleba, mais un complément pour retrouver des sensations du corps, des capacités perdues ». En 2021, un rapport de France Rein Lorraine estimait à 465 les nouvelles personnes dialysées dans la région.

« Ne pas résumer leur vie à l'hôpital »

Suite à cette journée de sensibilisation au sport, l'ASA espère que les patients pratiqueront davantage d'activités. Avec quatre heures de dialyse à raison de trois fois par semaine, ils sont très sédentaires. Ce sont des suivis lourds, qui font suite à une maladie chronique. « On les incite à sortir, à ne pas résumer leur vie à l'hôpital », indique la chargée de communication de l'ASA.

« Faciliter les rencontres entre patients »

« Le facteur psychologique et le facteur social sont importants. Il faut faciliter les rencontres entre patients, qui peuvent se sentir isolés du fait de leur traitement », ajoute Stéphane Duleba.

« Allier sport et quotidien à l'hôpital, ce n'est pas mince affaire, témoigne Aissatou, patiente dans la structure. Le sport, c'est derrière moi. J'en faisais beaucoup avant, de la marche surtout ! Avec la dialyse, on fait de la bicyclette pour ne pas rester immobile. »

Santé

Société

