

CPDMD 2013 : Tai Chi save money ! Dominique

Gouraud JIM Actualités des congrès 31 juil. 2013

<https://www.univadis.fr/viewarticle/cpdmd-2013-tai-chi-save-money-93470?s1=news>

Les activités physiques adaptées font l'objet de nombreux travaux scientifiques de qualité depuis plusieurs années. Malgré la positivité de ces études, ces approches ont du mal à s'imposer. Les raisons sont multiples : inertie médicale, absence de prise en charge sociale et manque de formateurs. Ainsi le Tai chi avait démontré son intérêt en termes de prévention des chutes notamment à la suite de la publication de l'étude de Li et collaborateurs dans la prestigieuse revue *New England Journal of Medicine*. Dans cette étude de 2012, Les patients atteints de Maladie de Parkinson ont suivi des cours d'1 heure 2 fois par semaine pendant 24 semaines soit de gymnastique douce (stretching), soit d'exercices de résistance musculaire, soit de Tai Chi. Au total, 381 chutes ont été observées en 6 mois chez 76 des 195 patients inclus. Parmi les 381 chutes, 186 ont été rapportées dans le groupe Stretching, 133 dans le groupe résistance musculaire et 62 dans le groupe Tai Chi.

Une analyse coût-efficacité indique un potentiel significatif de retour sur investissement du Tai Chi. Le coût de prévention des chutes par le Tai Chi vs stretching (soit 124 chutes en moins dans le groupe Tai Chi/groupe Stretching) s'élève à \$ 102 872 (\$ 791/patient et \$ 830/chute empêchée). Le coût de prévention des chutes par le Tai Chi vs résistance musculaire (soit 71 chutes en moins dans le groupe Tai Chi/groupe Résistance) s'établit à \$ 107 557 (\$ 827/patient et \$ 1 515/chute). Or, des études ont montré que chez les personnes âgées en communauté 20-30 % des chutes entraînent des blessures avec un coût moyen de 18 470 \$/chute. L'économie réalisée en soins médicaux dans l'étude se traduirait ainsi en respectivement 461 750 à 683 390 \$/124 chutes et 258 580 à 387 870 \$/71 chutes. De cette avalanche de chiffres, on peut ainsi déduire que le surcoût du Tai Chi est compensé par l'économie en termes de soins liés aux chutes, tout en protégeant santé et autonomie des patients.

Li F et Harmer P: Tai Chi training to reduce falls in patients with Parkinson's disease - A cost-effectiveness analysis. (1) Li F et coll.: Tai chi and postural stability in patients with Parkinson's disease. *N Engl J Med*. 2012 Feb 9 ; 366 (6) : 511-9. 17th International Congress of Parkinson's Disease and Movement Disorders (Sydney, Australie) : 16 au 20 juin 2013.