

Contexte et enjeux

Le « sport-santé » recouvre la pratique d'activités physiques ou sportives qui contribuent au bien-être et à la santé du pratiquant, conformément à la définition de la santé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : physique, psychologique et sociale.

Source : Ministère des Sports. [Pourquoi promouvoir la santé par le sport ? - #Tous sport](#) [En ligne]. Mis à jour le 17 juillet 2014 [Consulté le 2 janvier 2018]

*« Suite à l'instruction du 24 décembre 2012, l'élaboration des **plans régionaux sport santé bien-être** et le renforcement ou la **création des réseaux sport santé bien-être** ont permis un accroissement de l'offre de pratique en direction d'un large public.*

*La Loi de modernisation de notre système de santé de janvier 2016 a ensuite permis au médecin traitant de **prescrire une activité physique adaptée (APA)** à des patients atteints d'une affection de longue durée. Et le **décret de décembre 2016** précise les conditions de dispensation de cette activité physique adaptée.*

Aujourd'hui :

- *en l'absence de remboursement par l'Assurance maladie, la question du financement des dispositifs APA demeure primordiale ;*
- *une réflexion sur la **formation** (initiale et continue) des médecins doit être engagée ;*
- *favoriser la pratique des activités physiques à des fins de santé et **augmenter le nombre de pratiquants** restent une des priorités de la Ministre des Sports. »*

Jacques Bigot - Responsable du Pôle ressources national sport santé bien-être

Ressources documentaires : le sport-santé et l'activité physique adaptée

-- Bibliographie sélective

Etudes et recherches

- [Les Français, l'activité physique et la sédentarité - Étude INCA 3 : consommations et modes de vie des Français](#). Anses. Juin 2017

- [Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition \(Esteban 2014-2016\) Volet Nutrition. Chapitre Activité physique et sédentarité - Études et enquêtes.](#) Santé publique France et Équipe de surveillance et d'épidémiologie nutritionnelle (ESEN). Septembre 2017
- [Les chiffres clés du sport en Ile-de-France. La pratique physique et sportive, les clubs et la pratique licenciée, le dispositif du sport de haut niveau, les équipements sportifs, l'économie du sport, les grands événements sportifs, les diplômés du sport.](#) IRDS, Région Ile-de-France et CDOS Ile-de-France. Septembre 2016
- [Habitudes alimentaires, activité physique et sédentarité des adolescents franciliens - Exploitation de l'enquête nationale de santé auprès des élèves scolarisés en classe de troisième.](#) ORS Ile-de-France. Décembre 2016
- MENAI M., CHARREIRE H., FEUILLET T. et al. [Walking and cycling for commuting, leisure and errands: relations with individual characteristics and leisure-time physical activity in a cross-sectional survey \(the ACTI-Cités project\).](#) International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2015, n° 12. p. 15

Autres ressources (analyses, recommandations, dossiers, infographies, bibliographies...)

- [Synthèse pour les professionnels des recommandations de l'Anses de février 2016 sur l'activité physique et la sédentarité - Actualisation des repères du PNNS.](#) Santé Publique France. Août 2017
- La santé par le sport. [Publications sur le sport et la santé](#) [En ligne]. [Consulté le 20 décembre 2017]
- Mutualité Française. [Les fondamentaux de l'activité physique chez les enfants et les adolescents – L'Essentiel](#) [En ligne]. Publié le 9 avril 2014 [Consulté le 20 décembre 2017]
- PRAZNOCZY C., et LAMBERT C. et PASCAL C. [Etat des lieux de l'activité physique et de la sédentarité en France.](#) Onaps. Février 2017
- GALISSI V. et PRAZNOCZY C. [La promotion et la mise en œuvre de programmes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité en milieu professionnel - Bénéfices, typologie des pratiques et modalités d'évaluation.](#) Onaps. Juin 2017
- REYBURN S. [L'urbanisme favorable à la santé : une revue des connaissances actuelles sur l'obésité et l'environnement bâti.](#) Environnement Urbain, 2010, Vol. 4
- PRAZNOCZY C. et LARRAS B. [Activité physique, sédentarité et inégalités sociales.](#) Onaps. Mai 2017
- MENU S. [L'inclusion sociale par le sport impose une ingénierie et des critères.](#) La gazette santé social. Juin 2017

-- Interviews de chercheurs par PromoSanté IdF

- [Le rôle de l'activité physique dans la prévention des affections de longue durée](#)
Aude-Marie Foucaut - Laboratoire Education et pratiques en santé (LEPS)

« On sait aujourd'hui qu'une personne plus active va avoir moins de risques d'être atteinte d'un diabète de type II, de pathologies cardio-vasculaires, du cancer, notamment du cancer du sein et du cancer du côlon. Et on va avoir aussi une diminution des risques d'obésité et de surpoids, qui sont eux-mêmes des facteurs de risques des pathologies citées juste avant. »

- [Les déterminants environnementaux de l'activité physique et de la sédentarité](#)

Hélène Charreire - Département Géographie de Paris-Est Créteil, Val de Marne

« Vous aurez beau diffuser toutes les recommandations possibles sur des temps de pratique d'activité physique, s'il n'est pas possible, par exemple, de se déplacer à pied dans un environnement agréable et adapté ou de pratiquer une activité physique à proximité de ses lieux de vie, alors ces recommandations ont peu de chance d'impacter les comportements. »

Politiques en matière de nutrition et sport-santé

-- Politiques nationales et régionales

La promotion et le développement de la pratique des activités physiques et sportives comme facteur de santé sont intégrés aujourd'hui à la Stratégie nationale de santé.

La mobilisation de tous les acteurs pour développer ces comportements favorables, encouragés par le [Plan National Sport Santé Bien-Être \(PNSSBE\)](#), a pour ambition d'accroître le recours aux thérapeutiques non médicamenteuses et de développer la recommandation des activités physiques et sportives (APS) par les médecins et les autres professionnels de santé.

Le plan est décliné au niveau régional en Ile-de-France : [Plan Régional Sport Santé bien-Être \(PRSSBE-IdF\)](#).

-- Interview : enjeux des politiques nationales

- [Le sport-santé : enjeux, politique nationale et perspectives](#)

Jacques Bigot - Responsable du Pôle ressources national sport santé bien-être

« Communiquer auprès des médecins et des usagers pour prescrire l'activité physique, faire connaître l'offre de pratique, sensibiliser sur les bienfaits des activités physiques sont des axes de travail essentiels. »

Récits d'expériences : programmes de sport-santé / d'activité physique adaptée

PromoSanté IdF réalise des [« récits d'expérience »](#), capitalisations des données issues de l'expérience. Ces récits sont construits sur la base d'entretiens approfondis avec les promoteurs franciliens.

Parmi les 8 récits d'expérience, 7 programmes analysés concernent le sport-santé / l'activité physique adaptée.



Comité Départemental Olympique et Sportif des Yvelines (CDOSS78)

Ateliers « Forme et bien-être » - Promotion d'une activité physique adaptée associée à une alimentation équilibrée, pour les personnes atteintes de maladie chronique



Centre municipal de santé des Ulis

« Bouger et croquer la santé aux Ulis » - Prévention et prise en charge du surpoids et de l'obésité, à tout âge et pour les populations à risque



Défi-Forme Santé (DFS)

Programme de promotion de la santé par l'activité physique destiné aux personnes sédentaires, ou présentant une pathologie



Emmaüs solidarité

« Manger bouger » - Promouvoir la santé des personnes accueillies ou hébergées par l'alimentation et l'activité physique



Service de prévention et de promotion de la santé de la ville de Gentilly

Promotion de la nutrition auprès des Gentilléens (diététique et activité physique) - Prise en charge nutritionnelle pour les patients diabétiques ou atteints de maladie chronique, et prévention primaire des enfants et seniors



Comité de pilotage constitué de la Mutualité Française Île-de-France, l'Atelier Santé Ville de Clichy-sous-Bois et le Comité départemental olympique de Seine-Saint-Denis

« Bouge ta santé à Clichy-sous-Bois » - Promotion de l'activité physique chez les jeunes (primaire et collège) - Méthode ICAPS



Office municipal de l'éducation physique et du sport (OMEPS)

« Programme Sport Santé » - Promotion de la santé par l'activité physique et animation d'une plateforme « activité physique sport santé », pour les personnes sédentaires, en surpoids ou obèses, en situation de handicap ou porteuses d'une pathologie...

Les types d'acteurs pour monter un projet sport-santé

Voici une étude de cas sur les acteurs potentiellement utiles pour monter un projet dont la problématique serait la nutrition, et plus précisément le sport-santé / l'activité physique adaptée.

Problématique : Un responsable de centre social de Seine-et-Marne (77), dont les seniors constituent l'un des principaux publics, constate après diagnostic un fort taux de personnes âgées souffrant de **surpoids ou d'obésité** parmi ses bénéficiaires (certains étant également diabétiques). Par ailleurs, le diagnostic démontre que ces publics sont en demande auprès du centre social d'activité physique adaptée à leur âge, mais également à leur pathologie.

LES ACTEURS SPECIFIQUES

- Le coordinateur de l'Atelier santé ville (ASV) ou du Contrat local de santé (CLS) de la ville s'ils existent

- Le Prif (Prévention retraite Ile-de-France), groupement entre les trois régimes de retraite de base en IdF : la MSA, la Cnav, le RSI

- Les services municipaux de la ville concernée : service des sports, des aînés, de l'action sociale, etc.

- Prim'Adal

- La fédération française Sports pour tous, ayant un axe sur le sport-santé bien-être

- Siel Bleu, « La santé par l'Activité physique adaptée »

- La conférence des financeurs du 77 (une dans chaque département d'IdF)

- Revesdiab, réseau de santé diabète intervenant dans le 77, 78, 91 et 94

EN QUOI ILS PEUVENT ETRE UN APPUI

⇒ Partenariat, soutien à la pratique, mise en relation avec des partenaires du territoire ...

⇒ mise en place et financement d'ateliers sur l'activité physique adaptée auprès des retraités, animés par des partenaires franciliens :

- Atelier L'équilibre en mouvement®, sur la prévention des chutes : Prim'Adal, EPGV, Sports pour tous, Siel Bleu, Ufolep, Agi Equilibre

- D-Marche®, avec l'ADAL

⇒ partenariat, aide au financement, mise à disposition d'équipements sportifs, lien avec les seniors de la ville...

⇒ spécialisé dans les activités physiques adaptées pour les seniors (séances, balades...), et instigateur de la D-marche®

⇒ mise en place du programme DiabetAction (personnes diabétiques) et du programme PIED (prévention des chutes pour les personnes âgées)

⇒ mise en place d'activité physique adaptée pour différents publics, notamment les seniors et les personnes avec pathologie

⇒ financement d'actions en faveur des seniors, accompagnement, échange d'informations, rencontre de partenaires...

⇒ mise en place d'activités physiques adaptées (marche et gym), alliées à d'autres activités de groupe (parcours diabète et alimentation)

Pour plus d'informations sur les types d'acteurs utiles pour monter un projet :

- [Catégorisations des acteurs en matière de nutrition](#)
- Espace [Netvibes](#) PromoSanté IdF