



Réseau  
Hospitalier  
Neuchâtelois

## COMMUNICATION

Maladière 45  
2000 Neuchâtel  
hne.communication@rhne.ch  
tél. 032 713 30 44

## COMMUNICATION AUX MEDIAS

# Le RHNe développe un Centre de médecine du sport au Val-de-Ruz

**Le site de Landeyeux élargit son offre en proposant des plans de préparations et des tests de force et d'endurance pour les sportifs de tous niveaux. Des infrastructures idéales, avec notamment un bassin thérapeutique, et un partenariat avec le NUC lui permettent de viser la labellisation par *Swiss Olympic*.**

La pratique du sport n'est pas sans risque. En cas de blessure, ou pour la prévenir, le Réseau hospitalier neuchâtelois a regroupé des compétences internes pour créer un Centre dédié à la médecine du sport. Ce pôle de compétence situé dans l'écrin de verdure du site du Val-de-Ruz, à Landeyeux, dispose d'infrastructures de premier ordre, avec notamment un bassin thérapeutique dédié à la réadaptation.

Le centre regroupe des compétences qui permettent une prise en charge médico-sportive pour la réadaptation et pour la préparation d'athlètes amateurs et de haut niveau. Son objectif, sur le long terme, est de satisfaire aux exigences de *Swiss Olympic* dans la prise en charge complète de sportifs d'élite et de la relève. Dans cette optique, un partenariat a été réalisé pour la saison prochaine avec le NUC, qui évolue dans l'élite du volleyball féminin helvétique.

Une partie des prestations offertes par le Centre de médecine du sport du RHNe existent depuis plusieurs années sur le site. Il s'agit notamment de consultations et de traitements spécifiques en cas de blessure, avec une prise en charge assurée par des médecins du sport.

La nouveauté provient de la création d'un pôle de compétences réunissant physiologiste de l'effort, physiothérapeutes, diététicien et médecins. Ce pôle s'adresse aux sportifs de tous niveaux ainsi qu'aux personnes désireuses de pratiquer une activité physique dans un objectif de bien-être et de maintien d'une bonne santé général. Cette offre s'adresse aussi bien aux sportifs individuels qu'aux clubs ou fédérations sportives.

Les prestations proposées, qui ne sont pas toutes remboursées par la LAMal, permettent à chacun de tester sa condition physique, de commencer ou reprendre une activité physique tout en évitant de se blesser, de préparer une course ou encore évaluer l'efficacité de son entraînement. Des outils techniques à la pointe de la technologie permettent un diagnostic complet et précis dans les domaines de l'endurance ou de la force.

Les tests effectués ont pour objectif d'explorer les capacités d'endurance et/ou de force pour chaque sportif. Un monitoring de la fréquence cardiaque ainsi que d'autres paramètres physiologique permettent d'établir des zones précises pour l'établissement d'un entraînement adéquat:

- **Mesures anthropométriques** (taille, poids, circonférences, composition corporelle, taux de masse grasse)
- **Test d'effort** sur vélo ou tapis ; évaluation du volume d'oxygène maximal (VO2max), de la vitesse maximale aérobie (VMA), de la fréquence cardiaque maximale et **définition des zones d'entraînement**. Selon demande, mesure du taux de lactate sanguin.
- **Mesure de la force explosive** sur plateforme de force (capacité à déclencher une contraction musculaire maximale en un temps minimal - Quattro Jump)

Neuchâtel, le 4 juin 2020

***Le service communication répond à vos questions au 032 713 30 44.***