




S
P
O
R
T
/
S

Rubriques :

-  Pôle Sport Santé et Réseau Sport Santé Bien-Être p. 1
-  Promotion de la santé par le sport : bien manger, bien bouger p. 4
-  Protection de la santé des sportifs et lutte contre le dopage p.11

CHAMPAGNE-ARDENNE

N
T
E

Ce bulletin d'information est réalisé dans le cadre d'un partenariat :

- > Pôle Santé de la DRDJS
- > Pôle Sport Santé de Champagne-Ardenne (Antenne Médicale de Prévention du Dopage)
- > Réseau des comités d'éducation pour la santé de Champagne-Ardenne - CRES-CODES
- > Centre d'Information Régional sur les Drogues et les Dépendances de Champagne-Ardenne - CIRDD
- > Association Régionale de la Médecine du Sport de Champagne-Ardenne
- > Groupement Régional de Santé Publique de Champagne-Ardenne



Outils et actions de prévention

Selon le Code du Sport (article L.230-1), le Ministre chargé des sports par le biais des DRDJS, en liaison avec les autres Ministres et organismes intéressés, engage et coordonne les actions de prévention, de surveillance médicale, de recherche et d'éducation mises en œuvre avec le concours, notamment des Fédérations sportives agréées pour assurer la protection de la santé des sportifs et lutter contre le dopage. Les publics visés concernent les filières d'accès au sport de haut niveau, les sections sportives scolaires, les centres de formation, les associations sportives, ...

>> Le questionnaire de prévention

Afin d'évaluer les niveaux de connaissances des

publics cibles et d'adapter les contenus pédagogiques de l'action de prévention, il est apparu intéressant d'élaborer un outil d'évaluation sous la forme d'un questionnaire permettant de repérer les lacunes et les savoirs des différents bénéficiaires.

Ce questionnaire est composé de 20 questions qui s'orientent vers 4 grands axes que sont : les facteurs physiques et mentaux liés à la pratique des activités physiques et sportives, la récupération et la prévention du dopage.

Pour toute information :

DRDJS Pôle Santé

Valéry BOURGEOIS : 03 26 26 98 30

Mail : valery.bourgeois@jeunesse-sports.gouv.fr

Informations diverses

SE SONT DEROULES...

Pôle Sport-Santé (AMPD)/Pôle Santé (DRDJS) - Action de prévention toujours sur le thème des " bienfaits de la pratique sportive et des dangers des conduites addictives " .

>> Assises Marnaises du sport

Le CDOS de la Marne organisait le 17 mai 2008 au CREPS de REIMS, les assises du sport Marnais sur les thématiques suivantes : Fonction éducative et sociale du sport, sport de nature et sport santé.

>> Colloque " lutte contre le dopage "

La Ligue de Champagne-Ardenne d'Athlétisme a organisé le dimanche 7 septembre 2008 à Châlons en Champagne le colloque " lutte contre le dopage " .

>> 1er congrès commun SFMS&SFTS

Le premier congrès commun de la société française de médecine du sport et de la société française de traumatologie du sport s'est déroulé à PARIS (Roland Garros) les 25, 26 et 27 septembre 2008.

>> Journée bien manger - bien bouger

Organisée par l'ESFRA, la journée " bien manger - bien bouger " s'est déroulée le dimanche 21 septembre 2008 de 10h à 18h au Parc de Champagne à Reims.

>> Actions de prévention auprès du public scolaire

>> Le 31 mars 2008 : forum citoyen sur les bienfaits du sport et sport santé, nutrition au sein du Collège Professeur Nicaise à MAREUIL LE PORT - Dr Jean Pierre LAMIABLE

>> Les 29 et 30 avril 2008 : information auprès des étudiants en sciences sur la prévention du dopage (FRES) - Valéry BOURGEOIS

>> Actions de prévention auprès du public sportif

>> Le 17 avril 2008 : prévention des jeunes footballeurs du District Marne football au Collège Sacré Cœur (51) - Dr Jean Pierre LAMIABLE et Valéry BOURGEOIS

>> Le 22 mai 2008 : protection de la santé du sportif et prévention du dopage au Centre de Formation ESTAC (10) - Dr Jean Pierre LAMIABLE et Valéry BOURGEOIS

>> Les 14 et 15 mai 2008 : information sur le sport santé bien-être sur le site d'Arc en Barrois - Dr Jean Luc GRILLON

>> Actions de prévention auprès du public militaire

>> les 7 et 8 juin 2008 : portes ouvertes au Camp de Suippes (40ème R.A.) - Valéry BOURGEOIS - Dr Jean Luc GRILLON - Benoît VESSELLE - Dr Jean Pierre LAMIABLE

>> Colloques

>> le samedi 11 octobre 2008 : l'Association Régionale de Médecine du Sport de Champagne-Ardenne (ARMS) a organisé un colloque sur " l'enfant et le sport " au CREPS de REIMS.

>> Le Comité Régional de natation (FFN) et le Conseil Régional de Champagne-Ardenne ont orga-

nisé un colloque " nager-forme-santé " le samedi 25 octobre 2008 au CREPS de REIMS.

>> 1ère journée Auboise d'isocinétisme

Une 1ère journée de travail sur les activités physiques adaptées se déroulera le samedi 11 octobre 2008 au Centre Sportif de l'Aube, 5 rue Marie Curie à Troyes.

>> 26ème journée de traumatologie du sport de la Pitié-Salpêtrière.

Cette journée sera organisée par J. RODINEAU et S. BESCH le samedi 8 novembre 2008 sur le thème : la cheville traumatique des certitudes en traumatologie du sport ".

Formations

>> Médecine du sport

La capacité de médecine du sport sera organisée de façon conjointe entre REIMS - PARIS 6 et PARIS 13 durant l'année universitaire 2008 - 2009. Des cours seront dispensés à la Faculté de médecine de Reims, la faculté de médecine de PARIS 6 (site Pitié-Salpêtrière) et PARIS 13 (site de l'INSEP).

Inscriptions et renseignements auprès du professeur Jean Paul ESCHARD du CHU de Reims (03 26 78 43 73).

>> Formation de formateurs d'animateurs de

prévention des conduites dopantes au niveau régional

Le Ministère de la santé, de la jeunesse, des sports et de la vie associative met en œuvre cette formation. 4 personnes ont été désigné en Champagne-Ardenne : Dr Jean Pierre LAMIABLE - Dr Caroline NICAISE - Jean Paul MONCHABLON et Valéry BOURGEOIS.

Les personnes intéressées pour devenir animateur de prévention dans ces domaines peuvent contacter Valéry BOURGEOIS, Professeur de Sport à la DRDJS : 03 26 26 98 30

Mail : valery.bourgeois@jeunesse-sports.gouv.fr

Informations légales et réglementations

La nouvelle loi n° 2008-650 du 3 juillet 2008 relative à la lutte contre les trafics de produits dopants permet de sanctionner, notamment, tout sportifs

détenteurs de produits dopants, d'une peine de 5 ans de prison et de 75 000 € d'amende.

Ouvrages

>> VTT Rouler plus vite

Jean Paul STEPHAN ; 2008 ; ed. Désiris (www.désiris.com) : n° ISBN : 978-2-915418-24-8 Préface Julien ABSALON (champion olympique et multiple champion du monde).

Le livre alterne aspects théoriques et nombreux exemples de mises en œuvre pratiques pour pro-

gresser.

Il intègre un cadre éthique liant étroitement l'accès à la performance et préservation (voire l'amélioration) de la santé. Il évite toute démarche extrême (par exemple les régimes dans le domaine diététique ou les piqûres de fer pour soigner une anémie)

et prône au contraire un mode de vie sain en permanence, qui joue un rôle préventif de premier ordre. Les propositions sont le fruit de plus de dix ans de pratique du VTT et réflexions de haut niveau menées

conjointement. C'est le premier livre approfondi traitant de l'entraînement du vététiste paru en France (et sûrement dans le monde).

>> Présentation du Réseau Sport Santé Bien-Etre

Le Réseau Sport Santé Bien être a pour but de rendre possible la réalisation, pour toute personne sédentaire, porteuse ou non d'une pathologie chronique ou d'un handicap physique, mental ou social, d'une activité physique régulière, adaptée, sécurisante et progressive, facteur essentiel de la gestion active de son patrimoine santé par la réduction de la morbi-mortalité et l'amélioration de la qualité de vie.

Il repose sur une logique de complémentarité et de synergie des pratiques professionnelles. L'intérêt du réseau est de mettre en lien différents acteurs professionnels autour des patients dans le cadre d'une éducation à l'activité physique adaptée. Son mode d'organisation repose sur le partenariat et l'échange.

Sa coordination et son pilotage sont non hiérarchisés et veillent à l'intérêt collectif, c'est à dire l'intérêt des patients (qualité de soins, de la circulation de l'information et de la formation).

>> Ce réseau :

>> S'appuie sur différentes dynamiques institutionnelles et territoriales (Plan Régional de Santé Publique, Schéma régionaux d'organisation sanitaire, médico-sociaux, Programme de l'assurance maladie, actions de qualité et de coordination des soins de la Mission Régionale de Santé,...), et sur les activités des professionnels des différents champs sanitaire, médico-social et social.

>> Permet une prise en charge coordonnée des patients (décloisonnement entre le sanitaire, le médico-social et le social), sans rupture entre la prévention, le dépistage et la prise en charge effective.

>> S'articule avec les différents réseaux de santé thématiques ou populationnels de l'ensemble des territoires d'une région.

>> Fait le lien entre les professionnels des structures sanitaires et médico-sociales, les associations sportives avec offres d'activités adaptées et les associations familiales, de malades ou de handicapés.

>> Les objectifs du réseau

>> **Fédérer et coordonner les acteurs du projet** (institutionnels, professionnels de la santé, du sport, de l'éducation, de l'enseignement supérieur et de la recherche, les associations, les établissements de santé, médico-sociaux et sociaux, les collectivités territoriales) à partir de leur acceptation volontaire des règles de déontologie et de fonctionnement du réseau (charte d'engagement, convention constitutive, bulletin d'adhésion professionnels et patients, référentiels de pratique et protocoles).

>> **Elaborer et expérimenter des outils collaboratifs** : système d'information partagé, référentiels de pratiques et protocoles utilisés dans le réseau et visant à améliorer la prise en charge thérapeutique et éducative (dans une logique de complémentarité et de synergie des pratiques professionnelles), dans le cadre d'une éducation à l'activité physique adaptée.

>> **Proposer un parcours de soins coordonné** : prise en charge initiée par le médecin généraliste ou le spécialiste, à partir notamment de l'évaluation des facteurs de risque cardio-vasculaire, puis poursuivie dans le champ de l'éducation du patient (entretien médico-sportif, counselling, cycle éducatif) et maintenue par l'accompagnement des sujets (en fonction de leur pathologie) vers des structures adaptées et identifiées (label) de proximité. Ce parcours s'appuie sur les communautés de santé orientées vers le " sport-santé " (services, centres, maisons ou pôles de santé, centres de médecine du sport, officines,...) et sur les projets territoriaux de santé (coordination locale de actions de prévention).

>> **Mettre en place des formations complémentaires pour les professionnels de la santé et du sport.**

>> **Favoriser l'accessibilité aux offres d'activités physiques adaptées pour les publics qui en sont les plus éloignés (précarité, handicap).**

Informations légales et réglementations

>> Le Ministre de l'Agriculture s'engage pour une meilleure alimentation

Le ministère de l'Agriculture et de la Pêche a présenté le 25 septembre 2008 un nouveau plan d'action "pour une politique de l'offre alimentaire sûre, diversifiée et durable". Le dispositif comporte cinq chantiers prioritaires :

>> mieux garantir la sécurité des produits importés et leur conformité avec les normes européennes ;

>> promouvoir la diversité des produits sous le signe de la qualité ou de l'origine avec, notamment, pour objectif de servir 20 % de produits biologiques dans les services de restauration de l'administration en 2012 ;

>> améliorer l'accessibilité aux fruits et légumes (avec deux actions concrètes : "un fruit pour la récré" et "un fruit pour les loisirs") ;

>> améliorer l'offre alimentaire en restauration collective ;

>> subvenir à l'alimentation des populations les plus démunies.

Voir le dossier de presse du 25 septembre 2008 :

http://www.premier-ministre.gouv.fr/chantiers/agriculture_861/lancement_un_plan_pour_61134.html

>> Première signature d'une charte d'engagements de progrès nutritionnel

Le 26 février 2007 un " référentiel type pour des chartes d'engagements volontaires de progrès nutritionnel " avait été rendu public. Il incite les acteurs du secteur alimentaire, sur une base volontaire, à signer avec l'Etat des engagements de progrès sur des objectifs clairs, précis, datés et contrôlables. Un comité d'experts reçoit les propositions, les analyse au regard du référentiel afin d'estimer leur conformité au référentiel.

www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/nutrition/actions.htm , point 4.8.3.1

>> " Circulaire n°2008-090 - Circulaire n°2008-229 du 11 juillet 2008. Santé des maîtres et des élèves. Interdiction de la consommation des boissons énergisantes dans les établissements scolaires " .

Par le Ministère de l'éducation nationale.
Bulletin Officiel, n°31, 31 juillet 2008.

<http://www.education.gouv.fr/bo/2008/31/MENE0800540C.htm>

>> La pratique sportive des enfants d'âge scolaire

Xavier Darcos et Bernard Laporte, secrétaire d'Etat chargé des sports, ont présenté au Conseil des ministres du 5 mars 2008 leur plan pour développer le sport à l'école. A l'école primaire, l'horaire d'éducation physique et sportive sera porté, dès la rentrée 2008, de 3 heures à 4 heures par semaine. Au collège, le coefficient de l'éducation physique et sportive au diplôme national du brevet sera augmenté.

http://www.premier-ministre.gouv.fr/acteurs/gouvernement/conseils_ministres_35

>> L'activité physique est-elle une réalité pour tous ?

Dans ce communiqué de presse daté du 9 mai 2008, l'OMS évoque le problème des inégalités sociales en matière d'activité physique en Europe.

http://www.euro.who.int/mediacentre/PR/2008/20080508_1?language=French

Sites Internet

>> www.ville.activepnns.fr

Ce site, dont la conception et l'animation ont été confiées à l'association Défi Santé Nutrition, permettra de mettre en ligne les projets menés par les municipalités.

La base ainsi constituée pourra être interrogée sur critères (taille de l'agglomération, population du projet, objectifs, partenaires, évaluation...). Un comité scientifique est chargé d'une analyse de ces projets.

Le but est de faciliter le dialogue direct entre les villes afin d'améliorer sans cesse la qualité des actions mises en oeuvre dans le cadre du réseau des villes actives du PNNS. Pour cela, les coordonnées des référents PNNS seront disponibles. Un accès spécifique par codes sera réservé aux villes signataires de la charte. Une ouverture aux départements actifs du PNNS sera très rapidement mise en place.

>> www.mangerbouger.fr : nouveau design, nouvelles informations

Référence en matière d'informations nutritionnelles pour le grand-public, www.mangerbouger.fr évolue. Désormais, de nouvelles rubriques apportent des informations pratiques, pour passer à l'acte et appliquer au quotidien les recommandations du PNNS. Chacun (adolescents, parents, seniors, femmes enceintes...) y trouve les réponses aux questions qu'il se pose sur la nutrition et les moyens d'agir.

>> www.afssa.fr : Mise en ligne de la table de composition nutritionnelle des aliments du ciqual

Le Centre d'information sur la qualité des aliments

(CIQUAL) a pour mission, au sein de l'AFSSA, de collecter, évaluer et rendre disponible des données de composition nutritionnelle des aliments consommés en France.

Il vient de mettre en ligne la composition nutritionnelle de plus de 1300 aliments. Les fiches nutritionnelles fournissent les teneurs en 42 constituants (énergie, nutriments majeurs, classes d'acides gras, vitamines liposolubles et hydrosolubles, minéraux).

Une recherche par aliment est actuellement disponible et une recherche par constituant est en cours de développement.

Consultez la table de composition :

<http://www.afssa.fr/TableCIQUAL/index.htm>

>> <http://www.lepointsurlatable.fr/> : nouveau site sur l'alimentation

Le Point sur la table est une initiative de l'association de consommateurs CLCV afin d'apporter aux consommateurs un éclairage sur l'alimentation sous forme d'apports de connaissances et d'échanges entre internautes.

>> www.reactivite.net

La Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports et la Fédération Rhône-Alpes d'Education pour la Santé ont développé un site intitulé "Réactivité". Ce site constitue pour les éducateurs, animateurs, enseignants, soignants, associations et collectivités territoriales un outil au service du développement d'actions de promotion de l'activité physique auprès des jeunes et plus particulièrement auprès des jeunes sédentaires ou en surpoids.

Revue

>> L'activité des enfants : Déclarations des parents et des enfants.

Par SITHOLE F, VEUGELERS P J.

Statistique Canada, Rapports sur la santé, vol. 19, n° 3, septembre 2008, 7 p.

Les résultats de cette étude montre la concordance

entre les déclarations de 3 958 paires parent-enfant est faible à passable. Comparativement aux enfants de poids normal, ceux ayant de l'embonpoint ou étant obèses ont déclaré un niveau plus élevé de participation à des sports organisés et libres et un nombre plus faible d'heures passées devant la télévision que ce que ne le percevaient leurs parents.

Contrairement aux autodéclarations des enfants, les déclarations des parents révèlent une association statistiquement significative entre les activités de l'enfant et le poids corporel. D'après ces résultats, les déclarations des parents semblent fournir une évaluation plus exacte des niveaux d'activité des enfants de moins de 12 ans.

<http://www.statcan.ca/francais/freepub/82-003-XIF/2008003/article/10662-fr.pdf>

>> Description et incidence des recours aux urgences pour accidents de sport, en France. Enquête permanente sur les accidents de la vie courante, 2004-2005

Par RICARD Cécile, RIGOU Annabel, THELOT Bertrand.

Bulletin Épidémiologique Hebdomadaire, n°33, 2 septembre 2008, pages 5-7.

http://www.invs.sante.fr/beh/2008/33/beh_33_2008.pdf

>> Épidémiologie de l'activité physique appliquée aux enfants et adolescents français : barrières et possibilités

Par Dupont G., Guinhouya B.-C. et Hubert H.
Pratiques et organisation des soins, vol.39, n° 2, avril-juin 2008, 8 pages.

L'objectif de cette étude est de proposer une synthèse qualitative des connaissances sur l'épidémiologie de l'activité physique appliquée aux enfants et adolescents en France.



http://www.ameli.fr/fileadmin/user_upload/documents/Activite_physique chez les enfants.pdf

>> L'activité physique avec plaisir !!!

Par GOURDOL Jean-Pierre
Rhône écho santé, n° 37, mai 2008.

L'inadaptation des rythmes de vie, en particulier en ce qui concerne l'alimentation et l'activité physique, constitue un facteur d'obésité. Si aujourd'hui on

entend : "mangez mieux" et "la santé vient en mangeant", on en est resté au "bougez plus" sans qu'un quelconque bénéfice en terme de plaisir y soit associé... ce qui n'incite guère à faire ses 30 minutes de marche rapide par jour ! Les campagnes pour l'activité physique sont essentiellement centrées sur le mouvement et l'exercice comme dépense d'énergie. Le temps est venu de renouveler le regard porté sur l'activité physique et d'y associer systématiquement plaisir, sociabilité, bien-être, expression de son identité ... tout en veillant à son accessibilité pour tous !

>> http://www.adesr.asso.fr/PDF/RES_37.pdf

>> Promotion de la santé des tout-petits par l'activité physique : intérêts et obstacles

Par LAURE P., LELEU E., MAGNIN G.
Santé publique, vol. 20, n°3, mai-juin 2008, pp. 239 à 248

L'objectif de cette étude est de comprendre pourquoi les " tout-petits " ne sont pas, ou très peu, concernés par la promotion de l'activité physique à des fins de santé. L'étude porte sur les jeunes enfants âgés de 0 à 6 ans et les structures les accueillant. Elle s'appuie sur une revue de la littérature et une enquête par questionnaire auprès des structures d'accueil. Peu d'études concernent ce thème. La majorité des enfants n'atteint pas la durée d'activité proposée par les recommandations, soit au moins 60 minutes par jour, et dépasse la durée d'inactivité, soit plus de 60 minutes consécutives par jour. Notre enquête fait émerger deux obstacles à la promotion des activités physiques du tout-petit : le manque de formation et les représentations des parents et professionnels. Un effort d'information devrait être fourni en direction des jeunes parents et des professionnels de la santé, du sport et de l'accueil de la petite enfance.

>> Anorexie, boulimie : Prévenir, éduquer, soigner.

Par VENISSE J-L (dir.), NOEL G (dir.), FERRON C (dir.).

La santé de l'Homme, n° 394, mars-avril 2008. Comment prendre en charge au mieux l'anorexie ? Peut-on faire de l'éducation pour la santé pour prévenir les troubles du comportement alimentaire ? Ce dossier central rassemble les contributions de 15 experts ; il présente l'état des connaissances



scientifiques, les pratiques innovantes mises en œuvre, le travail en réseau. Avec des témoignages de familles et d'adolescentes anorexiques. Egalement au sommaire : la prévention du suicide, les Etats généraux de l'alcool, la promotion de la santé en Afrique, une enquête sur les

accidents de sports. Et une étude sur l'éducation à la sexualité.

Communiqué de presse :

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/articles/394/cp.htm>

<http://www.inpes.sante.fr/index.asp?page=SLH/sommaires/394.htm> (une partie des articles de ce dossier sont disponibles en texte intégral)

Ouvrages

>> Prévention de l'obésité : la mission parlementaire rend ses conclusions

La mission parlementaire d'information sur la prévention de l'obésité, présidée par Valérie Boyer, a rendu son rapport le 30 septembre dernier et propose 83 mesures pour lutter contre l'obésité.

<http://www.assemblee-nationale.fr/13/rap-info/ill31.asp>

>> Influence de la pratique physique sur la qualité de vie en prison: de l'utilisation des activités physiques et sportives comme stratégie d'ajustement spécifique

Par VERDOT Charlotte - CRIS - Centre de Recherche et d'Innovation sur le Sport Université Claude Bernard - Lyon I (26/06/2008), thèse, 371 p.

L'objectif de ce travail était d'étudier l'influence d'une pratique physique régulière sur la qualité de vie de personnes incarcérées. Au regard des difficultés sanitaires présentes en détention, les activités physiques et sportives (APS) ont été envisagées, dans le cadre du modèle intégratif et multifactoriel en psychologie de la santé, comme une stratégie d'ajustement particulière permettant aux sujets de pouvoir faire face efficacement à la situation. Quinze détenus ont suivi un programme physique spécifique durant 22 semaines et onze détenus ont constitué un groupe " contrôle ". Les données ont été obtenues par des questionnaires psychologiques, des tests physiques et une collecte d'impressions subjectives. Les analyses, réalisées par le modèle linéaire à effets-mixtes, mettent en évidence des bénéfices sanitaires issus de la pratique physique et témoignent d'un apport des APS quant à la qualité de vie des participants (bien-être psychologique, santé subjective).

<http://tel.archives-ouvertes.fr/tel-00312044/fr/>

>> Etude MONA LISA - Présentation des premiers résultats

L'étude MONA LISA (MOnitoring NATional du RiSque Artériel), réalisée entre 2005 et 2007, pilotée par l'Institut Pasteur de Lille, l'Université Louis Pasteur de Strasbourg et une unité INSERM de Toulouse a pour objectif d'évaluer les principaux facteurs de risque cardiovasculaire (obésité, diabète, lipides, tabac, hypertension artérielle) sur 3 territoires (Bas-Rhin, Haute-Garonne, Communauté urbaine de Lille). Selon cette étude, incluant 4800 personnes de 35 à 74 ans, deux tiers des hommes et la moitié des femmes présentent une surcharge pondérale ou une obésité.

Voir le dossier de presse :

http://www.pasteur-lille.fr/fr/accueil/actualites/dossier_presse_monalisa.pdf

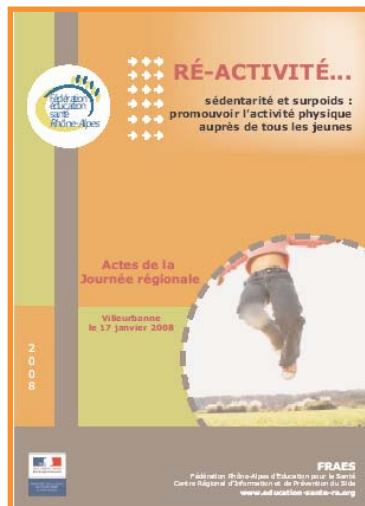
>> Etude sur le développement précoce de l'obésité

Dans le cadre de l'étude Fleurbaix-Laventie Ville Santé II, des chercheurs de l'unité Inserm 780 "Recherche en épidémiologie et biostatistique", coordonnés par Marie-Aline Charles, montrent qu'il existe des périodes critiques dans la petite enfance : les premiers mois de vie, puis après 3 ans.

Communiqué de presse de l'Inserm, du 11 juin 2008: http://www.inserm.fr/fr/presse/communiques/botton_110608.html

>> **RÉ-ACTIVITÉ ... sédentarité et surpoids : Promouvoir l'activité physique auprès de tous les jeunes**

Par la Fédération Rhône-Alpes D'éducation Pour La Santé, Direction Régionale Et Départementale De La Jeunesse Et Des Sports.
Lyon : FRAES, 2008, 99 p.



Cette publication constitue les actes de la journée RÉ-ACTIVITÉ...sédentarité et surpoids : Promouvoir l'activité physique auprès de tous les jeunes qui s'est déroulée à Villeurbanne le 17 janvier 2008.

<http://www.craes-crips.org/publications/2008/actes-reactivite.pdf>

tarité, autre dimension du comportement dont on sait que, à l'inverse de l'activité physique, elle a un effet défavorable sur l'état de santé. Ces résultats sur l'activité physique et la sédentarité seront analysés, notamment en relation avec la corpulence des individus.

http://www.inpes.sante.fr/Barometres/BS2005/pdf/BS2005_Activite_physique.pdf

>> **Activité physique et la santé osseuse. Avis du Comité scientifique de Kino-Québec**

Par Ministère de l'éducation, du loisir et du sport Québec, 2008, 42 pages.
>>><http://www.kino-quebec.qc.ca/publications/santeosseuse.pdf>

>> **Description et incidence des accidents de sport. Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005**

Par Ricard C, Rigou A, Thélot B. Réseau Epac Saint-Maurice (Fra) : Institut de veille sanitaire, décembre 2007, 18 p.

Les accidents de sports sont un sous-ensemble des accidents de la vie courante (AcVC). À eux seuls, ils sont à l'origine de près de 20 % des AcVC avec recours aux urgences, soit environ 900 000 chaque année. La connaissance de leur nombre, des circonstances de survenue et des facteurs de risque constitue le fondement des actions de prévention.

Les premiers résultats descriptifs détaillés d'accidents par sport et par caractéristiques de survenue, établis à partir des données collectées dans le cadre de l'Enquête permanente sur les accidents de la vie courante (Epac) en 2004 et 2005, sont présentés dans ce rapport.

Epac repose sur l'enregistrement des recours aux urgences pour AcVC dans certains hôpitaux en France. Les données sont collectées de façon exhaustive par des personnes formées au recueil. Des analyses de qualité sont effectuées au moins une fois par an dans chaque hôpital participant afin de garantir la qualité, l'exhaustivité et la fiabilité du recueil.

À partir de ces données, le taux d'incidence (TI) des accidents de sport a été estimé à 15,1 pour mille personnes, 22,0 pour mille hommes et 8,6 pour mille femmes.

>> **Activité physique : Entre sport et sédentarité.**

Baromètre santé 2005 : Attitudes et comportements de santé.

Par ESCALON H, VUILLEMON A, ERPELDING M-L, OPPERT J-M.
Saint-Denis : INPES, 2008, pp. 241-266.



L'objet de ce chapitre est d'analyser la pratique d'activités physiques, sportives et les activités sédentaires des Français âgés de 15 à 74 ans. Dans une première partie, des éléments d'information descriptifs, mais aussi issus d'analyses multivariées, seront fournis sur la pratique d'une activité physique favorable à la santé. La pratique plus spécifique d'activités sportives et son évolution depuis le précédent Baromètre santé 2000 seront aussi analysés. Enfin, des résultats seront fournis sur la séden-

Ces TI correspondent en effectif à 910 000 accidents de sport chaque année en France, 640 000 hommes et 270 000 femmes. Les accidents de sport concernaient donc surtout les hommes (sex-ratio 2,3).

Les sports les plus fréquents au moment de l'accident sont les sports d'équipe (en particulier le football), l'équitation et les sports d'hiver. Les caractéristiques des accidentés et les conséquences des accidents sont variables selon les sports.

Ces résultats donnent un premier panorama des traumatismes accidentels lors de la pratique sportive. Les neufs services d'urgences participant à Epac représentent une petite partie des urgences en

France et l'hétérogénéité des recours hospitaliers affaiblit les possibilités de généralisation de ces résultats.

D'autres études restent à mener pour documenter les éléments qui ne sont pas disponibles dans Epac : encadrement, gravité des accidents, survenue de séquelles, fréquence de survenue selon la pratique, le niveau, le sport et le nombre de licenciés.

http://www.invs.sante.fr/publications/2008/accidents_sports/RAPP_SCI_Accidents_de_sports_Web.pdf

Outils d'information

>> Le disque de l'alimentation

Par la Société Suisse de Nutrition
Berne : 2008

Ce disque de l'alimentation présente de manière synthétique les principes d'une alimentation saine pour les enfants de 5 à 12 ans.

http://www.sge-ssn.ch/f/ecole/materiel_didactique/disque_alimentation/documents/feuille_info_disque_alimentaire.pdf

>> Repères de consommation. Conseils et informations sur les comportements alimentaires

Par l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments - AFSSA, février 2008.

Fiches à télécharger :

" Prêférons le petit-déjeuner à la collation matinale " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-CollationMat.pdf>

" Où sont les fibres ? " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-Fibres.pdf>

" Fruits : on en mange un peu plus ! " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-Fruits.pdf>

" Le pain dans tous ses états " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-Pain.pdf>

" La pomme de terre par le menu " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-Patate.pdf>

" Réfrigérateur : quatre conseils à retenir " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-Refrigerateur.pdf>

" Nos plats ne manquent pas de sel ! " :
<http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-SelPlats.pdf>

>> Bien manger avec le Guide alimentaire canadien

Par le Ministère canadien de la santé
Ottawa : 2007, 4 p.

Le Guide alimentaire canadien, récemment mis à jour, a été traduit en 10 langues supplémentaires : arabe, chinois, farsi (persan), coréen, punjabi, russe, espagnol, tagalog, tamoul et ourdou.

http://www.hc-sc.gc.ca/ahc-asc/media/nrcp/2008/2008_62_f.html

http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/order-commander/guide_transtrad_f.html#2

>> Les Féculents, un plaisir à chaque repas Au moins 5 fruits et légumes par jour sans effort

Par l'INPES et le PNNS



Saint-Denis, 2008, 8 p.

Deux dépliants, de 8 pages, sous forme de fiches conseils ludiques et illustrées donnent des idées pratiques pour cuisiner et varier les fruits, légumes et féculents.

Ils répondent aux principales questions et font le point sur les idées reçues.



http://www.inpes.sante.fr/3000/pdf/0806_nutrition/feculents/.pdf

http://www.inpes.sante.fr/3000/pdf/0806_nutrition/fruits_legumes/.pdf

>> **Allaiter : Pour bien démarrer dans la vie.**

Par la Fondation suisse pour la promotion de l'allaitement maternel.

Zürich, 2008, 39 p.

La grossesse, l'accouchement et l'allaitement sont des étapes totalement nouvelles pour certaines femmes, ce dépliant apporte donc quelques informations théoriques et pratiques sur ces moments privilégiés pendant lesquels elles vivent intensément leur rôle de femme et de future mère. Cette brochure a été élaborée par la Fondation suisse pour la Promotion de l'Allaitement maternel en collaboration avec les organisations qui y sont représentées informe et rappelle que l'allaitement est un geste tout à fait naturel, le corps s'y prépare d'ailleurs de lui-même dès la grossesse. S'il est facile d'apprendre à allaiter, il faut savoir que de petits détails peuvent rendre l'allaitement très pénible. Afin d'éviter cela, les éléments essentiels à connaître au sujet de l'allaitement sont résumés dans ce document.

http://www.allaiter.ch/downloads/bro_stillen/Still_broschuere_franzoesisch.pdf

>> **Bien manger pour bien bouger**



Par Nutrition, prévention et santé des enfants et adolescents en Aquitaine

Bordeaux, 2008

Parution d'une nouvelle affiche dans le cadre du programme "Nutrition, prévention et santé des enfants et adolescents en Aquitaine".

http://www.educationsante-aquitaine.fr/pub/actus3/25_bien-manger-pour-bien-bouge.jpg

Outils de prévention

>> **Photo-Alimentation Outil d'intervention en Education pour la santé**

Par le Codes de Charente Maritime, le CRES Poitou-Charente, Dalhousie University et l'Institut Pasteur.

Photo-Alimentation est un outil d'intervention en Education nutritionnelle. Ce support d'animation est composé d'un livret d'accompagnement et de 55 photographies.

visualiser le guide d'animation : <http://ddata.over-blog.com/xxxxyy/0/40/54/12/photo-alimentation-LIVRET.pdf>

visualiser les photographies : <http://ddata.over-blog.com/xxxxyy/0/40/54/12/photo-alimentation-PHOTOS.pdf>

>> **Vinz et Lou mettent les pieds dans le plat**

Par Tralalère avec l'aide du ministère de l'agriculture et de la pêche et d'AgroParisTech

Se nourrir c'est se construire ! Bonnes ou mauvaises, les habitudes alimentaires s'acquièrent dès le plus jeune âge et elles influent sur la santé. Prochainement diffusés sur M6, cette série de 14 dessins animés propose de sensibiliser les 7 à 12 ans aux questions alimentaires, propose de développer

l'intelligence alimentaire des 7 à 12 ans en s'amusant. Découvrez en exclusivité les trois premiers épisodes à partir du 15 septembre 2008.

plus d'informations :

<http://agriculture.gouv.fr/sections/magazine/dossiers/alimentation-s-informer/vinz-lou-mettent-pieds/>

>> **KIDZ-BOX. 25 jeux et astuces pour bouger et se nourrir en s'amusant. Informations pour les enseignants**

Par Promotion Santé Suisse Guide d'animation, 2008, 32 pages.

La Kidz-Box se compose de

25 cartes, grâce auxquelles les enfants peuvent, en bougeant, se transformer soit en cheval, en Spiderman, en avion ou en d'autres choses encore. La boîte contient 16 cartes "mouvement", 4 cartes "jeux" et 5 cartes "alimentation", qui abordent les différents domaines de la réduction de poids. Il s'agit de suggestions permettant d'envisager une forme ludique de faire de l'exercice et de s'alimenter au quotidien, de conseils pour mieux se nourrir et d'indications relatives à des jeux à la fois amusants et favorisant l'activité physique.

http://www.promotionsante.ch/common/files/gesundes_koerpergewicht/kidz_box/info_lehrpersonen/Informationen_Lehrkraefte_fr.pdf



Sites Internet

>> Site de l'AMA : Agence Mondiale Anti-Dopage



>> Liste des interdictions 2009 (entrera en vigueur le 1er janvier 2009)
[http://www.wada-ama.org/rtecontent/document/2009 Liste interdictions FRA Final 20 09 08.pdf](http://www.wada-ama.org/rtecontent/document/2009%20Liste%20interdictions%20FRA%20Final%2009%2008.pdf)

>> Programme de surveillance 2009

Le Code mondial antidopage (article 4.5) stipule que : "L'AMA, en consultation avec les signataires et les gouvernements, établira un programme de surveillance portant sur des substances ne figurant pas dans la Liste des interdictions, mais qu'elle souhaite néanmoins suivre pour pouvoir en déterminer la prévalence d'usage dans le sport."
Substances concernés pour 2009 :
[http://www.wada-ama.org/rtecontent/document/Monitoring Program 2009 FRA 20 09 08.pdf](http://www.wada-ama.org/rtecontent/document/Monitoring%20Program%202009%20FRA%2009%2008.pdf)

>> SITE DE L'AFLD



>> 23-10-08

Rapport d'activité 2007
[http://www.afld.fr/docs/actu70 AFLDRAP07BD.pdf](http://www.afld.fr/docs/actu70_AFLDRAP07BD.pdf)

>> 15-10-08

Bilan des contrôles effectués lors du Tour de France 2008
http://www.afld.fr/docs/actu68_bilanTourdefrance.pdf

>> 10-09-08

Bilan des contrôles effectués dans le cadre de la préparation olympique et paralympique
http://www.afld.fr/docs/actu62_BilandescontroleseffectuessurlaPOP.pdf

>> 15-07-08

Mise au point : utilisation des glucocorticoïdes chez le sportif atteint de pathologies traumatiques, allergiques, infectieuses ou cutanées : état des lieux et conduite à tenir
http://www.afld.fr/docs/actu59_MAP_3.pdf

>> 04-07-08

Publication de la loi n° 2008-650 du 3 juillet 2008 relative à la lutte contre le trafic de produits dopants
La loi n° 2008-650 du 3 juillet 2008 relative à la lutte contre le trafic de produits dopants a été publiée au Journal officiel du 4 juillet 2008.
http://www.afld.fr/docs/actu57_loitrafic.pdf

Ouvrages

>> Code du sport - Edition 2009,

4e édition

Paris, Dalloz, 1508 pages - Parution : 08/2008

L'édition 2009 du Code du sport présente pour la première fois la codification officielle complète de la matière, issue de l'ordonnance du 23 mai 2006 et des décrets du 24 juillet 2007 pour les parties législative et réglementaire, et achevée avec l'arrêté du 28 février 2008 relatif à la partie " Arrêtés ".
L'ensemble du code est enrichi



d'annotations de jurisprudence et d'un commentaire explicatif.

Les textes non codifiés qui forment un complément logique nécessaire à la compréhension de la matière sont classés dans des rubriques alphabétiques d'un Appendice au code proprement dit.

» » **Recommandations de la Société Française de Nutrition du Sport sur la consommation de boissons énergisantes chez le sportif**, Juin 2008, 18 pages

Les boissons énergisantes étant de plus en plus prises des sportifs, la Société Française de Nutrition du Sport (SFNS) s'est préoccupée de faire un point sur les effets potentiels, bénéfiques ou négatifs, de ces produits par rapport aux informations données sur les apports en performance et santé à en attendre.

Le Comité Scientifique a rédigé un document, fixant leur niveau de toxicité réelle et délimitant d'autre part la position de la SFNS vis-à-vis de l'usage de ces boissons lors d'une pratique physique (avant, pendant et après). L'objectif est d'apporter une information éclairée et des recommandations pratiques de consommation chez les sportifs. Il apparaît globalement des toxicités potentielles de ce type de boissons, en particulier en usage excessif, pourront le rendre inadapté dans le milieu sportif.

Télécharger le rapport : <http://www.nutritiondusport.fr/pdf/boissons-energisantes-SFNS-juin-2008.pdf>

» » **De l'évaluation des conduites dopantes à l'éducation à la santé par le sport / CONRAIRIE**, Christophe

Thèse en Sciences de l'Education, Université de Toulouse 2 - Le Mirail, 2006

Le dopage est un objet qui se prête à la controverse car sa définition est insatisfaisante pour nombre de médecins ou éducateurs en charge du mouvement sportif. C'est cet état de fait qui fournit la possibilité de considérer le dopage autrement : une conduite dopante. Cette dernière, selon Patrick Laure, (2000) se définit " par la consommation d'un produit pour affronter ou surmonter un obstacle réel ou ressenti par l'usager ou par son entourage dans un but de performance ". Dans une perspective d'éducation à la santé par le sport, se pose alors la question du risque et de son évaluation. L'utilisation de l'homéopathie ou du cannabis pour gérer le stress d'un examen, d'un concours ou d'une compétition ne relève pas d'un même comportement sans toutefois diverger dans son but de performance scolaire, professionnelle ou sportive. Ainsi, loin des affaires médiatiques du sport de haut niveau, l'auteur

privilégie l'approche locale pour évaluer les risques liés à la mise en oeuvre de conduites dopantes dans la pratique sportive. Quelles sont les représentations des conduites dopantes et du dopage, comment modéliser l'opinion des éducateurs de terrain à ce propos ? Quels sont les facteurs de protection ou de fragilisation repérés dans la pratique sportive à l'égard de ce type de conduites ? Comment aborder la pratique d'un sport dans la contradiction du dopage (efficacité / danger, triche) ? Les jeunes ont-ils les mêmes représentations et les mêmes valeurs que leurs éducateurs ? Autant de questions qui sont explorées par le recours à une méthodologie novatrice basée sur la logique floue, ainsi que par l'analyse des réponses aux questionnaires qui ont été soumis à 100 éducateurs et à 450 jeunes sportifs aveyronnais. Cette enquête de terrain est basée sur l'hypothèse directrice que c'est dans les pratiques du quotidien que les germes du dopage prennent corps. En d'autres termes, certaines conduites d'entraînement et de préparation à la compétition seraient des conduites dopantes qui dessinent dans un futur sportif, les conditions de possibilité du dopage au sens commun et normatif. Dans un deuxième temps les opinions concernant des facteurs de risque et des facteurs de protection concernant le dopage ont été recueillies. Les trois questionnaires (conduites, facteurs protection et fragilisation) sont traités selon la méthodologie des sous-ensembles flous. Les analyses du questionnaire "compatibilité avec le concept de dopage" montrent une représentation structurée autour de cinq facteurs gradués selon la nature des produits et leur condition d'accès. La gestion de la professionnalisation et la "charge de travail" représentent les facteurs estimés fortement fragilisant et le facteur de protection majeur réside dans les valeurs familiales : "L'individu et ses valeurs morales contre le système" Au-delà d'une mesure du risque, cette évaluation met en perspective des enjeux de formation, de pratique et de politique sportive non négligeables lorsque 80 % des jeunes pratiquent une activité sportive...(d'après le résumé de l'auteur)

<http://www.inrp.fr/vst/Recherches/DetailThese.php?parent=accueil&tthese=629>

>> Dopage, santé des sportifs professionnels et protection des données médicales

Flueckiger, Christian

Zurich, Schulthess/Bruylant/LGDJ, octobre 2008, 338 p.

Les atteintes à la personnalité des sportifs causées par des traitements de données sont fréquentes, mais elles ne sont que peu combattues vigoureusement. Cet ouvrage commence par un commentaire détaillé des principales règles applicables protégeant les données sensibles des employés sportifs et non sportifs. Il poursuit par l'examen de leur mise en oeuvre et de leur efficacité dans le cadre du rapport de travail établi entre les employeurs (équipes) d'une part et les cyclistes ou les footballeurs d'autre part, ainsi que dans le cadre de la lutte contre le dopage. De nombreuses atteintes à la personnalité des sportifs sont mises en évidence. Il s'adresse ainsi

non seulement aux juristes aguerris en droit du travail, mais aussi à ceux qui pratiquent le droit du sport. Bien que cet ouvrage se limite au droit suisse, il intéresse aussi les juristes d'autres pays, car les associations sportives et les sportifs étrangers sont susceptibles, à certaines conditions, d'être soumis aux normes helvétiques lorsque leur litige est porté devant le Tribunal arbitral du sport (TAS), mais aussi parce qu'une grande partie des associations sportives internationales traitant des données sensibles ont leur siège en Suisse. (Présentation par l'éditeur)



Revue

>> Sport med' - La revue pratique de rééducation et de la médecine du sport

Compléments alimentaires : soyez vigilants / Coste, O.

Sport med' - La revue pratique de rééducation et de la médecine du sport, 2007, 194, pp. 20-24, 1er symposium régional de triathlon - XIIe Rencontres Médicales (8 sept. 2007)



papiers) dans les clubs français. A partir de corpus textuels analysés à l'aide du logiciel Prospéro, étude des productions médiatiques comparées aux prises de parole des autres protagonistes, et des effets des relations entre les différents acteurs et les journalistes

>> Temps des médias - revue d'histoire

De la place des médias dans l'analyse des affaires sportives / Trabal, Patrick



Dossier : 'La fabrique des sports', coordonné par Patrick Clastres et Cécile Méadel

In : Temps des médias - revue d'histoire, 2008, 9, pp. 91-106

Analyse du rôle de la presse dans deux affaires touchant le sport : l'affaire du Tour de France cycliste 1998 marqué par les révélations sur le dopage et la polémique autour de la révélation de la présence clandestine de jeunes footballeurs africains (sans-

>> SPORT ET VIE

>> Avocat de la défonce. Interview de Christophe Bassons / Goetghebuer, Gilles
Sport et vie, 2008, n°110, p. 20-21

Tous les sportifs un peu assidus connaissent bien ce besoin de rester actifs et la sensation de manque que l'on ressent lorsqu'on est condamné à l'inactivité. Tentative d'explication. cité?



>> Ivre de pub / Tonneau, Matthieu

Sport et vie, 2008, n°109, p. 4-7

Dans les années 30, l'haltérophile Charles Rigoulot utilisait son immense popularité pour prôner l'abstinence. "Le secret de ma force?... Pas d'alcool", déclarait-il sobriement. Aujourd'hui quelle vedette du sport oserait encore endosser ce costume de vertu dans un monde à ce point dominé par la publicité?



>> Cocaïne à gogo/ de

Mondenard, Jean-Pierre
Sport et vie, 2008, n°107, p. 68-71

La chute du prix de la cocaïne encourage sa diffusion dans tous les milieux, notamment le sport où l'on assiste à une multiplication des contrôles positifs. Chaque fois, le débat ressurgit: est-ce un dopant ou une drogue récréative?



Outils de prévention

>> Performances, dopage et conduites dopantes.

Repères pour votre pratique. Juillet 2008
Saint-Denis, INPES, 2008, 4p.
Ce document, réalisé par l'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES), le Ministère de la Santé de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative et la Mission Interministérielle de Lutte contre la Drogue et la Toxicomanie (MILDT) est réservé aux professionnels de santé. Il propose un état des connaissances sur les phénomènes de dopage et de conduites

dopantes. Il fait le point sur les définitions des termes dopage et conduite dopante et propose une vue d'ensemble sur les facteurs personnels et sociaux qui peuvent motiver une conduite dopante et/ou un dopage sportif.



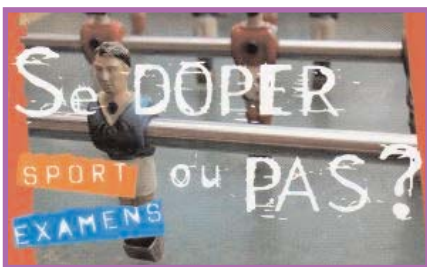
Il informe sur les produits interdits et les AUT et donne des indications pour la consultation et l'entretien systématique chez tous les

patients et chez les sportifs en particulier.

Outils d'information

>> Se doper ou pas ?

Saint-Denis, INPES, 2008, 20p., ill.



Brochure destinée aux jeunes sportifs amateurs ou étudiants. La brochure explique la différence entre dopage et conduite dopante,

expose les principales motivations pour avoir recours ou pour refuser le dopage et les arguments évoqués par ceux qui proposent ces produits.

Un point est fait sur :

- Les pratiques d'automédication, les risques et les précautions à prendre.
- Les produits utilisés et leurs dangers, avec un

encart spécifique concernant la créatine et le cannabis

- La législation, avec un rappel de la loi française du 5 avril 2006, le code mondial antidopage et la législation en matière d'usage illicite de substances classées comme stupéfiants, telles que le cannabis.

Des conseils sont donnés pour une performance sans produit, dont celui d'avoir le droit de ne pas être toujours performant, et des ressources sont proposées pour l'information, la prise en charge et la réduction des risques.

>> Aperçu d'un contrôle

Sur la page d'accueil de l'AFLD (Agence Française de Lutte contre le Dopage), une vidéo présente le déroulement d'un contrôle antidopage

http://www.afld.fr/video_contrôle_antidopage.php