

# Colloque

## « Activités physiques et sportives : un enjeu pour la santé »

---

# Dossier du participant

Mardi 1<sup>er</sup> avril 2014



## Objectifs du colloque

### **Placer la pratique des APS au cœur de la prévention, pour préserver ou améliorer la santé.**

Les assises devront faire ressortir les éléments suivants :

- Affirmer ce qui caractérise l'activité physique ou sportive comme facteur de santé, en s'appuyant sur les données et études scientifiques existantes.
- Montrer au travers de différents dispositifs la place des APS comme facteur de santé et d'économies de santé au sein de notre société moderne.
- Mettre en valeur le rôle et l'impulsion de l'État dans cette dynamique.
- Susciter le débat entre les acteurs privés et institutionnels qui interviennent dans le domaine du sport pour la santé :
  - Comment placer les APS au cœur de la prévention ?
  - Quelles sont les problématiques rencontrées ?
  - Quelles actions mettre en place pour plus d'efficacité ?
  - Quels acteurs mobiliser ?

## Programme

14 h 00-14 h 10

---

**Accueil des participants.**

14 h 10-14 h 25

---

**Ouverture du colloque par Madame Valérie Fourneyron, ministre en charge des Sports.**

La première partie des assises sera consacrée à un état des lieux au travers des diverses recommandations en faveur de la pratique et des initiatives des ministères en charge des Sports et de la Santé.

14 h 25-15 h 25

---

**Les fondements scientifiques du sport-santé : de la théorie à la réalité pratique :**

- **Pr Martine Duclos**, praticien hospitalier, chef du service de médecine du sport au CHU de Clermont-Ferrand, endocrinologue.
- **Jean-François Toussaint**, Directeur de l'IRMES, médecin et professeur de physiologie.

Ces deux imminents spécialistes tenteront de démontrer les bienfaits de la pratique des APS pour l'ensemble de la population et en particulier pour les personnes atteintes de maladies chroniques (obésité et pathologies métaboliques [diabète] ; maladies cardiovasculaires, cancers ; vieillissement normal et pathologique).

- **Claude Le Pen**, professeur à l'université de Paris Dauphine : économiste, directeur du master « économie et gestion de la santé ».

Au travers de ces interventions ressortiront la réalité de la pratique d'activités physiques de la population française et la réalité de la prescription d'activités physiques ou sportives comme futures économies de santé.

15 h 25-15 h 40

---

**Les actions sport-santé mises en place par le ministère des Sports, de la Jeunesse de l'Éducation populaire et de la Vie associative (MSJEPVA) : PRN2SBE**

- Bilan des plans régionaux sport-santé et bien-être par le **Dr Véronique Lebar**, médecin du sport responsable du pôle sport santé bien-être.

---

### 15h40-16h40

#### **Table Ronde : Les réseaux sport santé : de la théorie à la pratique.**

Réseau effFORMip (Professeur Daniel Rivière), Picardie en forme (Claude Fauquet et Dr Allal), Réseau sport-santé Champagne Ardenne (Jean-Luc Grillon), réseaux SAPHYR (Patrick Laure).

Au travers des expériences des réseaux présentés, il s'agit de mettre en valeur l'action coordonnée entre les professionnels de santé et les professionnels de l'activité physique pour la prise en charge de personnes à besoins particuliers mais aussi dans la politique de prévention au sein de réseaux organisés.

---

### 16h40-17h40

#### **Table Ronde : Quels nouveaux partenariats pour accompagner les initiatives en faveur de la pratique des activités physiques ou sportives comme facteur de santé ?**

La Mutualité française, AG2R, Michelin, Coca-Cola, Clinicprosport, la Fondation du sport.

L'objectif est de montrer l'intérêt pour le monde de l'entreprise et les acteurs économiques de s'inscrire dans une démarche de prévention par le sport.

---

### 17h40-18h00

#### **Allocution de clôture par le Pr Martine Duclos**

**Prospective en matière d'organisation à mettre en place pour développer la pratique des APS comme facteur de santé.**

## L'EFFICACITÉ DES RÉSEAUX

Les réseaux présentés ont tous le même objectif de favoriser la pratique régulière d'activités physiques, pour les bienfaits de celle-ci sur la préservation ou l'amélioration de la santé. Sa réussite repose sur un dispositif mis en oeuvre depuis plusieurs années, partagé entre les professionnels de santé, les professionnels du sport et le mouvement sportif, soutenu par les DRJSCS, les ARS et les collectivités mais aussi par des partenariats privés.

### Le réseau « efFORMip » : la santé par l'Effort et la Forme en Midi-Pyrénées

---

Ce projet est né en 2005 à l'initiative du Médecin Conseiller de la DRJSCS et du Chef de Service de Médecine du Sport du CHU de Toulouse. Il fonctionne selon le principe d'une association type loi 1901 et a été reconnu « Opérateur Régional Sport Santé » par l'ARS de Midi-Pyrénées. Il a pour objet de lutter contre la sédentarité des porteurs de pathologies chroniques, qu'il s'agisse de personnes dites valides ou de personnes en situation de handicap.

Les modalités de fonctionnement sont les suivantes :

- Organisation d'une formation initiale commune de 2 jours pour des médecins et des éducateurs sportifs déjà diplômés.
- Le médecin formé par efFORMip réalise une consultation médicale (financée par efFORMip), au terme de laquelle il délivre une prescription avec les recommandations nécessaires, sans divulgation du secret médical. La coordination du réseau oriente le patient vers un club sportif qui propose des séances (2 à 3 par semaine) animées par un éducateur, formé par l'association efFORMip. La licence sportive est prise en charge pendant 1 an par l'association à concurrence d'un certain montant.
- La compliance du sujet au programme est facilitée par un système de « coaching ».
- Le but final est l'autonomisation du patient.

### Le réseau « Sport-Santé Bien-être » en Champagne-Ardenne

---

Ce projet a été mis en place à l'initiative du médecin conseiller de la DRJSCS de Champagne-Ardenne. En mai 2009, une association type loi 1901 a été créée pour porter le réseau. La phase opérationnelle du projet (recrutement des futurs pratiquants) a commencé en 2011.

Les modalités de fonctionnement sont les suivantes :

- Organisation d'une formation initiale d'éducateurs sportifs déjà diplômés sous forme de 4 modules.
- Toute personne sédentaire, porteuse ou non de maladie chronique, peut être concernée.
- Le médecin réalise un bilan médico-sportif, puis oriente la personne vers un programme sportif adapté dans une structure sportive sous convention avec le réseau « Sport-Santé Bien-être » via un professionnel assurant une coordination

des éducateurs sportifs. Ce dernier réalise un bilan, afin de juger si la personne nécessite un accompagnement particulier pour la mise en place de l'activité.

- Une évaluation médico-sportive est renouvelée un an après.

### Le réseau « SAPHYR » en Lorraine : la Santé par l'Activité PHYsique Régulière « SAPHYR » (Lorraine)

---

SAPHYR est un dispositif passerelle d'accompagnement, né fin 2009, et mis en œuvre (première inclusion des patients) en septembre 2010. Il est porté par le CROS Lorraine qui assure sa coordination.

L'objectif principal du dispositif est de favoriser la pratique régulière d'une activité physique à des fins de santé.

- Le médecin traitant sélectionne les patients qu'il souhaite orienter vers ce dispositif. Cependant, la décision finale revient au patient selon sa volonté.
- La personne est orientée vers un éducateur sportif formé qui l'intègre au sein d'un groupe, pour 10 séances d'activité d'entretien sur une période de 1 à 2 mois. À la fin de ce module, les patients intègrent un club sportif qui se trouve à proximité de leur lieu de résidence, en prenant une licence. Chaque personne fait l'objet d'un suivi semestriel par un chargé de mission intégré dans le dispositif SAPHYR.

### Le réseau « Picardie en forme »

---

Ce projet a été mis en place en 2011. Il est porté par le CROS Picardie qui est chargé de coordonner et d'animer le réseau.

Le public cible couvre les sédentaires seniors et les personnes atteintes de pathologies chroniques (Diabète de type 2, cancer, maladie cardio vasculaire, BPCO et obésité).

C'est un dispositif de remise à l'activité physique, personnalisé et adapté aux besoins de la personne. Les modalités de fonctionnement sont les suivantes :

- Le professionnel de santé, généralement le médecin, suite à un examen clinique, oriente la personne vers le dispositif d'évaluation et d'orientation « Picardie en forme ».
- « Picardie en forme » va procéder à un bilan initial de condition physique. Les capacités d'endurance, d'équilibre, de force et de souplesse vont être évaluées.
- Suite aux résultats, la personne sera orientée soit vers un atelier passerelle de retour à l'activité physique pour une période de 3 mois, soit directement vers une association sportive labellisée « Picardie en forme » qui propose, sur des créneaux spécifiques, des activités adaptées au profil de l'utilisateur.
- Un retour d'information sur l'évolution de la personne vers le réseau et le médecin traitant est prévu.
- Les différents acteurs sont formés par le réseau.
- La licence sportive est prise en charge par le réseau à concurrence d'un certain montant.

## Biographie

### Valérie Fourneyron

---

Ministre des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et de la Vie associative depuis mai 2012, ancienne maire de Rouen, Valérie Fourneyron est titulaire d'un doctorat en médecine depuis 1982. Médecin du sport, spécialisée en traumatologie et physiologie de l'effort, elle a notamment exercé auprès de l'équipe de hockey sur glace de Rouen et de l'équipe de France de volley-ball. Ancienne joueuse de volley-ball, elle a également été médecin-inspecteur régional de la jeunesse et des sports et chef de la mission de médecine du sport au ministère de la Jeunesse et des Sports, de 1989 à 1991.

### Dr Aziz Allal

---

Aziz Allal est médecin conseiller à la direction régionale de la jeunesse des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) de Picardie.

### Pr Martine Duclos

---

Endocrinologue, médecin du sport et physiologiste, Martine Duclos est professeur des Universités-Praticien Hospitalier, chef du service de Médecine du Sport et des explorations fonctionnelles au CHU Montpied de Clermont-Ferrand.

Elle mène au sein du Centre de Recherche en Nutrition Humaine (INRA-Université d'Auvergne) des travaux de recherche orientés sur les relations entre activité physique et sportive et métabolisme et hormones selon un curseur allant du sportif intensif à la personne physiquement inactive et sédentaire, en bonne santé apparente ou présentant une pathologie chronique (diabète de type 2, obésité, cancer).

Auteur de nombreuses publications, le Pr Martine Duclos est membre de la commission « activité physique, sport santé » de la SFMES (Société Française de Médecine du Sport), et membre de la commission mixte CNOSF/SFMES qu'elle représente au sein du pôle ressources du CNOSF.

Depuis septembre 2013, le Professeur Martine Duclos est conseillère scientifique pour le ministère des Sports au sein du pôle ressources national sport santé bien-être (PRN2SBE).

### Claude Fauquet

---

Professeur certifié d'éducation physique et sportive, Claude Fauquet a été directeur adjoint chargé des politiques sportives à INSEP et directeur technique national de la fédération française de natation.

Depuis 2013, il est président du CROS de Picardie.

### Dr Jean-Luc Grillon

---

Jean-Luc Grillon est médecin conseiller à la direction régionale de la jeunesse des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) de la région Champagne Ardennes. Médecin du sport, il a participé à différentes commissions ou groupes de travail dédiés à la prévention, au sport et à la santé. Il a également contribué à plusieurs publications.

### Dr Patrick Laure

---

Médecin du sport et docteur en sciences techniques des activités physiques et sportives, Patrick Laure est médecin conseiller à la direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) de Lorraine. Auteur de plusieurs publications, notamment en matière de dopage, il est membre du comité d'accompagnement, d'évaluation et de validation des outils de prévention du dopage mis en place par le ministère chargé des Sports.

### Dr Véronique Lebar

---

Médecin du sport et nutritionniste, Véronique Lebar a été médecin conseiller à la direction régionale de la jeunesse et des sports, Ile-de-France, avant de rejoindre l'agence française de lutte contre le dopage (AFLD).

Depuis février 2014, elle est responsable du pôle ressources national sport santé bien-être (PRN2SBE) au sein du ministère chargé des Sports.

### Dr Claude Le Pen

---

Claude Le Pen est docteur en épistémologie économique et docteur en sciences économiques. Il est actuellement professeur agrégé de sciences économiques à l'Université Paris-Dauphine où il dirige le Master d'économie de la santé.

Président du Collège des Économistes de la Santé (CES) Français, il est membre de plusieurs sociétés savantes et participe à de nombreux conseils et commissions. Il est également consultant pour la société américaine IMS-Health, leader mondial des études et des données en santé.



### Pr Daniel Rivière

---

Professeur des universités, Daniel Rivière est praticien Hospitalier, Chef du Service d'Exploration de la Fonction Respiratoire et de Médecine du Sport, à Hôpital Larrey de Toulouse. Directeur du laboratoire de « physiologie des adaptations de l'organisme à l'exercice musculaire et activités posturo-cinétiques », il est médecin de la commission médicale du comité régional olympique et sportif de la région Midi-Pyrénées et Vice-président de la société française de médecine du sport.

### Pr Jean-François Toussaint

---

Professeur de physiologie à l'université Paris Descartes, Jean-François Toussaint est directeur de l'Institut de Recherche bio-Médicale et d'Épidémiologie du Sport (IRMES) à l'Institut National du Sport de l'Expertise et de la Performance (Insep). À la demande du ministère chargé des Sports, il a présidé, en 2008, la commission prévention, sport et santé en proposant le « Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive » (PNAPS).

Auteur de nombreuses publications scientifiques, Jean-François Toussaint préside le Groupe Expert « sport, santé et participation » de la commission Européenne.

## Références bibliographiques et scientifiques

### Plans et programmes nationaux

---

Plan national « sport santé bien-être » qui s'appuie sur 15 mesures déclinées en 47 actions ([www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr) / plan obésité : [www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr) / Plan Cancer3 : [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) / Programme national nutrition (PNNS3) 2011-2015 : [www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr) / 2008 : Plan national de prévention par les activités physiques ou sportives (PNAPS), Jean-François Toussaint, [www.insep.fr](http://www.insep.fr)

### Données scientifiques

---

#### **Bienfaits et recommandations - Rapports :**

Janvier 2014 : « Dispositif d'APS en direction des âgés », rapport présidé par le Professeur Daniel Rivière (télécharger)

2013 : « Surpoids, obésité et risques de cancers », Institut national du cancer, collection fiches repères - [www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr)

2012 : rapport de l'Académie de médecine : « Trois bonnes raisons de prescrire une activité sportive » - [www.academie-medecine.fr](http://www.academie-medecine.fr)

2011 : le centre d'analyse stratégique (CAS) a émis 6 propositions pour « inciter le plus grand nombre à pratiquer un sport ou une activité physique » - [www.strategie.gouv.fr](http://www.strategie.gouv.fr)

2011 : Promouvoir l'activité physique des jeunes, élaborer et développer un projet type lcaps - [www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)

#### **Recommandations**

Les dernières recommandations de l'OMS rappellent et précisent, notamment pour trois classes d'âges (5-17 ans, 18-64 ans et 65 ans ou plus), les niveaux recommandés d'activité physique pour la santé - [www.who.int](http://www.who.int)

2010 : Recommandations Mondiales sur l'activité physique pour la santé, OMS - [www.who.int](http://www.who.int)

2010 : Charte de Toronto pour l'activité physique, 3<sup>e</sup> conférence internationale sur l'activité physique et la santé publique - [www.global.org](http://www.global.org)

2008 : recommandations du groupe de travail de l'Union Européenne « sport santé » - [www.eufic.org](http://www.eufic.org)

#### **Publications scientifiques**

2013 : Physical activity and type 2 diabetes. Recommendations of the SFD (Francophone Diabetes society) diabetes and physical activity working group, Diabetes Metabolism - [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)

2012 : « Activité physique et diabète de type 2 », référentiel de la Société Francophone du Diabète (SFD), 2011, Médecine des maladies métaboliques, Février 2012-volume 6-n°1 - [www.sfdiabet.org](http://www.sfdiabet.org)

2011 : « Le point sur les recommandations de santé publique en matière d'activité physique », Sciences et sports - [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)

2013 : Physical Activity, THE LANCET - [www.thelancet.com](http://www.thelancet.com)

2007 : Rapport INSERM Activité physique, contextes et effets sur la santé. Expertise collective. Synthèse et recommandations Inserm - [www.inserm.fr](http://www.inserm.fr), Éditions Inserm, mars 2008, 832 pages. Collection Expertise collective, Librairie Lavoisier - [www.lavoisier.fr](http://www.lavoisier.fr)

### Études chiffrées

2014 : Baromètre annuel Sport Santé élaboré par la FFEPGV - [www.sport-sante.fr](http://www.sport-sante.fr)

2008 : Baromètre sport santé nutrition, INPES - [www.inpes.fr](http://www.inpes.fr)

2006-2007 : Activité physique et la sédentarité, Étude individuelle nationale de consommations alimentaires (INCA2) - [www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr)

### Colloques et séminaires

---

1<sup>er</sup> avril 2014 : Colloque « Activités physiques ou sportives : un enjeu pour la santé » organisé à la MGEN par le PRN2SBE, (site dédié à l'inscription)