



# Activité physique et santé : Obésité

**Sébastien LE GARF**<sup>1,2</sup>, PhD, EAPA

<sup>1</sup>CERON-PACA, CSO PACA

<sup>2</sup>Université Côte d'Azur, EUR Healthy

**1** Rapport à l'Assemblée Nationale

**2** Activité physique post chirurgie bariatrique

**3** APA et obésité pédiatrique: étude locobésité

**4** Maisons Sport Santé

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale



N° 4400

## ASSEMBLÉE NATIONALE

CONSTITUTION DU 4 OCTOBRE 1958

QUINZIÈME LÉGISLATURE

---

Enregistré à la Présidence de l'Assemblée nationale le 21 juillet 2021

### Évaluation des politiques de prévention en matière de santé publique

#### ➤ Activité physique dans la prévention

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

## Grands axes :

- Ravages de la sédentarité
- Bienfaits de l'activité physique
  - Prévention primaire
  - Préventions 2<sup>aire</sup> et 3<sup>aire</sup>
- Financement de la prévention en santé et paradoxe
- Réseau de proximité : Maisons Sport-Santé

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

## Ravages de la sédentarité : « Bombe à retardement sanitaire »

- 48% des 18-74 ans : niveau SED à risque modéré
- 41% des 18-74 ans : niveau SED à risque élevé



Près de 90% des adultes  
ont un niveau SED à risque

ESTEBAN 2015

- 42% des 3-17 ans : niveau SED à risque modéré
- 37% des 3-17 ans : niveau SED à risque élevé

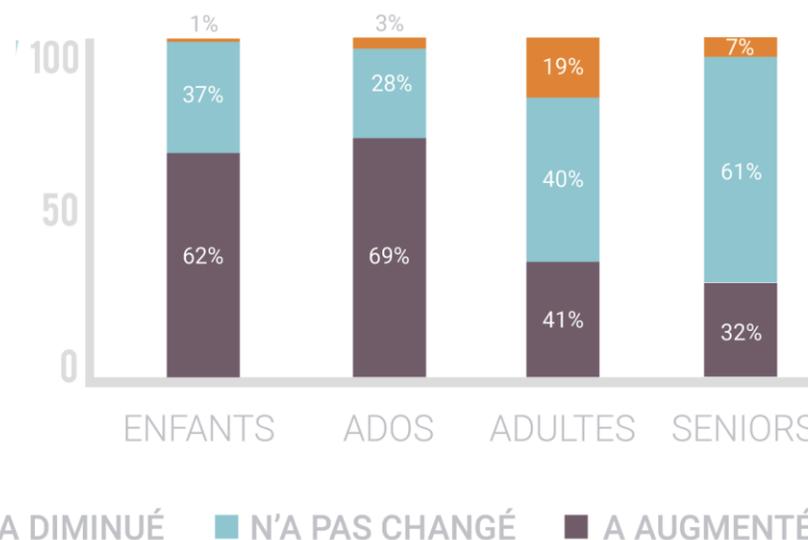


Près de 80% des jeunes  
ont un niveau SED à risque

ANSES 2020

## LE TEMPS D'ECRAN

Évolution du temps d'écran des Français pendant la période de confinement, par tranche d'âge.



# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

## Ravages de la sédentarité : « Bombe à retardement sanitaire »

- Remplacer 30min de SED quotidienne par 30min d'AP = réduction de 17% voire 35% la mortalité prématurée (si intensité élevée)

*Hansen et al. 2018*

**Proposition n°1 : campagne nationale de prévention, d'information et d'action sur la lutte contre la sédentarité**

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

## Grands axes :

- Ravages de la sédentarité
- **Bienfaits de l'activité physique**
  - **Prévention primaire**
  - **Préventions 2<sup>aire</sup> et 3<sup>aire</sup>**
- **Financement de la prévention en santé et paradoxe**
- Réseau de proximité : Maisons Sport-Santé

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

**Bienfaits de l'activité physique :** « *Bouger ce n'est pas simplement une bonne chose c'est vital !* »

➤ **Prévention primaire :**



30' D'ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
QUOTIDIENNE

20  
GÉNÉ-  
RATION  
24

PASS SPORT

**Proposition n°2 : mise en place de tests de la CP accessible à tous**

**Proposition n°3 : unification et priorisation des objectifs de prévention**

**Proposition n°4 : ancrage de l'EPS dans les apprentissages fondamentaux**

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

**Bienfaits de l'activité physique :** « *Bouger ce n'est pas simplement une bonne chose c'est vital !* »

➤ **Préventions 2<sup>aire</sup> et 3<sup>aire</sup> et financement : un paradoxe**

**Proposition n°5 : rendre la prescription de l'APA plus accessible**

**Proposition n°6 : augmenter la place de l'APA dans la formation initiale et continue des professionnels de santé**

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

## Grands axes :

- Ravages de la sédentarité
- Bienfaits de l'activité physique
  - Prévention primaire
  - Préventions 2<sup>aire</sup> et 3<sup>aire</sup>
- Financement de la prévention en santé et paradoxe
- Réseau de proximité : Maisons Sport-Santé

# 1 Rapport à l'Assemblée Nationale

Réseau de proximité : *Maisons Sport-Santé – Coordination de l'APA de type « Guichet unique »*



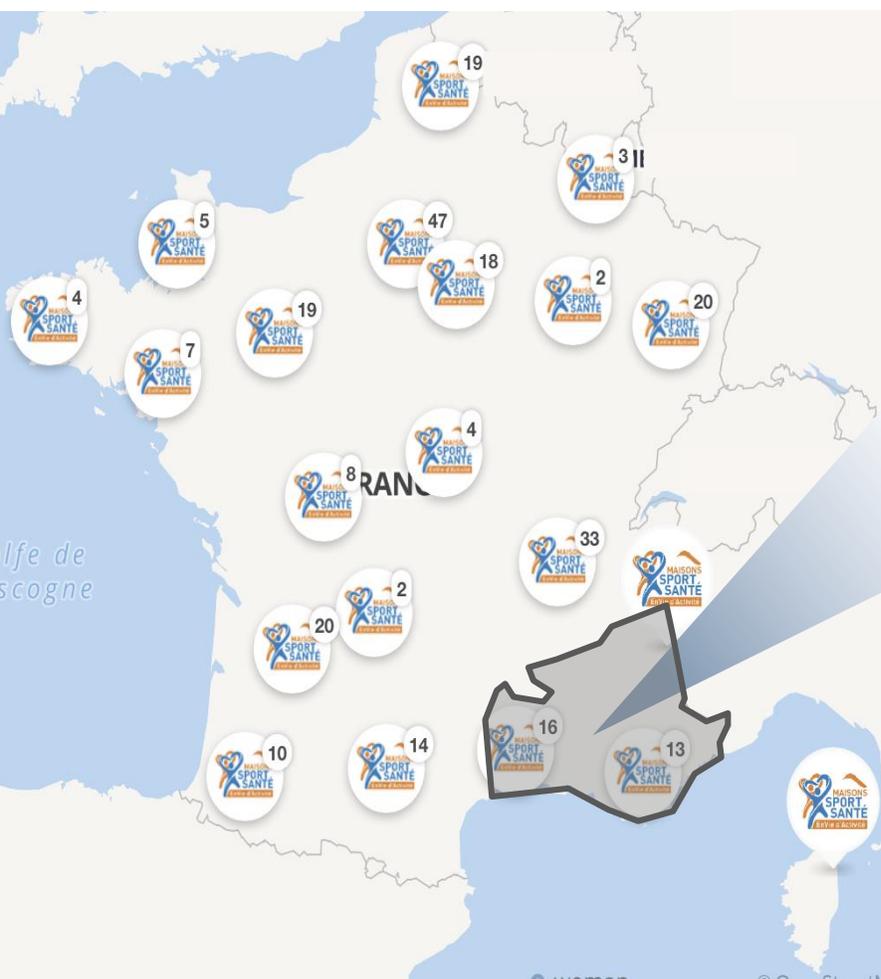
ACCUEILLIR

ÉVALUER

ORIENTER

**Proposition n°7 : préciser le rôle des maisons sport-santé et assurer leur pérennisation**

# Réseau de proximité : MSS sur la région PACA



Alpes de Haute-Provence	<b>MISS Provence Verdon</b>	<b>24 avenue des alpes, 04800 GRÉOUX LES BAINS</b>
	MSS Digne	La Source - 3 rue du Trelus 04000 DIGNE
	<b>MISS Cap'Verdon</b>	<b>1 rue du Mazeau, 04120 CASTELLANE</b>
Hautes Alpes	MSS St Bonnet	Avenue du 11 novembre, 05500 St-BONNET
	MSS Gapençoise	7 impasse de Bonne, 05000 GAP
	MSS Fondation E. Selzer	118 Rte de Grenoble, 05107 BRIANÇON
Alpes Maritimes	MSS Cami	Centre Antoine Lacassagne 33 avenue de Valombrose, 06100 NICE
	MSS Vitae Sport	SSR la maison du mineur 577 avenue Henri Giraud, 06140 VENCE
	<b>MSS Nice Acti Santé</b>	<b>Ville de Nice, Office Municipal des Seniors 19 Rue Gioffredo - 06000 NICE</b>
	MSS Antibes	Hôtel de Villes d'Antibes, Cours Masséna, 06600 ANTIBES
Bouches du Rhône	<b>MSS AP-HM</b>	<b>80 Rue Brochier, 13004 MARSEILLE</b>
	<b>MSS Miramas</b>	<b>11 rue Albert Camus 13140 MIRAMAS</b>
	MSS La Ciotat	Cabinet Médical, 3 traverse des pénitents, 13600 LA CIOTAT
	<b>MSS SMUC</b>	<b>65 avenue Clot Bey 13008 MARSEILLE</b>
	<b>MSS Provence en Forme</b>	<b>15 Place de la Joliette, 13004 MARSEILLE</b>
	<b>MISS 13</b>	<b>Stade Municipal, Chemin de Rastel, 13510 ÉGUILLES</b>
Var	<b>M3S UFOLEP</b>	<b>133 Bd Général Brosset, 83200 TOULON</b>
	MSS CCAS Cavalaire	32 Allée Galinière, 83240 Cavalaire-sur-Mer
Vaucluse	MSS Carpentras	861 avenue P. de Coubertin 84200 CARPENTRAS
	MSS Korian	Avenue Jean Henri Fabre 84200 CARPENTRAS
	<b>MSS Sport Lubéron</b>	<b>Provence Judo, Avenue des Druides 84400 APT</b>
	<b>MSS ASSER</b>	<b>546 Chemin des Ramières, 84700 SORGUES</b>

## **Jordan Guimera**

**Fonction : Interne en pédiatrie générale**

**Service de Pédiatrie Multidisciplinaire du Pr M. TSIMARATOS /  
Pr R. Reynaud- CHU - La Timone – Marseille**

**Co-investigateur : étude LOCOBÉSITÉ**

## **Anne-Sophie Richard**

**Cursus universitaire : Master STAPS mention APAS**

**Fonction : coordinatrice en APA**

**Maison Intercommunale Sport Santé 13, reconnue Maison Sport Santé en janvier 2020 par le Ministère chargé des Sports et le Ministère de la Santé**

## 2 **Activité physique post chirurgie bariatrique**



**Alice Bellicha**

**Fonction : MCU, Université Sorbonne Paris Nord, Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) UMR U1153 INSERM / U1125 INRAE / Cnam**

**Thématique de recherche : rôle des comportements nutritionnels (alimentation, activité physique), dans la prévention et le traitement de maladies chroniques**

**Cursus académique : sportive de haut niveau (tennis, 2002 à 2009), BTS Diététique, master 2 STAPS, doctorat en pathologie et recherche clinique (PhD)**