

## MAATHERMES

T. HANH, P. SEROG, J. FAUCONNIER, P. BATAILLER, F. MERCIER, C. F. ROQUES, P. BLIN

**Objectif** : Evaluer le bénéfice à un an d'une cure thermale de 3 semaines sur la perte de poids.

**Méthodologie** : Il s'agissait d'un essai contrôlé randomisé avec la méthode Zelen et double consentement visant à comparer chez des patients en surpoids ou obèses (IMC : 27 - 35 kg/m<sup>2</sup>) l'évolution de l'IMC à un an entre un groupe de patients réalisant une cure thermale de 3 semaines et un autre bénéficiant des soins usuels, associés ou non à un entretien diététique motivationnel (EDM) durant le suivi, selon un plan factoriel 2 sur 2. L'analyse principale était une analyse "per protocole" comparant les patients ayant suivi une cure thermale aux patients ayant suivi les soins habituels, avec comme critères d'appariement le sexe, le surpoids ou l'obésité, la randomisation EDM, et le score de propension à suivre une cure thermale ou les soins usuels.

**Résultats** : Parmi les 257 patients avec un suivi complet, 70 de chaque groupe ont pu être appariés. La perte moyenne d'IMC était de 1,91 kg/m<sup>2</sup> [IC 95 : 1,46 ; 2,35] pour les patients du groupe thermal et de 0,20 kg/m<sup>2</sup> pour les patients en soins habituels ( $p < 0,001$ ), ce qui correspondait à un avantage significatif en faveur de la cure thermale de 1,71 kg/m<sup>2</sup> [IC 95 : 1,08 ; 2,33]. Il n'a pas été constaté d'effet significatif de l'entretien diététique motivationnel ni d'interaction de celui-ci avec la cure thermale ou les soins habituels. Aucun effet indésirable n'a été observé chez les patients réalisant la cure thermale.

**Conclusion** : La cure thermale de 3 semaines apporte un bénéfice significatif à un an par rapport aux conseils diététiques habituels des médecins traitants pour les patients en surpoids ou obèses.

**Source** : La Presse Thermale et Climatique, année 2014 – tome 2, 151<sup>ème</sup> année  
Press Therm Climat 2014;151-2:117-128

**Publication initiale** In Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, Vol. 2012 (2012), Article ID 150839, "One-Year Effectiveness of a 3-Week Balneotherapy Program for the Treatment of Overweight or Obesity".