



Bulletin de veille scientifique - n°04 août 2021



MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS

*Liberté
Égalité
Fraternité*



Pôle Ressources National
Sport Santé Bien-Être

Voici le n°04 du bulletin de veille scientifique ; sélection de publications scientifiques et d'expertises*. Nous nous attacherons à les présenter selon la norme American Medical Association Manual of Style : A Guide for Authors and Editors (11th ed.).

Ainsi, vous retrouvez :

- des références d'articles, de rapports et études nationales et/ou internationales* utiles à l'enrichissement de vos connaissances en matière de sport-santé,
- des événements calendaires à ne pas rater.

**À noter :*

Les publications scientifiques concernent les travaux de recherche publiés dans des revues scientifiques, avec évaluation par des pairs.

Les publications académiques concernent les travaux publiés issus de l'enseignement supérieur et de la recherche (e.g. mémoire, thèse, poster communication à des congrès)

Rapport et étude concernent des publications non scientifiques et académiques mais se fondant sur des données probantes.

La plupart des titres et résumés en anglais sont traduits via l'outil en ligne DeepL.

Sommaire

- Publications scientifiques ou académiques
- Études et rapports
- Évènements

Publications scientifiques ou académiques

Minimisation de l'effort et autorégulation de l'activité physique

Cheval B, Boisgontier MP. Minimisation de l'effort et autorégulation de l'activité physique. OSF Preprints; 2021. doi:10.31219/osf.io/r6fka

« La théorie présentée dans cet article vise à expliquer pourquoi de nombreuses personnes ne parviennent pas à transformer leur intention d'être physiquement actif en actions. Les principaux modèles de la motivation humaine indiquent que les processus cognitifs et affectifs sont des déterminants essentiels des comportements de santé, tels que l'activité physique. Cependant, des résultats récents suggèrent qu'un autre processus, l'attrait automatique pour la minimisation de l'effort pourrait permettre de mieux comprendre l'écart entre l'intention d'être actif physiquement et l'engagement réel dans l'activité physique. Les sociétés modernes offrant de nombreuses occasions de réduire la dépense énergétique, surmonter cette attrait automatique pour la minimisation de l'effort s'avère être un défi. La théorie de la minimisation de l'effort en activité physique propose un cadre théorique pour étudier le rapport de force qui régit les interactions entre l'attrait pour la minimisation de l'effort, les ressources cognitives allouées pour y résister et les affects impliqués dans les comportements d'activité physique. Ce cadre théorique a pour objectif de contribuer à une compréhension plus complète et précise des mécanismes neuropsychologiques impliqués dans l'autorégulation

Cadre d'analyse des facteurs qui caractérisent une perception positive de l'activité physique chez les élèves du primaire

Désautels J, Beaudoin S, Turcotte S. Cadre d'analyse des facteurs qui caractérisent une perception positive de l'activité physique chez les élèves du primaire. eJRIEPS Ejournal de la recherche sur l'intervention en éducation physique et sport. 2021;(Hors-série N° 4). doi:10.4000/ejrieps.6375

"Les interventions en milieu scolaire doivent favoriser le développement d'une perception positive (PP) de l'activité physique (AP) chez les élèves pour avoir des répercussions à long terme sur leur mode de vie actif. Toutefois, les perceptions des élèves en lien avec l'AP sont sous-représentées dans la littérature scientifique et plus particulièrement lors du déploiement des interventions en milieu scolaire primaire. Cet article a donc pour but de présenter : (1) les facteurs qui caractérisent une PP de la pratique d'AP chez les élèves du milieu scolaire primaire et (2) de modéliser un cadre d'analyse permettant de catégoriser ces facteurs. Une recherche documentaire a été menée afin d'identifier les facteurs qui caractérisent une PP de l'AP chez les élèves du primaire en plus d'élaborer un cadre d'analyse. Les résultats mettent en évidence 24 facteurs caractérisant une PP de l'AP chez les élèves du primaire. Ces facteurs sont présentés dans un cadre d'analyse élaboré à partir du modèle socio-écologique de McLeroy et al. (1988). Ce cadre d'analyse est pertinent pour identifier, décrire et caractériser les perceptions des élèves dans le contexte où des stratégies d'intervention visant à augmenter leur niveau d'AP sont mises en place en milieu scolaire." (Présentation auteurs)

Persister dans l'activité physique lors de la transition vers l'âge adulte. Présentation d'une méthode d'investigation basée sur le temps-géographique

Derigny T, Schnitzler C, Gandrieau J, Potdevin F. Persister dans l'activité physique lors de la transition vers l'âge adulte. Présentation d'une méthode d'investigation basée sur le temps-géographique. In: <https://popups.uliege.be/sepaps20>. Prof. hon. Marc Cloes; 2020. Accessed July 5, 2021. <https://popups.uliege.be/sepaps20/index.php?id=338>

« La quantité d'activité physique (AP) quotidienne se montre sensible aux modifications des conditions de vie. La transition de l'adolescence vers l'âge adulte est l'une de ces périodes charnières qui influe sur l'équation temporelle des périodes de vie active. En envisageant une approche du temps-géographique, cet article présente une méthodologie croisant des données d'AP par accélérométrie, de mobilités par GPS et de temps sociaux par agenda, dans l'objectif de comprendre les relations entre les individus et les opportunités de pratiques d'AP. Un suivi longitudinal d'adolescents de la dernière année du lycée à la première année à l'université (Bac-1/Bac+1) permettra de comprendre les processus d'identification et de saisie des opportunités de pratique dans le temps et dans l'espace lors d'une période où l'AP se réorganise et où le mode de vie physique se dessine. » (Présentation auteurs)

7500 pas quotidiens ou 15minutes d'activité physique d'intensité moyenne à intense : est-ce suffisant pour la prévention secondaire des cardiopathies ischémiques ?

Roy M, Trudeau F, Diaz A, Houle J. 7500 pas quotidiens ou 15minutes d'activité physique d'intensité moyenne à intense : est-ce suffisant pour la prévention secondaire des cardiopathies ischémiques ? Science & Sports. Published online July 2, 2021. doi:10.1016/j.scispo.2021.02.005

Résumé : L'utilisation de podomètres est de plus en plus répandue dans le cadre d'interventions visant à rehausser le niveau d'activité physique (AP). Cependant, le seuil minimal de nombre de pas à atteindre pour améliorer le contrôle des facteurs de risque demeure incertain.

Objectif : Vérifier si les personnes atteintes de cardiopathie ischémique qui réalisent en moyenne au moins 7500 pas par jour ou plus de 15minutes quotidiennes d'activité physique d'intensité moyenne à vigoureuse (APMV) ($\geq 3,6$ METs) sur une période d'un an ont un meilleur contrôle des facteurs de risque de MCV que ceux qui n'atteignent pas ces objectifs.

Méthode : Étude descriptive comparative où l'AP a été mesurée avec un

podomètre (Digiwalker NL-1000) porté à la taille du lever au coucher durant 7 jours. Cette mesure a été prise 5 fois à intervalle de 3 mois. L'échantillon était composé de 20 hommes et 16 femmes (66±6 ans). Après 12 mois, les moyennes de pas quotidiens et de minutes passées à faire une APMV étaient calculées pour chaque participant. Ceux ayant exécuté une moyenne de ≥7500 pas étaient classés dans le groupe STEP+ et ceux ayant une moyenne de >15 minutes d'APMV étaient classés dans MIN+. Les indicateurs cliniques de facteur de risque ont été mesurés 3 fois à intervalle de 6 mois.

Résultats : Les groupes STEP+ (n=12) et STEP- (n=23) ont respectivement exécuté 5040±1522 et 9128±1695 pas en moyenne sur 12 mois. Une différence significative a été observée entre ces groupes pour le tour de taille (Δ 11,2±3,4cm), l'IMC (Δ 4,7±1,7kg/m²), triglycérides (Δ 0,41±0,14mmol/L), et le cholestérol non-HDL (Δ 0,46±0,2mmol/L). La moyenne quotidienne de minutes d'APMV chez les groupes MIN- et MIN+ étaient respectivement 8,0±3,9min et 22,8±5,3min. Le tour de taille atteignait davantage les cibles chez le groupe MIN+.

Conclusion : Les personnes avec une cardiopathie ischémique qui ont effectué 7500 pas/jour ou 15min/jour d'APMV semblent avoir un meilleur contrôle de certains facteurs de risque tels que l'obésité et la dyslipidémie. Ces résultats encouragent les patients avec cardiopathie ischémique de maintenir une activité physique quotidienne de 7500 pas/jour ou 15min d'APMV afin de réduire leur risque cardiovasculaire." (Présentation auteurs)

Sci Sports.

Les moteurs de la productivité : L'activité physique augmente la productivité, mais les périodes de sédentarité et le manque de sommeil diminuent la capacité de travail

Giurgiu M, Nissen R, Müller G, Ebner-Priemer UW, Reichert M, Clark B. Drivers of Productivity: Being physically active increases yet sedentary bouts and lack of sleep decrease work ability. [= Les moteurs de la productivité : L'activité physique augmente la productivité, mais les périodes de sédentarité et le manque de sommeil diminuent la capacité de travail]. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports. n/a(n/a). doi:10.1111/sms.14005

Le comportement physique (c'est-à-dire l'activité physique, le comportement sédentaire et le sommeil) est un facteur de mode de vie crucial pour la prévention et la gestion des maladies tout au long de la vie. Cependant, on en sait moins sur les résultats psychologiques et cognitifs potentiels liés au travail, tels que la productivité. La présente étude a examiné les associations intra-personnelles entre le comportement physique et la capacité de travail auto-perçue. Afin de déterminer dans quelle mesure les paramètres du comportement physique influencent la perception de l'aptitude au travail dans la vie quotidienne, nous avons mené une étude d'évaluation ambulatoire auprès de 103 étudiants universitaires pendant 5 jours. Le comportement physique a été évalué en continu par un système multi-capteurs. L'aptitude au travail auto-perçue a été évaluée de manière répétée jusqu'à six fois par jour sur des smartphones. Nous avons utilisé une modélisation multiniveau pour analyser les effets intra-personnels du comportement physique sur l'aptitude au travail auto-perçue. L'intensité de l'activité physique (MET) ($\beta = 0,15 \pm 0,06$, $t = 2,59$, $P = 0,012$) et les transitions assis-debout ($\beta = 0,07 \pm 0,03$, $t = 2,44$, $P = 0,015$) étaient positivement associées à l'aptitude au travail auto-perçue. Les épisodes sédentaires (≥ 20 min) ($\beta = -0,21 \pm 0,08$, $t = -2,74$, $P = 0,006$) et l'écart par rapport à une durée de sommeil recommandée (c'est-à-dire 8 heures) ($\beta = -0,1 \pm 0,04$, $t = -2,38$, $P = 0,018$) étaient négativement associés à l'aptitude au travail auto-perçue. Des analyses exploratoires ont étayé la robustesse de nos résultats en comparant diverses périodes de temps. Le temps total de sédentarité et la qualité du sommeil ne sont pas associés à l'aptitude au travail perçue par l'individu. Des durées de sommeil régulières, le fractionnement du temps sédentaire par des transitions assis-debout et des intensités d'activité physique plus élevées peuvent être importants pour la régulation de l'aptitude au travail perçue par les étudiants universitaires dans leur vie quotidienne.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Scand J Med Sci Sports.

Interventions de type "nudge" pour promouvoir une alimentation saine et l'activité physique

Laiou E, Rapti I, Schwarzer R, et al. Review: Nudge interventions to promote healthy diets and physical activity [= Revue : Interventions de type "nudge" pour promouvoir une alimentation saine et l'activité physique]. Food Policy. 2021;102:102103. doi:10.1016/j.foodpol.2021.102103

Les politiques de « nudge » sont de plus en plus populaires, cherchant à modifier les décisions liées à la santé en influençant la réponse aux options disponibles. Ainsi, des évaluations critiques de l'efficacité des interventions de "nudging" liées à la santé pourraient aider les responsables des politiques de santé à prendre des décisions fondées sur des données probantes quant aux

interventions qui devraient être intégrées dans les politiques. L'objectif de cet effort était d'évaluer systématiquement les preuves de l'efficacité des interventions d'incitation à une alimentation saine et à l'activité physique (AP). Un examen systématique a été réalisé à l'aide de Pubmed, de l'index des citations de la Core Collection du Web of Science et du Cochrane Controlled Register of Trials (CENTRAL). Les études interventionnelles ont été incluses si elles évaluaient quantitativement les interventions en matière d'alimentation saine et/ou d'activité physique qui étaient explicitement liées à un contexte de nudging. L'évaluation méthodologique a été réalisée à l'aide de l'outil de gestion des risques de biais de la collaboration Cochrane et de la banque d'items du Research Triangle Institute. Soixante-quatre études ont été incluses avec des degrés de biais variables. Soixante études portaient sur des interventions en faveur d'une alimentation saine, trois sur des interventions en faveur de l'activité physique et une sur des interventions portant sur les deux. Dans l'ensemble, des types d'interventions spécifiques, comme la proximité et la modification de la présentation, peuvent être efficaces pour encourager les gens à adopter des choix alimentaires plus sains, tandis que les interventions de type « nudge » (coup de pouce) en matière d'étiquetage, de disponibilité, d'incitation, de conception fonctionnelle et de taille ne donnent pas de résultats concluants à ce jour. Les interventions de type « nudging » qui améliorent la commodité semblent être efficaces pour encourager les gens à faire des choix alimentaires plus sains, alors que les données sur l'activité physique sont limitées. Il convient de poursuivre le développement conceptuel et la recherche afin de déterminer de manière optimale le type, l'intensité et les circonstances qui rendent les interventions de type « nudge » plus efficaces, notamment en ce qui concerne l'activité physique.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Food policy

Interventions visant à réduire le comportement sédentaire chez les personnes victimes d'un AVC

Saunders DH, Mead GE, Fitzsimons C, et al. Interventions for reducing sedentary behaviour in people with stroke [= Interventions visant à réduire le comportement sédentaire chez les personnes victimes d'un AVC]. Cochrane Database of Systematic Reviews. 2021;(6). doi:10.1002/14651858.CD012996.pub2

Contexte : Les survivants d'un AVC sont souvent inactifs physiquement et sédentaires, et peuvent rester assis pendant de longues périodes chaque jour. Cela augmente le risque cardiométabolique et a des répercussions sur les fonctions physiques et autres. Les interventions visant à réduire ou interrompre les périodes de sédentarité, ainsi qu'à augmenter l'activité physique après un AVC, pourraient réduire le risque d'événements cardiovasculaires secondaires et de mortalité pendant la vie après un AVC.

Objectifs : Déterminer si les interventions visant à réduire le comportement sédentaire après un AVC, ou les interventions ayant le potentiel de le faire, peuvent réduire le risque de décès ou d'événements vasculaires secondaires, modifier le risque cardiovasculaire et réduire le comportement sédentaire.

Méthodes de recherche : En décembre 2019, nous avons effectué des recherches dans le Cochrane Stroke Trials Register, CENTRAL, MEDLINE, Embase, CINAHL, PsycINFO, Conference Proceedings Citation Index et PEDro. Nous avons également fouillé les registres d'essais en cours, passé au crible les listes de référence et contacté des experts dans le domaine.

Critères de sélection : Essais randomisés comparant des interventions visant à réduire le temps sédentaire à des soins habituels, à l'absence d'intervention, à un contrôle sur liste d'attente, à un contrôle de l'attention, à une intervention fictive ou à une intervention d'appoint. Nous avons également inclus les interventions destinées à fragmenter ou à interrompre les périodes de comportement sédentaire.

Collecte et analyse des données : Deux auteurs ont sélectionné les études de manière indépendante et ont procédé à l'évaluation du "risque de biais". Nous avons analysé les données à l'aide de méta-analyses à effets aléatoires et évalué la certitude des preuves à l'aide de l'approche GRADE.

Principaux résultats : Nous avons inclus 10 études portant sur 753 personnes victimes d'un AVC. Cinq études ont utilisé des interventions en matière d'activité physique, quatre études ont utilisé une intervention multicomposante sur le mode de vie et une étude a utilisé une intervention pour réduire et interrompre le comportement sédentaire. Dans toutes les études, le risque de biais était élevé ou peu clair dans deux domaines ou plus. Neuf études présentaient un risque élevé de biais dans au moins un domaine. Les interventions n'ont pas augmenté ou réduit le nombre de décès (différence de risque (RD) 0,00, intervalle de confiance à 95% (IC) -0,02 à 0,03 ; 10 études, 753 participants ; preuve de faible certitude), l'incidence des événements cardiovasculaires ou cérébrovasculaires récurrents (RD -0,01, IC 95% -0,04 à 0,01 ; 10 études, 753 participants ; preuves à faible degré d'incertitude), l'incidence des chutes (et des blessures) (RD 0,00, IC 95% -0,02 à 0,02 ; 10 études, 753 participants ; preuves à faible degré d'incertitude) ou l'incidence d'autres événements indésirables (preuves à degré d'incertitude modéré). Les interventions n'ont pas augmenté ou réduit la durée du comportement sédentaire (différence moyenne (MD) +0,13 heure/jour, IC 95% -0,42 à 0,68 ; 7 études, 300 participants ; preuve de très faible incertitude). Il y avait trop peu de données pour examiner les effets sur les modèles de comportement sédentaire. L'effet des interventions sur les facteurs de risque cardiométaboliques a permis une méta-analyse très limitée.

Conclusions des auteurs : La recherche sur le comportement sédentaire dans le cadre de l'AVC semble importante, mais les preuves sont actuellement incomplètes, et nous n'avons trouvé aucune preuve d'effets bénéfiques. Les directives actuelles de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommandent de réduire la durée du temps sédentaire chez les personnes handicapées, en général. Les preuves ne sont actuellement pas assez solides pour guider la pratique sur la meilleure façon de réduire la sédentarité spécifiquement chez les personnes victimes d'un AVC. Davantage d'essais randomisés de haute qualité sont nécessaires, en particulier avec des participants à mobilité réduite. Les essais devraient inclure des interventions à long terme visant spécifiquement à réduire le temps passé en sédentarité, des résultats sur les facteurs de risque, des mesures objectives du comportement sédentaire (et de l'activité physique), et un suivi à long terme.
Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Cochrane database

Priorités et indicateurs pour l'évaluation économique des interventions en matière d'environnement bâti visant à promouvoir l'activité physique

Cradock AL, Buchner D, Zaganjor H, et al. Priorities and Indicators for Economic Evaluation of Built Environment Interventions to Promote Physical Activity [=Priorités et indicateurs pour l'évaluation économique des interventions en matière d'environnement bâti visant à promouvoir l'activité physique]. *Journal of Physical Activity and Health*. 2021;1(aop):1-9. doi:10.1123/jpah.2021-0191

Contexte : Les approches de l'environnement bâti visant à promouvoir l'activité physique peuvent apporter une valeur économique aux communautés. La meilleure façon d'évaluer cette valeur est incertaine. Cette étude a fait appel à des experts pour identifier un ensemble d'indicateurs économiques clés utiles pour l'évaluation, la recherche et la pratique de la santé publique.

Méthodes : En utilisant un processus Delphi modifié, un groupe multidisciplinaire d'experts a participé (1) à l'un des 5 groupes de discussion (n = 21 experts), (2) à un atelier animé de 2 jours (n = 19 experts), et/ou (3) à des enquêtes en ligne (n = 16 experts).

Résultats : Les experts ont identifié 73 indicateurs économiques, puis ont utilisé une échelle de 5 points pour les évaluer sur 3 propriétés : la qualité de la mesure, la faisabilité de l'utilisation par une communauté et l'influence sur la prise de décision de la communauté. Vingt-quatre indicateurs ont été très bien notés ($\geq 3,9$ sur toutes les propriétés). Les 10 indicateurs « clés » les mieux notés étaient le score de marchabilité, le taux de vacance résidentielle, l'accessibilité au logement, les revenus de l'impôt foncier, les ventes au détail par pied carré, le nombre de petites entreprises, les kilomètres parcourus par véhicule par habitant, l'emploi, la qualité de l'air et l'espérance de vie.

Conclusion : Cette étude a identifié des indicateurs économiques clés qui pourraient caractériser la valeur économique des approches de l'environnement bâti pour promouvoir l'activité physique. Des travaux supplémentaires pourraient démontrer la validité, la faisabilité et l'utilité de ces indicateurs clés, en particulier pour éclairer les décisions relatives à la conception de la communauté.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

J Phys Act Health

Influence des caractéristiques du quartier et de la météo sur les comportements de déplacement à l'âge de 3 et 5 ans dans une cohorte de naissance longitudinale

Ezeugwu VE, Mandhane PJ, Hammam N, et al. Influence of Neighborhood Characteristics and Weather on Movement Behaviors at Age 3 and 5 Years in a Longitudinal Birth Cohort [= Influence des caractéristiques du quartier et de la météo sur les comportements de déplacement à l'âge de 3 et 5 ans dans une cohorte de naissance longitudinale]. *Journal of Physical Activity and Health*. 2021;18(5):571-579. doi:10.1123/jpah.2020-0827

Contexte : Les comportements de mouvement (activité physique, temps sédentaire et sommeil) établis dans la petite enfance se poursuivent à l'âge adulte et interagissent pour influencer les résultats de santé. Cette étude a examiné les associations entre les caractéristiques du voisinage et la météo avec les comportements de mouvement chez les enfants d'âge préscolaire.

Méthodes : Un sous-ensemble de la cohorte de naissance canadienne Healthy Infant Longitudinal Development (n = 385, 50,6% de garçons) avec des données valides sur les comportements de mouvement a été inscrit à l'âge de 3 ans et suivi jusqu'à l'âge de 5 ans. Les mesures objectives des caractéristiques du quartier ont été dérivées par le logiciel ArcGIS, et les variables météorologiques ont été dérivées du site Web météorologique du gouvernement du Canada. Une forêt aléatoire et des modèles mixtes linéaires ont été utilisés pour examiner les prédicteurs des comportements de déplacement. Les analyses transversales ont été stratifiées par âge et par saison (hiver et hors hiver).

Résultats : La sécurité du quartier, la température, les espaces verts et les routes sont des caractéristiques importantes du quartier pour les comportements de déplacement des enfants de 3 et 5 ans. Une augmentation de la température était associée à une plus grande activité physique légère longitudinalement de l'âge de 3 à 5 ans et également en hiver à l'âge de 5 ans dans une analyse stratifiée. Un pourcentage plus élevé de voies rapides était associé à une moindre activité physique modérée ou vigoureuse en dehors de l'hiver à l'âge de 3 ans.

Conclusions : Les initiatives futures visant à promouvoir des comportements de mouvement sains au cours des premières années devraient tenir compte des différences d'âge, des caractéristiques du voisinage et de la saison.
Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

J Phys Act Health

La promotion de l'activité physique et les objectifs de développement durable des Nations unies : Créer des synergies pour maximiser l'impact

Salvo D, Garcia L, Reis RS, et al. Physical Activity Promotion and the United Nations Sustainable Development Goals: Building Synergies to Maximize Impact [= La promotion de l'activité physique et les objectifs de développement durable des Nations unies : Créer des synergies pour maximiser l'impact]. *Journal of Physical Activity and Health*. 2021;1(aop):1-18.
doi:10.1123/jpah.2021-0413

Contexte : Un grand nombre des solutions connues pour lutter contre la pandémie d'inactivité physique s'appliquent à des secteurs en rapport avec les objectifs de développement durable (ODD) des Nations unies.

Méthodes : Les auteurs ont examiné la contribution des stratégies de promotion de l'activité physique à la réalisation des ODD par le biais d'un exercice de liaison conceptuelle, d'un examen de la portée et d'un modèle basé sur les agents.

Résultats : Des avantages possibles de la promotion de l'activité physique ont été identifiés pour 15 des 17 ODD, des preuves plus solides soutenant les avantages pour les ODD 3 (bonne santé et bien-être), 9 (industrie, innovation et infrastructure), 11 (villes et communautés durables), 13 (action climatique) et 16 (paix, justice et institutions fortes). Les données actuelles plaident en faveur de la priorité accordée aux stratégies de transport et d'aménagement urbain favorisant l'activité physique à grande échelle et aux programmes communautaires. Les gains attendus en matière d'activité physique sont plus importants dans les pays à revenu faible ou intermédiaire. Dans les pays à revenu élevé où la dépendance à l'égard de la voiture est élevée, les stratégies de promotion de l'activité physique peuvent contribuer à réduire la pollution atmosphérique et les décès liés à la circulation, mais l'évolution vers des formes plus actives de déplacement et de loisirs, ainsi que l'atténuation du changement climatique, peuvent nécessiter des politiques complémentaires qui dissuadent de conduire.

Conclusions : Les auteurs appellent à une approche synergique de la promotion de l'activité physique et de la réalisation des ODD, impliquant de multiples secteurs au-delà de la santé autour de leurs objectifs et valeurs, en utilisant la promotion de l'activité physique comme levier pour une planète plus saine.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

J Phys Act Health

Associations entre l'activité physique mesurée par un appareil et la santé cardiométabolique lors de la transition vers le début de l'âge adulte

Mielke GI, Menezes AMB, da Silva BGC, et al. Associations between Device-measured Physical Activity and Cardiometabolic Health in the Transition to Early Adulthood [=Associations entre l'activité physique mesurée par un appareil et la santé cardiométabolique lors de la transition vers le début de l'âge adulte]. *Med Sci Sports Exerc*. 2021; Publish Ahead of Print.
doi:10.1249/MSS.0000000000002696

Objectifs : Les objectifs de cette étude étaient d'examiner les associations transversales et prospectives entre l'activité physique mesurée par accéléromètre et la santé cardiométabolique lors du passage à l'âge adulte.

Méthodes : Les données de la cohorte de naissance de 1993 de Pelotas (Brésil) ont été analysées (N=2 280). L'activité physique d'intensité modérée à vigoureuse (MVPA, mesurée à l'aide d'un accéléromètre triaxial) et la santé cardiométabolique (masse grasse totale, glycémie, cholestérol non-HDL, triglycérides et pression artérielle moyenne au repos) ont été examinées à l'âge de 18 et 22 ans.

Résultats : Dans l'ensemble, des associations dose-réponse inverses entre la MVPA et la santé cardiométabolique à l'âge de 18 et 22 ans ont été observées dans les analyses transversales des données des hommes et des femmes. Les analyses prospectives ont montré qu'en général, la MVPA a diminué et que la santé cardiométabolique s'est détériorée au cours de cette période de 4 ans,

tant chez les hommes que chez les femmes. La santé cardiométabolique à l'âge de 22 ans reflétait à la fois la MVPA à l'âge de 18 ans [β : -0,007 (IC 95 % : -0,014 ; 0,000)] et les changements de MVPA entre 18 et 22 ans [β : -0,030 (IC 95 % : -0,043 ; -0,016)] chez les hommes, mais uniquement les changements de MVPA chez les femmes [β : -0,035 (IC 95 % : -0,058 ; -0,011)]. Dans les analyses de changement au fil du temps, les hommes qui ont amélioré la MVPA de 20-30 min par jour ont montré des améliorations significatives de la santé cardiométabolique sur 4 ans. L'ampleur de l'association était légèrement plus forte pour la MVPA dans des séries de 10 min que pour la MVPA accumulée dans des séries de 1 min, en particulier chez les femmes.

Conclusion : Le MVPA est un prédicteur important de la santé cardiométabolique au début de l'âge adulte. Des stratégies visant à prévenir le déclin du MVPA à cette étape de la vie sont nécessaires pour empêcher la détérioration des profils de santé cardiométabolique.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Med Sci Sports Exerc

Soutenir le vieillissement actif avant la retraite : une revue systématique et une méta-analyse des interventions en matière d'activité physique sur le lieu de travail ciblant les employés plus âgés

Merom D, Stanaway F, Gebel K, et al. Supporting active ageing before retirement: a systematic review and meta-analysis of workplace physical activity interventions targeting older employees [= Soutenir le vieillissement actif avant la retraite : une revue systématique et une méta-analyse des interventions en matière d'activité physique sur le lieu de travail ciblant les employés plus âgés]. *BMJ Open*. 2021;11(6):e045818. doi:10.1136/bmjopen-2020-045818

Objectif : Avec la représentation croissante des adultes âgés dans la population active, la santé et la condition physique des employés âgés sont essentielles pour soutenir les politiques de vieillissement actif. Cette revue systématique visait à caractériser et à évaluer les effets sur l'activité physique (AP) et la condition physique des interventions d'AP sur le lieu de travail ciblant les employés plus âgés.

Conception : Nous avons recherché dans Medline, PreMedline, PsycInfo, CINAHL et le Cochrane Controlled Register of Trials (CENTRAL) les articles publiés entre le début de la période et le 17 février 2020. Les études éligibles étaient de toute conception expérimentale, incluaient des employés âgés de ≥ 50 ans, avaient l'AP comme composante d'intervention et rapportaient des résultats liés à l'AP.

Résultats : Les titres et résumés de 8168 enregistrements ont été examinés, et 18 interventions uniques ont été incluses (3309 participants). Douze études étaient des essais contrôlés randomisés (ECR). Sept interventions ciblaient des facteurs de risque multiples (n=1640), impliquant le dépistage des facteurs de risque de maladies cardiovasculaires, mais avaient une description non spécifique de l'intervention d'AP. Quatre interventions ciblaient la nutrition et l'AP (n=1127), et sept (n=235) se concentraient uniquement sur l'AP. La grande majorité des interventions ciblaient l'AP aérobique, alors que seulement quatre interventions ciblaient la force et/ou l'équilibre (n=106). Aucune étude ne comportait de dépistage des risques de chute ou de blessure, et seules deux interventions ciblaient les employés de faible statut socio-économique. Le calcul des tailles d'effet (SE) n'a été possible que dans un maximum de trois ECR par résultat. L'ampleur de l'effet était moyenne pour le comportement en matière d'AP (ES=0,25, IC à 95 % : -0,07 à 0,56), la force musculaire (ES=0,27, IC à 95 % : -0,26 à 0,80), l'aptitude cardiorespiratoire (ES=0,28, IC à 95 % : -0,22 à 0,78), la souplesse (ES=0,50, IC à 95 % : -0,04 à 1,05) et l'équilibre (ES=0,74, IC à 95 % : -0,21 à 1,69). La qualité des preuves, évaluée selon les critères d'évaluation des recommandations, était " faible " en raison du risque élevé de biais, d'imprécision et d'incohérence.

Conclusions : Le manque d'interventions efficaces de haute qualité en matière d'AP sur le lieu de travail contraste avec l'importance et l'urgence d'améliorer la santé et la condition physique de cette population. Les interventions futures devraient incorporer l'entraînement de la force et de l'équilibre et le dépistage des risques de chutes/blessures dans des approches multi-facteurs de risque.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

BMJ Open

Associations longitudinales entre l'activité physique et les métabolites plasmatiques chez les survivants du cancer colorectal jusqu'à deux ans après le traitement

an Roekel EH, Bours MJL, van Delden L, et al. Longitudinal associations of physical activity with plasma metabolites among colorectal cancer survivors up to 2 years after treatment [= Associations longitudinales entre l'activité physique et les métabolites plasmatiques chez les survivants du cancer colorectal jusqu'à deux ans après le traitement]. *Sci Rep*. 2021;11(1):13738.

Nous avons étudié les associations longitudinales entre l'activité physique modérée à vigoureuse (MVPA) et l'activité physique d'intensité légère (LPA) et les concentrations plasmatiques de 138 métabolites après le traitement du cancer colorectal (CRC). Des données sur l'activité physique autodéclarée et des échantillons de sang ont été obtenus à 6 semaines, puis 6, 12 et 24 mois après le traitement chez des survivants du cancer colorectal de stade I-III (n = 252). Les concentrations de métabolites ont été mesurées par spectrométrie de masse en tandem (kit BIOCRAATES AbsoluteIDQp180). Des modèles mixtes linéaires ont été utilisés pour évaluer les associations longitudinales ajustées aux facteurs de confusion. Les associations interindividuelles (différences entre les participants) et intra-individuelles (changements au sein d'un même participant au fil du temps) ont été évaluées en tant que différence en pourcentage de la concentration de métabolites par 5 h/semaine de MVPA ou de LPA. Six semaines après le traitement, les participants ont déclaré une médiane de 6,5 h/semaine de MVPA (intervalle interquartile : 2,3, 13,5) et 7,5 h/semaine de LPA (2,0, 15,8). Des associations interindividuelles ont été observées, un plus grand nombre de MVPA étant lié (valeur de q ajustée par FDR < 0,05) à des concentrations plus élevées d'arginine, de citrulline et d'histidine, de huit lysophosphatidylcholines, de neuf diacylphosphatidylcholines, de 13 acyl-alkylphosphatidylcholines, de deux sphingomyélines et d'acylcarnitine C10:1. Aucune association intra-individuelle n'a été trouvée. Le LPA n'était associé à aucun métabolite. Une plus grande quantité de MVPA était associée à des concentrations plus élevées de plusieurs lipides et de trois acides aminés, qui ont été associés à des processus anti-inflammatoires et à une meilleure santé métabolique. Des études mécanistes sont nécessaires pour déterminer si ces métabolites peuvent affecter le pronostic.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Sci Rep

Expériences précoces de réadaptation pour les personnes post-COVID visant à améliorer la fatigue, l'essoufflement, la capacité d'exercice et la cognition - Une étude de cohorte

Daynes E, Gerlis C, Chaplin E, Gardiner N, Singh SJ. Early experiences of rehabilitation for individuals post-COVID to improve fatigue, breathlessness exercise capacity and cognition - A cohort study [= Expériences précoces de réadaptation pour les personnes post-COVID visant à améliorer la fatigue, l'essoufflement, la capacité d'exercice et la cognition - Une étude de cohorte]. *Chron Respir Dis.* 2021;18:14799731211015692. doi:10.1177/14799731211015691

Les personnes présentant des symptômes durables de COVID-19 doivent se voir proposer un programme de réhabilitation complet. 30 individus (âge moyen [SD] 58[16]) qui ont suivi un programme de réhabilitation de 6 semaines, supervisé deux fois, ont démontré des améliorations statistiquement significatives de la capacité d'exercice, des symptômes respiratoires, de la fatigue et de la cognition. Les participants se sont améliorés de 112 m sur le test de marche en navette incrémentielle et de 544 secondes sur le test de marche en navette d'endurance. Aucun événement indésirable grave n'a été enregistré, et il n'y a eu aucun abandon lié à une aggravation des symptômes. La rééducation par COVID-19 semble réalisable et améliore significativement les résultats cliniques.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Chron Respir Dis.

Prévalence mondiale de l'activité physique chez les enfants et les adolescents ; incohérences, lacunes de la recherche et recommandations : une analyse narrative

Aubert S, Brazo-Sayavera J, González SA, et al. Global prevalence of physical activity for children and adolescents; inconsistencies, research gaps, and recommendations: a narrative review [= Prévalence mondiale de l'activité physique chez les enfants et les adolescents ; incohérences, lacunes de la recherche et recommandations : une analyse narrative]. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2021;18(1):81. doi:10.1186/s12966-021-01155-2

L'une des actions stratégiques identifiées dans le Plan d'action mondial pour l'activité physique (AP) 2018-2030 est l'amélioration des systèmes de données et des capacités au niveau national pour soutenir la surveillance régulière de l'AP dans la population. Bien que la surveillance standardisée nationale et internationale de l'AP chez les enfants et les adolescents ait augmenté ces dernières années, des défis persistent pour la surveillance mondiale de l'AP. Les objectifs de cet article étaient les suivants (i) examiner, comparer et discuter les incohérences méthodologiques des estimations de la prévalence de l'activité physique chez les enfants et les adolescents provenant d'initiatives

Défis et leçons tirées du projet ENJOY : recommandations pour un futur cadre de mise en œuvre de la recherche collaborative avec les gouvernements locaux pour améliorer l'environnement afin de promouvoir l'activité physique des personnes âgées

Levinger P, Dunn J, Panisset M, et al. Challenges and lessons learnt from the ENJOY project: recommendations for future collaborative research implementation framework with local governments for improving the environment to promote physical activity for older people [= Défis et leçons tirées du projet ENJOY : recommandations pour un futur cadre de mise en œuvre de la recherche collaborative avec les gouvernements locaux pour améliorer l'environnement afin de promouvoir l'activité physique des personnes âgées]. *BMC Public Health*. 2021;21(1):1192. doi:10.1186/s12889-021-11224-7

Contexte : Il a été démontré que l'environnement physique a un effet positif sur la promotion de l'activité physique des personnes âgées. Les environnements extérieurs qui intègrent des équipements d'exercice spécialisés adaptés aux personnes âgées sont particulièrement bien placés pour promouvoir l'activité physique et les liens sociaux chez les personnes âgées. Le projet ENJOY comprenait l'installation d'un équipement d'exercice spécialisé en plein air (le Seniors Exercise Park) et la mise en œuvre d'un programme d'activité physique et sociale pour les personnes âgées dans le cadre d'une recherche prospective pré-post. L'installation de l'équipement spécialisé dans des sites publics et dans un établissement de soins pour personnes âgées visait également à accroître l'utilisation de l'équipement par les personnes âgées de la communauté au sens large et à augmenter les activités physiques et sociales.

Méthode : Un cadre conceptuel de mise en œuvre et plusieurs méthodes d'engagement ont été utilisés pour guider la recherche et soutenir les partenaires participants tout au long du projet. Cet article est un récit réflexif décrivant le processus de collaboration et l'approche utilisée pour engager les gouvernements locaux et la communauté, et rapporte les défis et les leçons apprises pour informer les stratégies futures de mise en œuvre.

Résultats : Le cadre conceptuel du processus de mise en œuvre qui a guidé la conduite et la réalisation du projet ENJOY comprenait les éléments fondamentaux du cadre des systèmes interactifs et du cadre écologique. Ces modèles intègrent des éléments de mise en pratique de la recherche et de mise en œuvre centrée sur la communauté afin de tenir compte des perspectives uniques d'une série de parties prenantes.

Conclusion : Les caractéristiques des partenaires, telles que la structure et la politique des gouvernements locaux, ainsi que les facteurs communautaires, peuvent avoir un impact sur la mise en œuvre. Pour une mise en œuvre réussie, il est recommandé d'établir un partenariat avec les gouvernements locaux en adoptant des approches efficaces en matière de communication, de planification stratégique et d'engagement de la communauté et des personnes âgées. Les leçons apprises peuvent aider la conception de la recherche en santé publique autour des changements de l'environnement bâti pour avoir un impact positif sur les niveaux d'activité physique des personnes âgées.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Efficacité des interventions basées sur l'exercice physique dans la prévention des chutes chez les personnes âgées vivant en communauté et souffrant de troubles cognitifs : les preuves sont-elles suffisantes ? Une revue systématique et une méta-analyse actualisées

Li F, Harmer P, Eckstrom E, et al. Efficacy of exercise-based interventions in preventing falls among community-dwelling older persons with cognitive impairment: is there enough evidence? An updated systematic review and meta-analysis [= Efficacité des interventions basées sur l'exercice physique dans la prévention des chutes chez les personnes âgées vivant en communauté et souffrant de troubles cognitifs : les preuves sont-elles suffisantes ? Une revue systématique et une méta-analyse actualisées]. *Age and Ageing*. 2021;(afab110). doi:10.1093/ageing/afab110

Objectif : L'exercice physique prévient les chutes dans la population âgée générale, mais les preuves ne sont pas concluantes pour les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs. Nous avons effectué une revue systématique et une méta-analyse actualisées pour évaluer l'efficacité potentielle des

interventions visant à réduire les chutes chez les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs.

Méthodes : Des recherches ont été menées dans PubMed, EMBASE, CINAHL, Scopus, CENTRAL et PEDro depuis leur création jusqu'au 10 novembre 2020. Nous avons inclus des essais contrôlés randomisés (ECR) qui ont évalué les effets de l'entraînement physique par rapport à une condition de contrôle (soins habituels, liste d'attente, éducation, contrôle placebo) sur la réduction des chutes chez les personnes âgées vivant dans la communauté et souffrant de troubles cognitifs (c'est-à-dire tout stade de la maladie d'Alzheimer et des démences apparentées, troubles cognitifs légers).

Résultats : Nous avons identifié et méta-analysé neuf études, publiées entre 2013 et 2020, qui comprenaient 12 comparaisons (N = 1 411 ; âge moyen = 78 ans ; 56 % de femmes). Dans l'ensemble, par rapport au contrôle, les interventions ont produit une réduction statistiquement significative d'environ 30 % du taux de chutes (rapport des taux d'incidence = 0,70 ; IC 95 %, 0,52-0,95). Il y avait une hétérogénéité significative entre les essais (I² = 74%), la plupart des essais (n = 6 études [huit comparaisons]) ne montrant aucune réduction du taux de chutes. Les analyses de sous-groupes n'ont montré aucune différence dans les taux de chute en fonction des caractéristiques des essais. Les interventions basées sur l'exercice physique n'ont eu aucun impact sur la réduction du nombre de chutes (risque relatif = 1,01 ; IC à 95 %, 0,90-1,14). Des préoccupations concernant le risque de biais dans ces ECR ont été notées, et la qualité des preuves a été jugée faible.

Conclusions : Les résultats statistiques positifs sur la réduction du taux de chute dans cette méta-analyse sont le fait de quelques études. Par conséquent, les preuves actuelles sont insuffisantes pour informer les recommandations fondées sur des preuves ou les décisions de traitement pour la pratique clinique.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Age and Ageing

Une évaluation fondée sur des preuves de l'impact des Jeux olympiques sur les niveaux d'activité physique de la population

Bauman AE, Kamada M, Reis RS, et al. An evidence-based assessment of the impact of the Olympic Games on population levels of physical activity [=Une évaluation fondée sur des preuves de l'impact des Jeux olympiques sur les niveaux d'activité physique de la population]. *The Lancet*. 2021;0(0). doi:10.1016/S0140-6736(21)01165-X

Les prédictions avant les Jeux olympiques incluent généralement une augmentation de l'activité physique de la population dans la ville hôte, comme cela est souvent indiqué dans la candidature, mais les effets post-olympiques sur l'activité physique n'ont pas été résumés. Dans ce document de la série, nous visons à faire ce qui suit : examiner les mentions d'un héritage d'activité physique dans la documentation de la candidature préolympique ; analyser les données existantes de surveillance de l'activité physique collectées avant, pendant et après les Jeux Olympiques dans les zones d'accueil du monde entier ; et évaluer les données de Google Trends concernant les Jeux Olympiques de Londres 2012 comme une étude de cas de l'intérêt de la communauté pour le sujet de l'exercice pendant la période des Jeux Olympiques. Avant 2007, l'activité physique était peu mentionnée dans la documentation précédant les Jeux olympiques, mais, après cette date, la plupart des documents comportaient des objectifs en matière d'activité physique ou de participation sportive de la population. La synthèse des données de surveillance disponibles indique qu'il n'y a pas eu de changement dans la prévalence de l'activité physique ou de la pratique sportive, à l'exception des Jeux olympiques d'été de 2008 à Pékin et des Jeux olympiques d'hiver de 1998 à Nagano ; toutefois, l'augmentation de la participation à Nagano pourrait ne pas être attribuable aux Jeux olympiques puisque la participation aux sports d'hiver n'a pas changé. Les données de Google Trends ont montré un pic aigu de recherches avec le terme « olympique » immédiatement associé à la période des Jeux olympiques de Londres et ont montré une augmentation péri-olympique soutenue des recherches avec le terme « exercice ». En soi, les Jeux olympiques n'ont pas amélioré l'activité physique à l'échelle de la population, mais ils pourraient constituer une importante occasion manquée en matière de santé publique. Un tel héritage nécessitera une planification stratégique et des partenariats entre le Comité international olympique et les agences olympiques, sportives et de santé publique, ainsi qu'un cadre d'évaluation approfondi mis en œuvre tout au long de la période pré-olympique et post-olympique dans le pays hôte..

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Lancet

Participation des personnes vivant avec un handicap à l'activité physique : une perspective globale

Ginis KAM, Ploeg HP van der, Foster C, et al. Participation of people living with

disabilities in physical activity: a global perspective [= Participation des personnes vivant avec un handicap à l'activité physique: une perspective globale]. The Lancet. 2021;0(0). doi:10.1016/S0140-6736(21)01164-8

Environ 1 à 5 milliards de personnes dans le monde vivent avec un handicap physique, mental, sensoriel ou intellectuel, dont environ 80 % dans des pays à revenu faible ou intermédiaire. Ce document de la série donne un aperçu global de la prévalence, des avantages et des politiques de promotion de l'activité physique pour les personnes vivant avec un handicap (PLWD). Les personnes vivant avec un handicap ont de 16 à 62 % moins de chances de respecter les directives en matière d'activité physique et sont plus exposées aux graves problèmes de santé liés à l'inactivité que les personnes non handicapées. Des méta-analyses ont montré que l'activité physique a des effets bénéfiques sur la condition cardiovasculaire (différence moyenne standardisée [SMD] 0-69 [IC 95 % 0-31-1-01]), la condition musculo-squelettique (0-59 [0-31-0-87]), les facteurs de risque cardiométaboliques (0-39 [0-04-0-75]) et la santé cérébrale et mentale (0-47 [0-21-0-73]). Ces méta-analyses montrent également que des bénéfices pour la santé peuvent être obtenus même avec moins de 150 minutes d'activité physique par semaine, et suggèrent qu'une certaine activité physique vaut mieux que rien. Les méta-analyses des interventions visant à augmenter l'activité physique des personnes vivant avec le VIH/sida ont fait état de tailles d'effet allant de 0-29 (IC 95 % : 0-17-0-41, k=10) à 1-00 (0-46-1-53, k=10). Les décideurs politiques sont de plus en plus conscients des besoins des personnes vivant avec le VIH/sida en matière d'activité physique. Les plans d'action en matière d'activité physique à l'échelle mondiale doivent être dotés de ressources adéquates et faire l'objet d'un suivi et d'une mise en application afin de faire réellement progresser les droits fondamentaux des personnes handicapées à participer pleinement à l'activité physique.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Lancet

Comportements en matière d'activité physique à l'adolescence : preuves actuelles et possibilités d'intervention

Sluijs EMF van, Ekelund U, Crochemore-Silva I, et al. Physical activity behaviours in adolescence: current evidence and opportunities for intervention [=Comportements en matière d'activité physique à l'adolescence: preuves actuelles et possibilités d'intervention]. The Lancet. 2021;0(0). doi:10.1016/S0140-6736(21)01259-9

Les jeunes âgés de 10 à 24 ans représentent 24 % de la population mondiale ; investir dans leur santé pourrait avoir un triple avantage, aujourd'hui, à l'âge adulte et pour la génération suivante. Cependant, dans la recherche sur l'activité physique, cette étape de la vie est mal comprise, les preuves étant dominées par la recherche sur les jeunes adolescents (10-14 ans), les milieux scolaires et les pays à revenu élevé. Dans le monde, 80 % des adolescents ne sont pas suffisamment actifs et beaucoup d'entre eux passent deux heures ou plus par jour devant un écran. Dans ce document de la Série, nous présentons les données mondiales les plus récentes sur l'activité physique des adolescents et discutons des orientations permettant d'identifier des solutions potentielles pour améliorer l'activité physique dans la population adolescente. L'inactivité physique des adolescents contribue probablement aux principaux problèmes de santé mondiaux, y compris les troubles cardiométaboliques et mentaux, mais les preuves sont faibles sur le plan méthodologique. Les solutions fondées sur des données probantes se concentrent sur trois éléments clés du système d'activité physique des adolescents : les écoles de soutien, l'environnement social et numérique et les environnements urbains polyvalents. Malgré un volume croissant de recherches axées sur les adolescents, il existe encore d'importantes lacunes dans les connaissances, et il est urgent de déployer des efforts pour améliorer la surveillance de l'activité physique des adolescents, la recherche, la mise en œuvre des interventions et l'élaboration des politiques.

Présentation auteurs traduite avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Lancet

Études et rapports

Rapport de la mission d'évaluation des politiques de prévention en santé publique

JUANICCO R, TAMARELLE-VERHAEGHE M. Rapport de la mission d'évaluation des politiques de prévention en santé publique. Published online July 2021. Accessed July 22, 2021. <https://www2.assemblee-nationale.fr/15/les-delegations-comite-et-office-parlementaire/comite-d-evaluation-et-de-contrôle/secretariat/a-la-une/rapport-de-la-mission-d-evaluation-des-politiques-de-prevention-en-sante-publique>

« Réuni le 21 juillet 2021 sous la présidence de M. Jean-Paul Mattei, le Comité

d'évaluation et de contrôle des politiques publiques (CEC) a autorisé la publication du rapport de la mission d'évaluation des politiques de prévention en santé publique, conduite par M. Régis Juanico (SOC) et Mme Marie Tamarelle-Verhaeghe (LaREM). En parallèle de l'enquête de la Cour des comptes qui sera présentée en fin d'année, la mission a mené une évaluation sur la place de l'activité physique à tous les stades de la prévention c'est-à-dire pour rester en bonne santé, éviter le développement ou l'aggravation de maladies chroniques ou contribuer à la guérison. Les confinements, s'ils ont empêché le développement de l'épidémie, se sont révélés dramatiques pour la santé physique et psychique de nos concitoyens, et ont montré avec acuité le rôle de l'activité physique sur la santé. La lutte contre la sédentarité constitue aujourd'hui une urgence pour tous les âges de la vie : l'école et l'université doivent permettre d'ancrer de bonnes habitudes, l'activité physique dans l'entreprise doit être facilitée notamment par le recours aux nouveaux outils numériques, l'activité physique des personnes atteintes de pathologies chroniques doit être mieux organisée et prise en charge tandis que l'activité physique adaptée aux seniors doit être développée pour retarder la dépendance. Les rapporteurs ont entendu plus de 90 experts et acteurs de terrain et formulent 18 propositions autour de quatre thématiques : - la communication adaptée à tous les publics et l'accès à des tests de condition physique ; - une réorganisation de la gouvernance et du pilotage de la prévention ; - le renforcement de la pratique physique et sportive et de la prévention en santé dans les cursus scolaires et universitaires ; - une meilleure prise en charge de l'activité physique adaptée et une orientation plus lisible pour les patients. Voir la vidéo de cette réunion Lire le rapport Lire la synthèse du rapport Lire la synthèse en 4 pages » (Présentation éditeur)
1 fichier .pdf (196 p.)

Rapport parlementaire et synthèses

Le sport : nouvelle thérapeutique des maladies chroniques du XXI^e siècle.

Le sport : nouvelle thérapeutique des maladies chroniques du XXI^e siècle. ADSP. 2021;(114). Accessed July 27, 2021. <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/Adsp?clef=1175>

« Les maladies chroniques sont la cause principale de décès dans le monde, avec un retentissement économique majeur. Le niveau de capacité physique est le meilleur reflet de notre capital santé, et représente un facteur de protection majeur souvent méconnu pour contrer le développement de ces pathologies. Récemment la mortalité liée au Covid-19 a révélé le rôle des comorbidités et notamment celui des maladies chroniques dont étaient atteintes un grand nombre de victimes. Selon l'OMS, un large pourcentage de maladies chroniques est accessible à la prévention par des actions sur quatre facteurs de risque : tabagisme, inactivité physique, consommation d'alcool et alimentation inadaptée. L'activité physique bien menée est toujours bénéfique en prévention primaire, secondaire ou tertiaire des maladies chroniques stables. Ce dossier présente les bénéfices de l'activité physique pour un grand nombre de maladies chroniques, y compris les pathologies mentales et la prévention de la dépendance lors du vieillissement. Une pratique régulière d'activité physique adaptée aux personnes atteintes d'une maladie chronique est indéniablement favorable à leur santé. Il s'agit de déterminer quel type d'activité, dans quel cadre et avec quel accompagnement. » (Présentation éditeur)

ADSP

Événements

Comment le comportement physique affecte le syndrome métabolique et le diabète de type 2

Development P. How Physical Behavior Affects Metabolic Syndrome and Type 2 Diabetes. Annemarie Koster (Pt1) [= Comment le comportement physique affecte le syndrome métabolique et le diabète de type 2]. Accessed July 15, 2021. https://www.podbean.com/media/share/pb-7uf23-1082c00?utm_campaign=au_share_ep&utm_medium=dlink&utm_source=au_share

Annemarie Koster est professeur associé au département de médecine sociale de l'université de Maastricht. Après avoir obtenu son doctorat en 2005, elle a obtenu une bourse américaine au National Institutes of Health (NIH), National Institute on Aging (NIA) à Bethesda, MD, USA. Au sein du laboratoire d'épidémiologie, de démographie et de biométrie avec le Dr Tamara B. Harris, elle a poursuivi ses recherches dans le domaine du vieillissement. De 2006 à 2011, le Dr Koster a travaillé au NIA et ses recherches ont porté sur les causes et les conséquences de l'obésité, les changements dans la composition corporelle et l'(in)activité physique dans la vieillesse. [...] En 2011, elle est retournée à l'Université de Maastricht, où elle est actuellement professeur associé au département de médecine sociale. En outre, elle est membre de l'équipe de gestion de l'étude de Maastricht (<http://www.demaastrichtstudie.nl/>), la plus grande étude observationnelle au monde sur le diabète de type 2. Ses recherches actuelles portent sur l'activité

physique mesurée objectivement et visent à comprendre les conséquences de l'inactivité physique et de l'obésité sur la santé. En outre, le Dr Koster et son groupe s'intéressent particulièrement aux effets du comportement sédentaire sur la santé. Traduit avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Podcast

Activité physique, Cerveau, Cognition et Rigidité Artérielle

Physical Activity Researcher Podcast. Dr Eero Haapala - PA | Brain | Cognition | Arterial Stiffness [= Dr Eero Haapala - Activité physique, Cerveau, Cognition et Rigidité Artérielle]. Accessed July 21, 2021. <https://www.youtube.com/watch?v=I9WAU1IC8vc>

Dans cet épisode, nous accueillons le Dr Eero Haapala, professeur adjoint de l'Université de Jyväskylä, en Finlande. Il s'intéresse principalement aux relations entre l'activité physique, les facteurs alimentaires, la forme physique, l'adiposité et le syndrome métabolique, d'une part, et le cerveau, la cognition et les résultats scolaires des enfants et des adolescents, d'autre part. Traduit avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Podcast

Recommandations en matière d'activité physique pour les femmes enceintes

Development P. Physical Activity Recommendations for Pregnant Women: What Were the Biggest Challenges? - Gabriela Mena (Pt2) [= Recommandations en matière d'activité physique pour les femmes enceintes : Quels ont été les plus grands défis ?]. Accessed July 21, 2021. <https://www.podbean.com/media/share/pb-p228u-107646a>

Gabriela est médecin à l'Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, en Équateur, et s'intéresse à la santé publique et à la promotion de la santé. Elle a travaillé au ministère de la santé publique de l'Équateur dans des communautés rurales, en se concentrant sur la promotion de la santé et la prévention primaire. Cette expérience professionnelle a suscité son intérêt pour la santé publique et elle a ensuite poursuivi un master en santé publique à l'UQ en 2015. Elle effectue actuellement ses études de doctorat à l'UQ au sein du Centre de recherche sur l'exercice, l'activité physique et la santé (CRExPAH) à HMNS. Ses recherches actuelles portent sur les effets de l'activité physique sur les indicateurs de la santé reproductive chez les jeunes femmes adultes. Elle s'intéresse particulièrement à la manière dont l'activité physique peut affecter le système reproducteur des jeunes femmes adultes qui essaient de concevoir un enfant. Elle s'intéresse également à l'examen des effets physiologiques et biochimiques de différentes doses d'exercice chez ces femmes.

Traduit avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)

Podcast

Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Être du ministère chargé des Sports

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 publication : Gilles QUÉNÉHERVÉ
Responsables éditorial : Christèle GAUTIER, Thomas SENN et Delphine LABORDE
Équipe éditoriale : Antoine NOËL RACINE, Sita NAUDIN-CHARBONNEL
Espérance FÈVE. 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](#)

©2021 Pôle Ressources National Sport-Santé-Bien-Être du ministère chargé des Sports. Tous droits réservés.