

# L'OCCITANIE TERRE DE BIENFAITS THERMAUX

PAR NATHALIE GIRAUD

**P**près de 188 000 personnes s'adonnent chaque année aux ablutions d'eaux thermales en Occitanie. Outre la douceur du climat, on trouve une grande biodiversité d'eaux sur ce vaste territoire qui s'étend d'Allègre-les-Fumades, dans les Cévennes – centre spécialisé dans les affections des muqueuses buccales, la rhumatologie et les voies respiratoires – à Cauterets, près de Lourdes, où l'on soigne les voies respiratoires et de nombreuses affections rhumatologiques (arthrose, fibromyalgie...).

## Exceptions régionales

Dans la garrigue pyrénéenne, les thermes du Boulou sont les seuls de la région à soigner les maladies cardio-artérielles chroniques (angine de poitrine, maladie de Raynaud, hypertension, séquelles d'infarctus...). Grâce à une eau à l'effet antihistaminique notoire, ils prennent aussi en charge les affections digestives et les maladies métaboliques (maladie de Crohn, obésité, allergies digestives dès l'enfance...). Cette eau thérapeutique stimule notamment le transit et favorise la sécrétion de la bile. Autre pépite thermale en Occitanie: Salies-du-Salat. L'établissement traite les troubles du développement chez l'enfant – énurésie, scoliose, déformations ostéoarticulaires, pieds plats. Ce centre profite d'une eau souterraine particulièrement riche en sel, dont le taux est supérieur à celui de la mer Morte! Grâce à sa haute teneur en minéraux et oligoéléments, elle soulage également les rhumatismes et les troubles gynécologiques.

## L'eau antalgique

À La Preste-les-Bains, l'eau gorgée de magnésium et de soufre présente des propriétés physico-chimiques rares pour traiter maladies métaboliques, affections urinaires et problèmes rhumatologiques. Anti-inflammatoire et antalgique, elle régénère les tissus de l'organisme, tonifie les fibres musculaires et agit localement

Avec les 12 orientations thérapeutiques représentées, cette région est la plus fréquentée par les partisans de cette médecine douce qui ne cesse d'évoluer.



pour empêcher la prolifération des agents infectieux. Les cures remboursées par la sécurité sociale prennent ici en charge de nombreuses pathologies, du diabète de type 2 à l'ostéoporose, en passant par les cystites chroniques et la polyarthrite rhumatoïde. À Lamalou-les-Bains et à Ussat-les-Bains (réouverture en mars), on profite d'une eau hyperthermale – particulièrement riche en magnésium et en lithium apaisant – pour soigner les affections touchant le système nerveux central: séquelles d'AVC, maladie de Parkinson, fibromyalgie, névralgie, traumatisme crânien, sclérose en plaques, syndrome des jambes sans repos...

→ Tous les centres et hébergements: [lescuristes.fr](http://lescuristes.fr) ●

## CURE ET ARRÊT DE TRAVAIL

→ Les 18 jours de cure remboursés à 65 % par la sécurité sociale (ou à 100 % en ALD) peuvent dans certains cas être effectués lors d'un arrêt maladie lorsque la pathologie entraîne une incapacité de travail. Vous n'avez pas besoin de poser un congé payé, mais vous devez présenter à votre employeur une prescription médicale précisant les dates du séjour. Ainsi, l'accord de prise en charge est délivré par votre CPAM et servira de justificatif d'arrêt maladie, à donner à l'employeur.