

{% if (contact.NOM == "") %}

[Voir la version en ligne](#)

{% endif %}



Pôle Ressources National
Sport Santé
Bien-Être

Bulletin de veille documentaire - n°13 - décembre 2020



MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS

Pôle Ressources National
Sport Santé Bien-Être

*Liberté
Égalité
Fraternité*



Édito

Actualité oblige, ce treizième bulletin de veille documentaire généraliste vous propose, suite au confinement national lié à la Covid-19, les «Recommandations de l'Onaps», les avis du Haut conseil à la santé publique et de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail.

Différents dossiers sport et santé, une thèse en médecine sur le dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique en Savoie, un article et une vidéo sur Activités physiques et cancers, des propositions concrètes permettant de prévenir et de combattre la sédentarité viennent enrichir ce bulletin de veille.

Enfin, comment ne pas insister sur cet événement : la parution de l'édition 2020 du Médicosport-santé du CNOSF, dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives présenté en visioconférence le 5 novembre dernier par l'équipe d'Alain Calmat. Parues fin novembre, les lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité vous sont dévoilées sans délai.

En vous remerciant de l'intérêt manifesté pour ces documents, je vous souhaite une bonne lecture et vous invite à partager et diffuser largement ce bulletin.

En cette période délicate, respectez les gestes barrières et prenez soin de vous.

Jacques BIGOT,
Responsable du Pôle Ressources National
Sport Santé Bien-Être

Sommaire

- Plan "politique de santé" et Recommandations
- Études et rapports
- Publications académiques ou scientifiques
- Sources et ressources "public spécialisé"
- Sources et ressources "grand public"
- Infographie

Plan "politique de santé" et Recommandations

WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour

WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020. *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization.. ISBN 978-92-4-001512-8. Disponible à l'adresse : <https://apps.who.int/iris/handle/10665/336656>

[Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité]
"ÉLABORATION DES LIGNES DIRECTRICES Les présentes lignes directrices ont été élaborées conformément au Manuel de l'OMS sur l'élaboration des lignes directrices (4). Un groupe d'élaboration des lignes directrices composé de spécialistes techniques et de parties prenantes concernées des six Régions de l'OMS a été constitué en 2019. Ce groupe s'est réuni en juillet 2019 pour formuler les principales questions, examiner les bases factuelles et convenir des méthodes de mise à jour de la littérature et, le cas échéant, d'examen supplémentaires. En février 2020, le groupe s'est à nouveau réuni pour passer en revue les bases factuelles concernant les résultats critiques et importants, examiner les bénéfices et les méfaits, les valeurs, les préférences, la faisabilité et l'acceptabilité, ainsi que les implications en termes d'équité et de ressources. Les recommandations ont été élaborées par voie de consensus et publiées en ligne à des fins de consultation publique. Les recommandations actualisées définitives sont résumées plus loin. Les tableaux et les profils de preuves GRADE 1 sont disponibles en tant qu'annexe Web. Des outils pratiques destinés à appuyer l'adoption, la diffusion, les campagnes de communication et la mise en œuvre des lignes directrices aideront les pouvoirs publics et les parties prenantes à travailler ensemble dans le but d'augmenter l'activité physique et de réduire la sédentarité tout au long de la vie.
RECOMMANDATIONS Les recommandations de santé publique présentées dans les Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité concernent toutes les populations et tranches d'âge de 5 à 65 ans et au-delà, tous genres, antécédents culturels et statuts socioéconomiques confondus, et s'appliquent aux personnes de toutes aptitudes. Les personnes souffrant d'une affection médicale chronique ou d'un handicap et les femmes enceintes et en post-partum doivent s'efforcer de respecter les recommandations en fonction de leurs possibilités et de leurs capacités." (Présentation éditeur)
2 fichiers .pdf (3,85 Mo ; 104 p.) (24 p. ; 1,44 Mo)

WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour

Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité en un clin d'œil

Avis de l'Anses relatif à l'évaluation des risques liés à la réduction du niveau d'activité physique et à l'augmentation du niveau de sédentarité en situation de confinement

ANSES (éd.), 2020. *Avis de l'Anses relatif à l'évaluation des risques liés à la réduction du niveau d'activité physique et à l'augmentation du niveau de sédentarité en situation de confinement* [en ligne]. avril 2020. Disponible à l'adresse : <https://www.anses.fr/fr/content/maintenir-une-activite-physique-et-limiter-la-sedentarite>

« Réduction des déplacements, baisse de l'activité physique et augmentation des temps de sédentarité, déséquilibres énergétiques et alimentaires : le confinement préconisé pour combattre l'épidémie de Covid-19 peut être source de risques spécifiques pour notre santé. L'Anses s'est autosaisie afin d'émettre des recommandations pour atténuer les effets de cette situation particulière sur l'appareil locomoteur, cardiovasculaire et sur le métabolisme. Dans son avis publié en février 2016, l'Anses rappelait les dangers liés à la pratique insuffisante d'activité physique et les effets de la sédentarité. Se basant sur cet avis, l'Agence adapte ses repères aux conditions de confinement et énonce des principes à respecter par la population : enfants, adultes, personnes âgées. L'Agence formule des propositions concrètes d'activités sollicitant les fonctions musculaires à intensités adaptées à chaque population et à pratiquer dans un espace qui peut être restreint. Enfin, l'Agence identifie des dangers plus spécifiques à la situation de confinement en termes de santé mentale et de sommeil. » (Présentation éditeur)
1 fichier .pdf (997 Ko ; 22 p.)

Avis de l'ANSES

Reprise d'une activité physique adaptée des personnes atteintes de maladies chroniques et des personnes âgées pendant l'épidémie de Covid-19

HCSP, 2020. *Reprise d'une activité physique adaptée des personnes atteintes de maladies chroniques et des personnes âgées pendant l'épidémie de Covid-19*. juillet 2020. Disponible à l'adresse : <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=875>

« Le Haut Conseil de la santé publique émet des recommandations relatives à la reprise d'une activité physique adaptée (APA) pour les personnes avec des maladies chroniques et les personnes âgées dans le contexte de l'épidémie de Covid-19. Dans cet avis, le HCSP souligne les bénéfices thérapeutiques de cette APA et donc la nécessité d'une reprise dès que possible après la période de confinement. Les mesures barrières (distance physique, gestes barrières, hygiène des mains et port de masque...) restent des mesures indispensables à adapter en cette phase 3 du déconfinement pour le contrôle de la circulation du virus. Les mesures recommandées sont similaires à celles de la reprise de l'activité physique et sportive de l'avis du 31 mai 2020 du HCSP ; il est recommandé cependant le port d'un masque à usage médical au lieu d'un masque grand public pour ces personnes et les encadrants. Des recommandations sont également précisées pour les lieux où est exercée l'APA, sur les densités de personnes, les flux de circulation, la structure et l'aération des locaux, les mesures de désinfection de locaux et des surfaces, ainsi que l'information des pratiquants et du personnel. Le HCSP recommande aussi d'évaluer au préalable les capacités physiques des personnes avant la reprise afin d'adapter l'APA de façon optimale, de rappeler à ces patients que la pratique d'une AP régulière améliore les capacités du système immunitaire et qu'une pratique d'APA dans le respect de ces mesures est bénéfique pour leur santé. La pertinence et les indications de la réalisation de tests de dépistage virologique systématiques pour les personnes bénéficiant d'une APA ne sont pas abordées dans cet avis. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (16 p.)

Recommandations HCSP

Études et rapports

Évaluation des risques liés aux niveaux d'activité physique et de sédentarité des enfants et des adolescents

ANSES. *Évaluation des risques liés aux niveaux d'activité physique et de sédentarité des enfants et des adolescents*. septembre 2020. Disponible à l'adresse : <https://www.anses.fr/fr/content/inactivit%C3%A9-physique-et-s%C3%A9dentarit%C3%A9-chez-les-jeunes-l%E2%80%99anses-alerte-les-pouvoirs-publics>

"L'Agence française de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) s'est autosaisie le 29 mars 2017 afin d'évaluer les risques liés aux niveaux d'activité physique et de sédentarité des enfants et adolescents, à partir des données de l'étude individuelle et nationale sur les consommations alimentaires Inca3. Cette autosaisine s'inscrit dans la continuité du rapport de l'Anses publié en février 2016, intitulé « Actualisation des repères du PNNS - Révisions des repères relatifs à l'activité physique et à la sédentarité » (Anses 2016). Le PNNS (Programme national de nutrition santé) est un programme national de santé publique qui vise à améliorer l'état de santé de la population en agissant sur la nutrition, déterminant majeur de l'état de santé. S'agissant de l'importance de l'activité physique, le PNNS mentionne notamment « les repères nutritionnels du PNNS visant à promouvoir une alimentation et une activité physique favorables à un état nutritionnel et un état de santé optimaux. » Depuis la publication du rapport de l'Anses (2016), de nombreuses études de cohortes ont été publiées, apportant de nouveaux éclairages sur l'effet de différents comportements sur la santé. L'évaluation des niveaux d'activité physique et de sédentarité a permis d'obtenir des données plus objectives permettant d'étudier la répartition de différents comportements dans la journée et les liens de ces différents comportements entre eux et avec des facteurs de santé. Cette autosaisine repose sur le fond scientifique suivant :

- le rapport « Actualisation des repères du PNNS Révisions des repères relatifs à l'activité physique et à la sédentarité » (Anses 2016) ;
 - les données issues de l'Étude individuelle et nationale sur les consommations alimentaires Inca3 (Anses 2017) ;
 - les données sur les risques associés aux niveaux d'activité physique et de sédentarité issues de la littérature." (Présentation éditeur)
- 1 fichier .pdf (1,98 Mo ; 53 p.)

Évaluation des risques liés aux niveaux d'activité physique et de sédentarité des enfants et des adolescents

Publications académiques

Activité physique en prévention et traitement des maladies chroniques

Activité physique en prévention et traitement des maladies chroniques, 2020. *Bulletin épidémiologique hebdomadaire* [en ligne]. N° HS. Disponible à l'adresse : <http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2020/HS/index.html>

Sommaire. ÉDITORIAL Activité physique et santé : le paradoxe « progrès des connaissances » et « faible pratique d'activité physique » en France par le Pr

Martine Duclos. Article : Rôle de l'activité physique adaptée dans la prévention et le traitement des maladies chroniques : contexte et enjeux de la mise en œuvre de l'expertise collective Inserm 2019 par Isabelle Grémy et coll. Justification scientifique de la prescription en première intention de programmes d'activité physique à visée thérapeutique dans les maladies chroniques par Grégory Ninot et coll. Bénéfices de l'activité physique dans les pathologies chroniques en prévention secondaire et tertiaire: quelles recherches complémentaires sont attendues ? par François Carré et coll. Pourquoi un BEH sur l'expertise collective Inserm « Activité physique. Prévention et traitement des maladies chroniques » ? Par Catherine Chenu et coll. L'activité physique pour les malades chroniques : entre politiques publiques, organisations innovantes et pratiques professionnelles émergentes par Claire Perrin et coll. Indications d'un programme d'activité physique, en complément au traitement médical par Béatrice Fervers et coll. Barrières à l'activité physique : constats et stratégies motivationnelles par Julie Boiché et coll.
1 fichier .pdf (1,04 Mo ; 37 p.)

Bulletin épidémiologique hebdomadaire

Intervention en école primaire pour promouvoir l'activité physique et diminuer le temps sédentaire : bilan des expériences vécues par des enseignants

BERNAL, Caroline, 2020. Intervention en école primaire pour promouvoir l'activité physique et diminuer le temps sédentaire : bilan des expériences vécues par des enseignants. *e/RIEPS*. Juillet 2020. N° 47. Disponible à l'adresse : <https://journals.openedition.org/ejrieps/5297>

« Face à l'augmentation de l'inactivité physique, une intervention ayant pour objectif de promouvoir l'activité physique et de diminuer le temps sédentaire des enfants a été mise en place successivement dans deux écoles primaires françaises situées en Réseau d'Education Prioritaire. Suite aux interventions, des données de questionnaires destinés aux enseignants ont permis de connaître leur investissement et le déroulement de l'intervention sur le terrain. Globalement, les enseignants ont adhéré à l'intervention en proposant en toute autonomie des pauses actives pour réduire le temps sédentaire ainsi que des ateliers d'activité physique supplémentaires. L'intervention a également permis d'agir positivement sur leur propre niveau d'activité physique. Ce partage d'expérience peut constituer une source d'informations pour les futurs chercheurs, intervenants et enseignants s'intéressant à la promotion des comportements de santé pendant l'enfance. » (Présentation éditeur)
1 fichier .pdf (544 Ko ; 25 p.)

Dossier *e/RIEPS*

Dossier : Sport et santé, Le corps dans tous ses états

Dossier : Sport et santé, Le corps dans tous ses états, 2020. *Empan*. Vol. 2020/2, n° 118. Disponible à l'adresse : <https://www.cairn.info/revue-empan-2020-2.htm>

Sommaire : Le dossier - Sport et santé. Le corps dans tous ses états : Engagement, recherche et prévention. Page 15 à 21 : Se remettre debout : marcher pour se sentir vivant / David Le Breton. Page 22 à 31 : Les inégalités sociales de santé dès la petite enfance : le rôle du sport / Sarah Nicaise, Christine Mennesson, Julien Bertrand. Page 32 à 39 : Faire de la recherche à propos/sur/avec/pour la Fédération française du sport adapté ? Analyse réflexive sur un dispositif original de recherche/ Isabelle Caby, Anne Marcellini. Page 40 à 46 : Le placement sous surveillance électronique : quels impacts pour la santé et les pratiques sportives des condamnés ? / Mathias Dambuyant. Page 47 à 51 : Comprendre la commotion cérébrale, en minimiser les risques / Jean-Paul Beyssen, Alain Jouve. Activités sportives adaptées. Page 52 à 53 : Y Arrivarem Ariège Pyrénées / Jacques Safon. Page 54 à 61 : Inclusion, bien-être et APA thérapeutique / Aurélien Nosal, Ludwig Lecouëdic. Page 62 à 67 : Les pratiques de réhabilitation personnalisée pour améliorer l'état de santé des personnes déficientes intellectuelles à travers le projet HAPAS / Muriel Argence, Christophe Turrel, Damien Vilamanya, Christophe Dubois. Page 68 à 72 : Le corps vieillissant, une ressource malgré tout. Réflexion sur la question de l'APA en institution / Nicolas Salandini. Page 73 à 80 : Jours tranquilles à la maison de retraite Vellités de changements autour du projet de création d'un parcours de santé dans un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes / Jean-Charles Basson, Martial Vallereau. Page 81 à 87 : Jérôme Balança, président de MIXAH, le sport au cœur de la vie À partir d'un entretien avec Bruno Ranchin, Jérôme Balança Témoignages. Page 88 à 94 : Francis Jordane, une vie dédiée au basket / Francis Jordane, Entretien avec Bruno Ranchin. Page 95 à 100 Psychomotricité et kinésithérapie : deux approches corporelles médicalisées / Anaïs de Laubier, Simon Mauvezin. Page 101 à 105 : La boîte éducative au service des adolescents pris en charge par la Protection judiciaire de la jeunesse / Farouk Ferchichi. Page 106 à 112 : Je nage donc je suis / Fabienne Armand-Gaberan, Philippe Gaberan. Page 113 à 117 : Le seul alibi de la vieillesse, c'est de faire des progrès / Nano Gamondes

Accès restreint

Dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique en Savoie : retours d'expérience des participants à bouger sur prescription

RENY, Camille et BRUNEL, Alice, 2020. *Dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique en Savoie : retours d'expérience des participants à bouger sur prescription. thèse présentée pour l'obtention du titre de docteur en médecine diplôme d'état*. Grenoble. Disponible à l'adresse : <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02877598>

« RÉSUMÉ Introduction : En France comme dans le monde, l'inactivité physique et la sédentarité augmentent. Bouger sur prescription (BSP) est un dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique, situé en Savoie et reconnu Maison-Sport-Santé en 2019. L'objectif était de recueillir l'expérience des personnes ayant participé à BSP. Méthode : Étude qualitative menée en Savoie par deux investigatrices entre 09/2019 et 02/2020, ayant conduit 11 entretiens téléphoniques semi-dirigés et un focus group réunissant 7 personnes. Résultats : Les participants soulignaient l'importance de la sécurisation, de l'accompagnement et de l'adaptation individualisés, apportés par les éducateurs en activité physique adaptée à BSP, ainsi que celle du lien social. Cela leur permettait de retrouver une meilleur[e] [sic] estime d'eux-même[s], de reprendre une activité physique et de s'autonomiser. Parmi les participants à BSP, certains arrêtaient du fait d'un éloignement géographique ou d'une insuffisance de suivi ou de communication. D'autres poursuivaient et parvenaient à s'autonomiser. Cependant, pour certains il était difficile de sortir du dispositif du fait du peu de structures proposant de l'activité physique adaptée en dehors de BSP et de leur caractère payant. Conclusion : Cette étude a mis en évidence l'impact positif de BSP pour ses participants sur le plan physique, mental et social. Deux axes d'amélioration possibles sont ressortis : un renforcement des techniques de communication de BSP et le développement de son réseau "relais". Mots-clés : activité physique, activité physique adaptée, sport sur ordonnance, DAPAP, maison sport-santé, Bouger sur prescription, étude qualitative » (Présentation auteurs)
1 fichier .pdf (2,59 Mo ; 115 p.)

Dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique en Savoie

Impact de la participation des médecins généralistes à un groupe qualité au sujet de la prescription de l'activité physique adaptée : étude avant/après

CARIMALO, Emilie, 2020. *Impact de la participation des médecins généralistes à un groupe qualité au sujet de la prescription de l'activité physique adaptée : étude avant/après*. Thèse présentée pour l'obtention du titre de docteur en médecine diplôme d'état. Université de Rennes. Disponible à l'adresse : <https://bretagne.groupe-qualite.org/prescription-de-lactivite-physique-adaptee-these-sur-limpact-de-la-participation-des-medecins-a-un-groupe-qualite/>

« INTRODUCTION : Les groupes qualité (GQ) sont des groupes d'échange de pratiques de médecins généralistes. En avril 2019, les GQ bretons ont abordé la prescription d'activité physique adaptée (APA). METHODE : Etude évaluative, avant/après, réalisée via deux questionnaires complètes en mars et octobre 2019. L'objectif était d'améliorer la prescription d'APA. Pour cela, nous avons évalué la proportion de médecins prescripteurs d'APA, quantifie le nombre de prescriptions rédigées, évalue les freins à la prescription et l'impact de l'environnement des GQ. RESULTATS : Sur les 368 médecins inscrits aux GQ bretons, 49,2% (n=181) remplissaient les critères d'inclusion, le nombre de médecins prescripteurs avait augmenté (p<0,0001), ainsi que le nombre de prescription rédigées (p<0,0001). Le principal frein mis en évidence est le manque d'information. Les taux de réponse et de prescriptions étaient plus élevés dans les groupes dont les animateurs avaient participé à la journée séminaire organisée en amont. CONCLUSION : L'étude a montré un impact positif sur l'évolution des pratiques en termes de prescription d'APA. Nouveau format d'évaluation des GQ jusqu'alors réalisée uniquement par des indicateurs micro-économiques. » (Présentation auteur)
1 fichier .pdf (1,20 Mo ; 60 p.)

Impact de la participation des médecins généralistes

Activités physiques et cancers : des bénéfices prouvés pendant et après les traitements

NINOT, Grégory, FLORI, Nicolas, HUTEAU, Marie-Eve, STOEBNER-DELBARRE, Anne et SENESSE, Pierre, 2020. Activités physiques et cancers : des bénéfices prouvés pendant et après les traitements. *Bulletin du Cancer*. 1 avril 2020. Vol. 107, n° 4, pp. 474-489. DOI [10.1016/j.bulcan.2019.11.017](https://doi.org/10.1016/j.bulcan.2019.11.017).

"Résumé Après un bref rappel sémantique et historique, l'article présente les principales études et revues systématiques sur les soins et la prévention

tertiaire des cancers par l'activité physique. Il donne les clés pour comprendre la profonde évolution du secteur en l'espace d'une quarantaine d'années. D'actions de prévention de l'inactivité physique, des programmes d'activités physiques adaptées (APA) sont devenus indispensables dans les parcours de soin curatif des cancers dès le diagnostic. Si le message de santé publique « bouger plus » avec/après un cancer reste vrai, la recherche encourage les praticiens à mettre en œuvre des programmes dosés et personnalisés en complément des traitements et en prévention des récives. Ces programmes deviennent de véritables soins complémentaires des traitements fondés sur des données probantes, autrement dit des interventions non médicamenteuses (INM), avec pour finalité d'améliorer la qualité de vie des malades, d'améliorer leur état général de santé, de réduire les effets secondaires des traitements, de potentialiser l'effet de certains traitements, et de diminuer les risques de récive. Des études restent à mener sur la survie, sur les cancers avancés et sur la modélisation intégrative des mécanismes impliqués." (Présentation auteur)

Accès restreint

Sources et ressources "public spécialisé"

Médocosport-santé, le dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives

Médocosport-santé, le dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives [éd. novembre 2020], 2020. [en ligne]. CNOSF. Disponible à l'adresse : <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/actus/8371-le-cnosf-dvoile-ldition-2020-du-mdicosport-sant-htm>

« La commission médicale du Comité national olympique et sportif français (CNOSF) a organisé, le jeudi 5 novembre [2020] en visio-conférence, une journée consacrée au sport-santé et à son ouvrage de référence, le Médocosport-santé, dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives. [...] Deuxième temps de cette journée, la présentation officielle de la 4e édition du Médocosport-santé a réuni, dans l'après-midi, plus de 200 personnes. Animée par le Dr Alain Calmat, président de la commission médicale du CNOSF, cette session a permis aux participants de découvrir les nouveautés de cette édition mais aussi de souligner le bilan positif de l'année 2020 sur l'utilisation de la version digitale de l'outil développée avec le groupe VIDAL[...] A ce jour, 50 fédérations ont participé, à l'appui de leurs comités sport-santé, à ce travail collaboratif réalisé avec le Comité Médocosport-santé. [...] Cette année, trois nouvelles pathologies (pathologies respiratoires, fibromyalgie et maladie de Parkinson) ont été intégrées dans l'ouvrage, ainsi les programmes sport-santé proposés par cinq nouvelles fédérations et qui ont été présentés à l'occasion de cette journée dédiée : Fédération française d'études et de sports sous-marins ; Fédération française de kick boxing, muaythaï et disciplines associées ; Fédération française de roller et skateboard ; Fédération nationale du sport en milieu rural ; Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP). La Fédération française de basketball a également présenté une évaluation de son programme Basket santé [...] » (Présentation éditeur)
1 fichier pdf (10,6 Mo ; 874 p.)

Médocosport-santé

Un système complexe pour mieux comprendre les enjeux de la promotion de l'activité physique

PAQUITO, Bernard. Un système complexe pour mieux comprendre les enjeux de la promotion de l'activité physique. *Avuer* [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://avuer.hypotheses.org/3092>

"Un court texte publié dans le bulletin de l'Organisation Mondiale de la Santé propose d'utiliser la théorie des systèmes complexes pour mieux comprendre et relever le défi de la promotion de l'activité physique à une échelle locale, régionale, nationale, voire internationale (1). Les auteurs considèrent qu'un système est plus que la somme des parties, qu'il englobe des interactions entre toutes les parties ainsi que les acteurs impliqués. Cela diffère des modèles plus traditionnels linéaires avec des causes et des effets simples. Les applications et utilisations méthodologiques de la théorie des systèmes complexes sont nombreuses (voir image plus bas)." (Présentation auteur)

En ligne

Confinement national lié à la COVID-19 : recommandations de l'Onaps

ONAPS, 2020. *Confinement national lié à la COVID-19 : recommandations de l'Onaps*. novembre 2020. Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité. Disponible à l'adresse : <http://www.onaps.fr/news/confinement-national-lie-la-covid-19-recommandations-de-l-onaps/>

« Nous avons préparé pour vous des recommandations adaptées et accessibles pour promouvoir l'activité physique et limiter la progression de la sédentarité lors de cette période particulière. Au cours de la première période de confinement induite par la COVID-19, une baisse du niveau d'activité physique et une augmentation des comportements sédentaires, chez les personnes de tout âge, ont été unanimement observées au niveau mondial. Sur la base des preuves disponibles et des résultats de son enquête nationale menée pendant le premier confinement, l'ONAPS et son comité scientifique proposent dans ce document des recommandations et conseils clés pour éviter ces impacts négatifs déjà observés d'un confinement sur nos comportements actifs et sédentaires. Vous trouverez ci-dessous un lien vous permettant de télécharger les recommandations préparées par nos équipes. Ces éléments ne se substituent pas aux recommandations générales en matière d'activité physique, mais proposent une approche adaptée au cours de cette situation particulière. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (329 Ko ; 10 p.)

ONAPS

Dossier : Activités physiques et sportives et surtout la santé !

Dossier : Activités physiques et sportives et surtout la santé !, 2020. *Jurisport, la revue juridique et économique du sport* [en ligne]. N° 204. Disponible à l'adresse : <https://www.dalloz-revues.fr/revues/jurisport-50.htm>

Sommaire : sport-santé un environnement complexe. L'activité physique sur prescription. Interview : "les gens doivent changer leurs comportements et intégrer durablement l'activité physique dans leur quotidien". Sport-entreprises : qui paye quoi?. Interview : nombre de fédérations affinitaires sont facilement rentrées dans le sport-santé car cela correspondait à leur ADN.

Sommaire *Jurisport*

Dossier : sédentarité des paroles aux actes

Dossier : sédentarité des paroles aux actes. *Revue EP&S*. Janvier 2020, n° 387. Disponible à l'adresse : https://www.revue-eps.com/fr/revue-ep-s-387_p-690.html

"Pourquoi ce n'est pas si simple? Alors que nous sommes collectivement convaincus des bienfaits de l'activité physique, nous semblons dépassés voire démunis lorsqu'il s'agit d'envisager de renverser véritablement le processus de sédentarisation. Si ses effets néfastes sont désormais bien décrits, et cela à tous les âges de la vie, une analyse beaucoup plus fine est nécessaire pour comprendre les conséquences directes et indirectes, à court, moyen ou long terme, les mécanismes de résistance mais aussi les leviers d'action que les responsables, et en particulier les professionnels des champs éducatifs, scolaires et sportifs pourraient mobiliser.

Dossier coordonné par Laurent Bosquet, Chaire sport santé, Université de Poitiers. » Sommaire dossier :

- Ce que nous apprend la recherche chez la personne vieillissante
 - Chez les enfants et adolescents, des connaissances établies
 - Quelle activité physique pour la santé des enfants et des adolescents ?
 - Quel niveau d'activité physique et de sédentarité des enfants et des adolescents ?
 - Temps d'écran, sédentarité et activité physique
 - L'activité physique des jeunes diminue alors que la preuve de son efficacité augmente : pourquoi ce paradoxe ?
 - Le rôle de l'enseignant dans la promotion de la motivation pour l'activité physique
 - Inciter à l'adoption de modes de vie actifs : quel avenir pour l'EPS ?"
- (Présentation éditeur)

Dossier *Revue EPS*

Dossier Sport et santé : État des lieux

Dossier : sport et santé, 2020. *Gestions Hospitalières*. Février 2020, n° 393. Disponible à l'adresse : <http://gestions-hospitalieres.fr/numero/593/>

Sommaire : Sport et santé : État des lieux. L'activité physique sur prescription / Marc Charles, Benjamin Larras. Interview Dr Marc Rozenblat Président du Syndicat des médecins du sport-santé / Dr Marc Rozenblat, Amélie Jean. Coopération hospitalo-universitaire : Développer la pratique des activités physiques et promouvoir la santé , Exemple en kinésithérapie / Daniel Michon. Initiative : Les maisons sport-santé , Un nouvel outil pour un objectif très (trop ?) vaste ? / Florence Baguet. Rapport INSERM : Activité physique : prévention et traitement des maladies chroniques / Maxime Jaillais. Analyse : Fonctionnement des équipes sportives et management des établissements de santé. Un regard de psychologue social/ Jérôme Bourbousson. Société : L'Amérique, passionnée

physique/sportive (#confinement ou pas d'ailleurs[☺])?
@ASedeaud chercheur #INSEP & Yann Chapus []
vous résumant tout grâce à une #infographie #synthèse de la littérature
scientifique à ce sujet #INSERM

Twitter INSEP

Abonnez-vous au bulletin de veille

**Pôle Ressources National Sport
Santé Bien-Être**

CREPS Auvergne Rhône-Alpes / Vichy
2 route de Charmeil - BP 40013
03321 BELLERIVE-SUR-ALLIER Cedex

04 70 59 52 79

pole-sante@creps-vichysports.gouv.fr

pole-sante.creps-vichysports.gouv.fr



Directeur de la publication : Jacques Bigot | Création graphique : Christelle Bayon
Crédit photos : CanStockPhoto | CREPS Vichy

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur notre site.

[Se désinscrire](#)



[Version en ligne](#) | [Vie privée et mentions légales](#)

©2020 Pôle Ressources National Sport-Santé-Bien-Être. Tous droits réservés.