

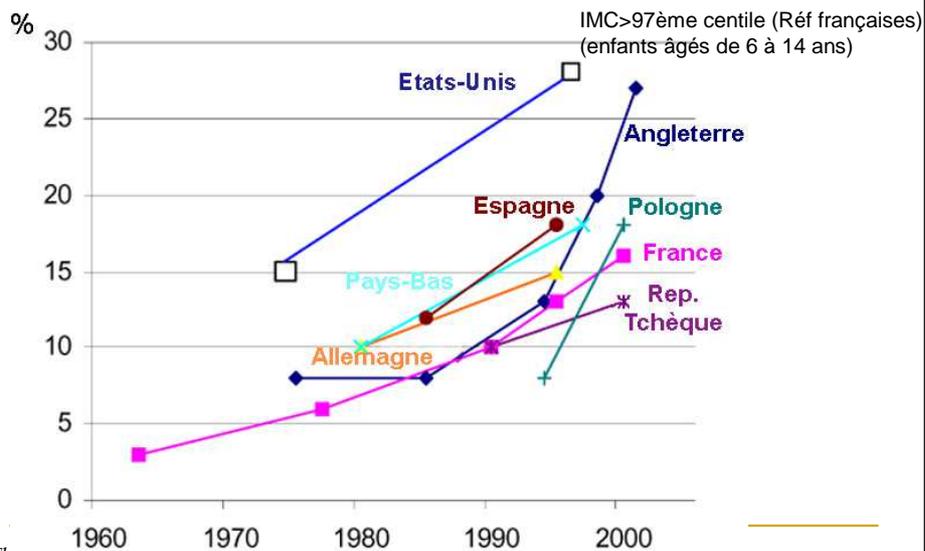
Le sport et l'enfant : activité physique et obésité

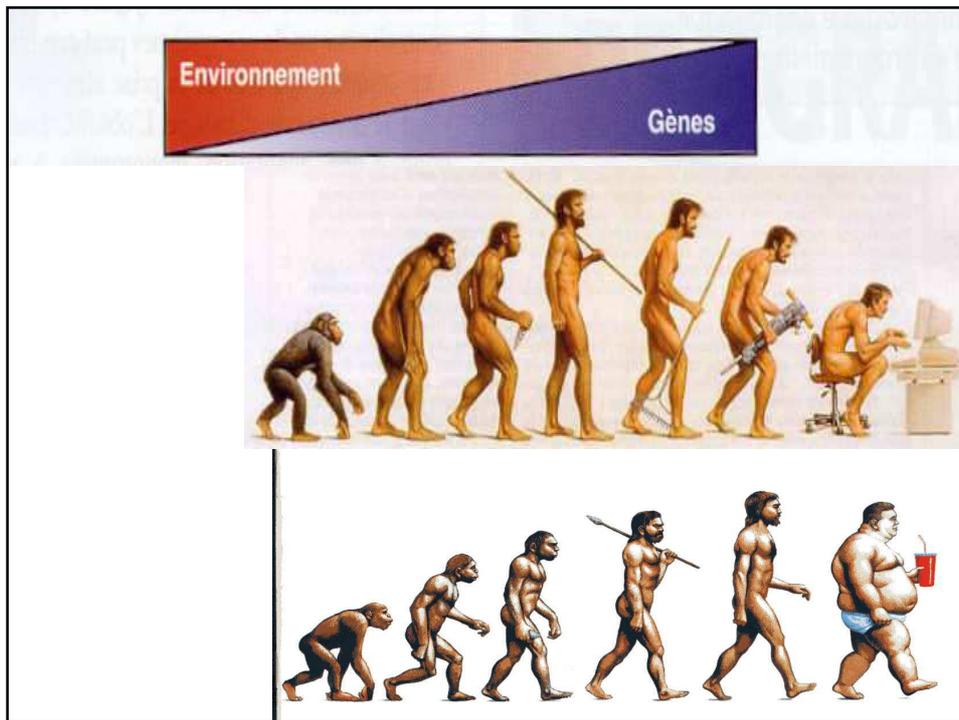
Hélène Thibault, Caroline Carrière, Coralie Langevin
Unité Inserm U897 –ISPED- Université Bordeaux Segalen



Contexte

Évolution de la prévalence du surpoids dans le monde





Diminution de l'activité physique



Augmentation de la sédentarité

Développement des multimédias (TV, jeux, ordinateur)



Moins de temps et amélioration des moyens de transports

→ Modification des styles de vie

MANGER MIEUX



BOUGER PLUS



Programme National
Nutrition Santé

L'équivalent d'au moins 1
heure de marche rapide par
jour

Activité



Pratiquer un sport

Jeux



Programme Nutrition Prévention Santé des Enfants et Adolescents en Aquitaine

www.nutritionenfant.aquitaine.fr

Relais des objectifs du PNNS (2004 → 2011...)

- Améliorer le comportement des enfants et adolescents en termes d'alimentation et d'activité physique
- Stabiliser la prévalence de l'obésité chez l'enfant



Principaux axes d'actions

Dépistage précoce, prise en charge de l'obésité

Amélioration de l'offre alimentaire en milieu scolaire et périscolaire

Actions pédagogiques
Écoles
Collèges
Lycées

Jeunesse et sport
activité physique

Evaluation - Enquêtes

7

Prévalence du surpoids et de l'obésité



Prévalences nationales:

Réf. Internationales IMC

- 5-6 ans (2000) : 14% (4%)
- 7-9 ans (2007) : 15,8% (2,8%)
- Collégiens (2000) : 15,7% (3,3%)



Prévalences régionales:

Réf. Internationales IMC

- 5-6 ans (2007) : 9,4% (2,2%)
- 7-9 ans (2008) : 15,6% (2,9%)
- Collégiens (2004) : 15,5% (2%)

Source : Recommandations HAS 2011

Source : Enquête ISPED, Université Bordeaux Segalen

Activité physique, sédentarité, capacité physique mesurée et perçue et obésité

- Données issues d'**enquêtes régionales menée par l'ISPED**, dans le cadre du *Programme nutrition prévention et santé des enfants et adolescents en Aquitaine*

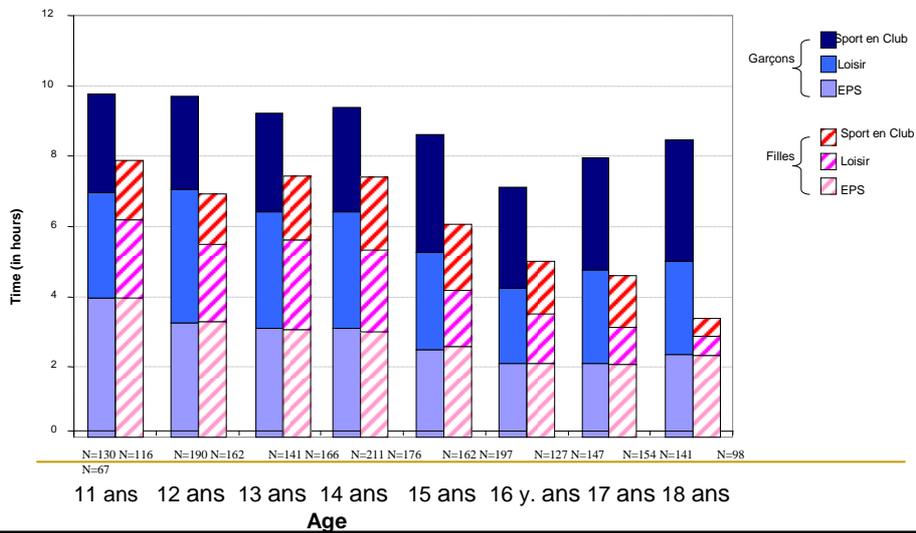
Niveau d'activité physique et de sédentarité

en fonction de :

- leur niveau de pratique d'activité physique,
- leur corpulence

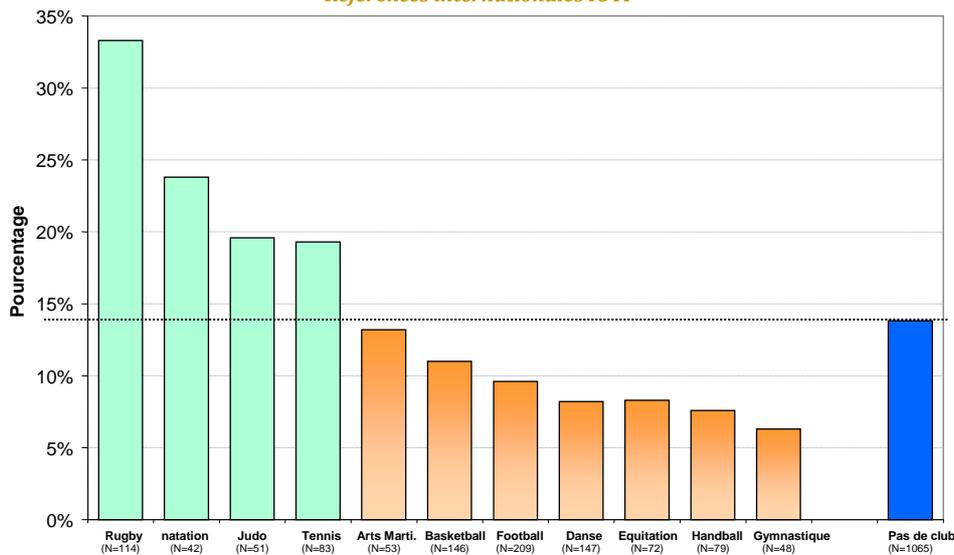
H Thibault et al Nutrition 26 (2010) 192–200
www.nutrition.enfant.aquitaine.fr

Nombre d'heures hebdomadaire d'Activité physique et Sportive des adolescents selon l'âge et selon l'activité physique (N=2390)



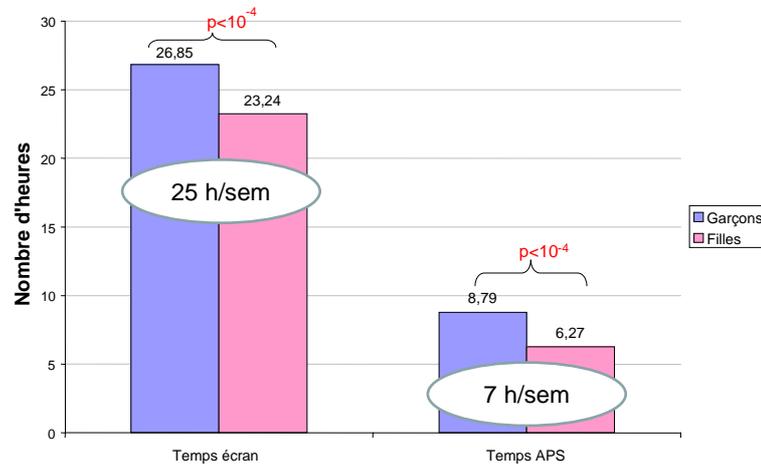
Prévalence du surpoids (obésité incluse) des élèves en 2004-2005 selon le type de sports pratiqués en club.

Références internationales IOTF



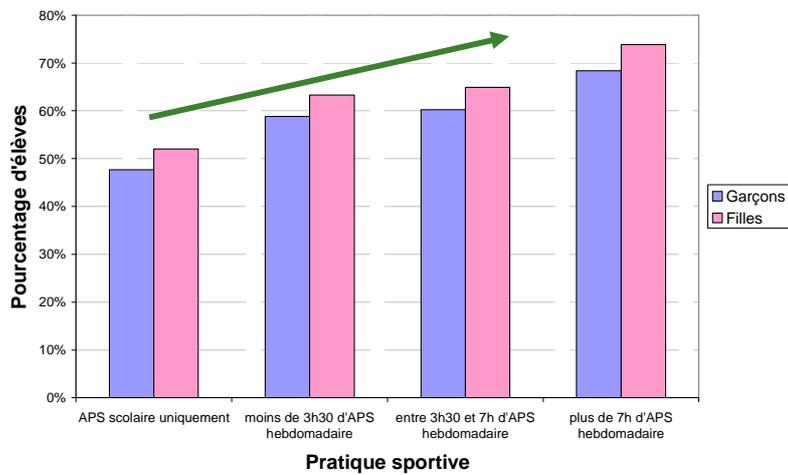
Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005

Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les élèves selon le sexe (N=2526)



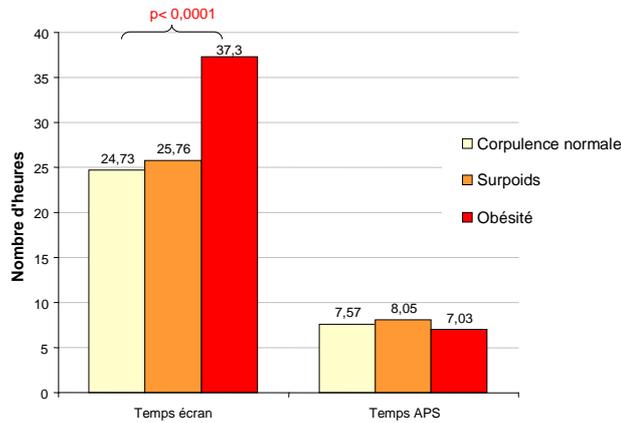
Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005

Pourcentage d'élèves souhaitant faire davantage de sport selon leur temps de pratique d'APS (N=2533)



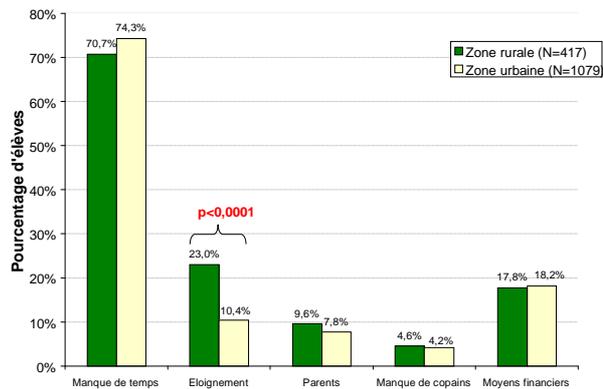
Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005

Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les adolescents selon leur corpulence (N=2408)



Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005

Raisons données par les élèves comme les « empêchant de faire davantage de sport » selon l'habitat rural ou urbain (N=1563)

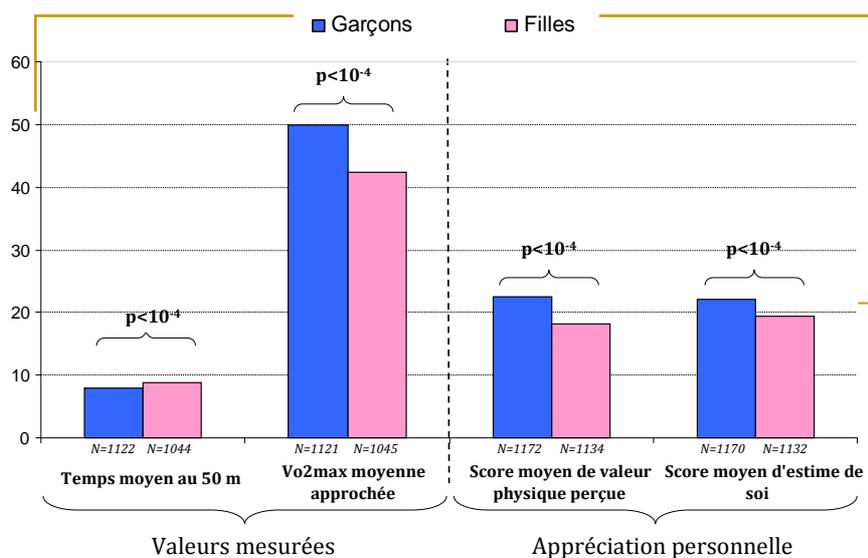


Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005

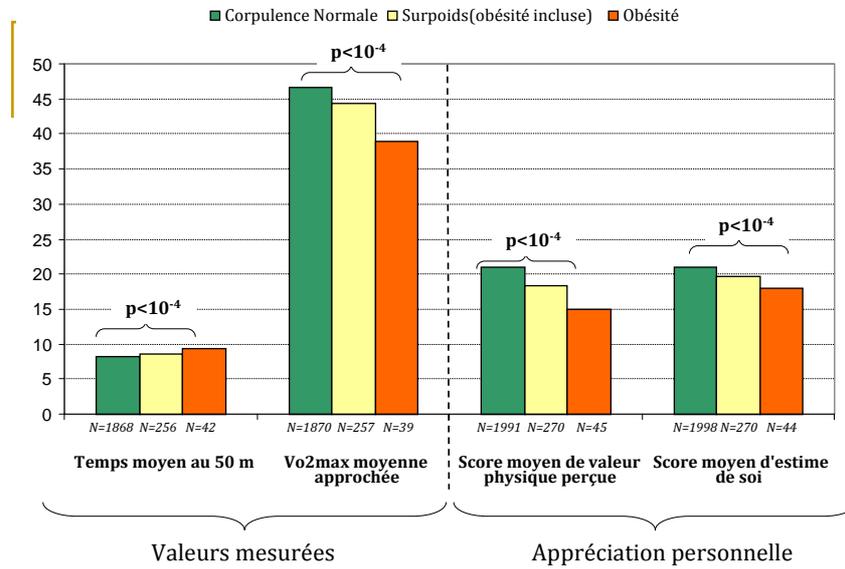
Mesures objectives et perceptions des adolescents de leurs capacités physiques

H Thibault et al manuscrit en préparation
www.nutrition.enfant.aquitaine.fr

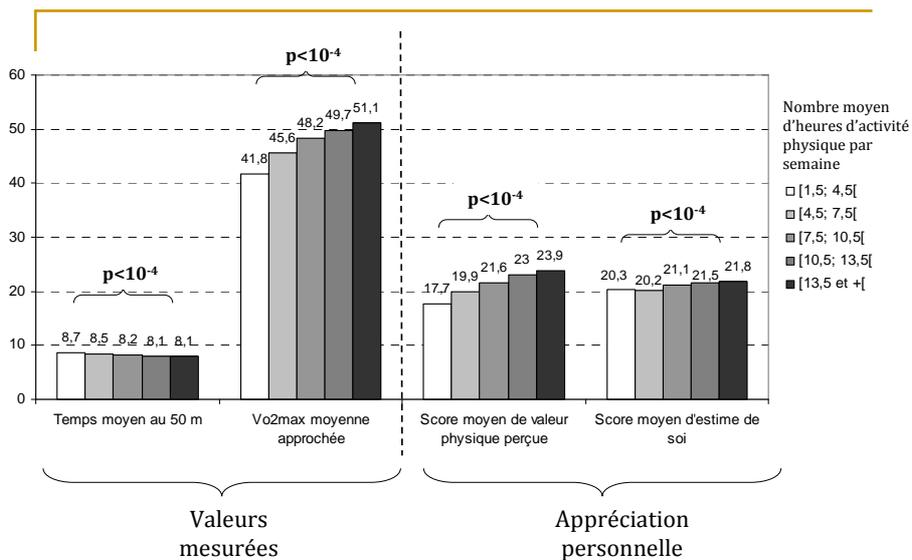
Capacités physiques objectives, valeur physique perçue et estime de soi en fonction du sexe



Capacités physiques objectives, valeur physique perçue et estime de soi en fonction de la corpulence



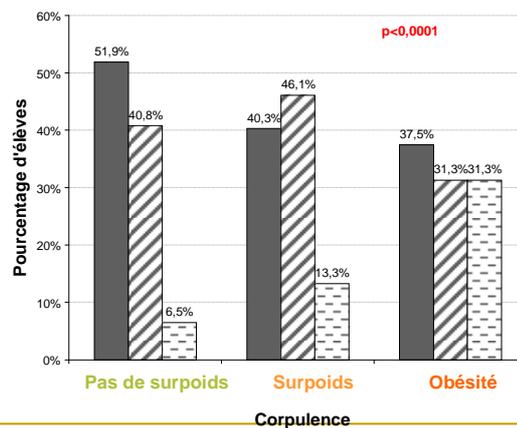
Capacités physiques objectives, valeur physique perçue et estime de soi en fonction du niveau d'activité physique hebdomadaire



Perception par les élèves de leur **état de santé**, selon leur corpulence (N=2533).

Références internationales IOTF

■ Très bonne, excellente ▨ Bonne ▤ Passable, mauvaise



Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005

Conclusion

■ Capacités physique objectives et perçues

- Garçons > Filles
- Adolescents corpulence normale > surpoids > obèses
- chez ados qui font le plus d'activité physique

■ Perception par les élèves de leur état de santé

- Adolescents corpulence normale > surpoids > obèses

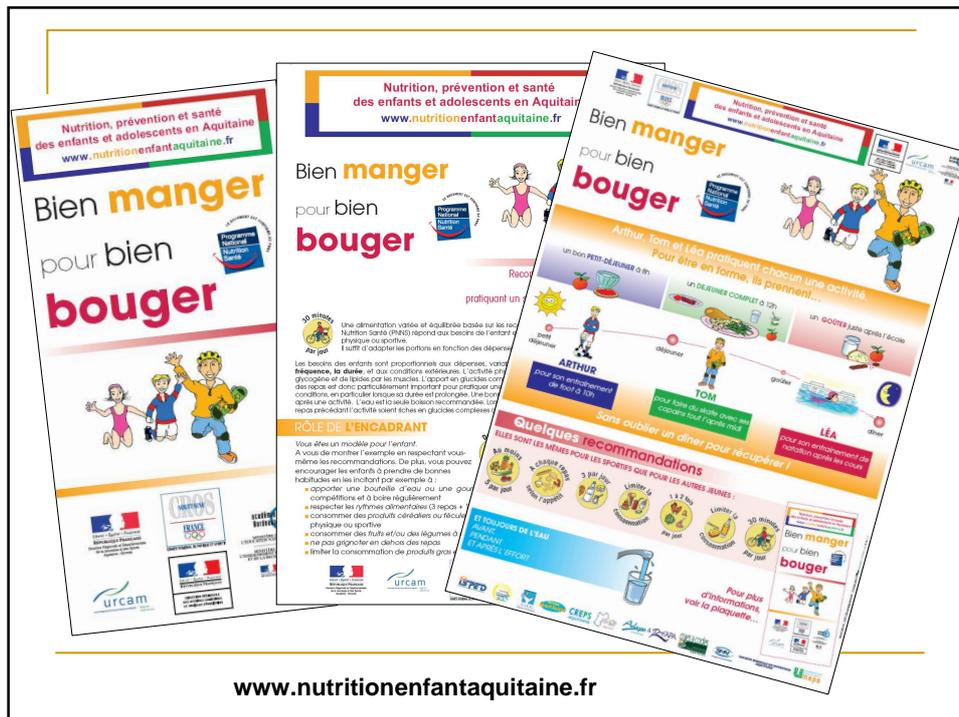
Spirale positive de l'activité physique
activité ++ → performances ++ → activité ++++

Enquête ISPED - AEEPS Aquitaine 2004 - 2005



Actions mises en place en Aquitaine

*Programme Nutrition Prévention et santé
des enfants et adolescents en Aquitaine*



Certificat d'inaptitude partielle pour les élèves du 2nd degré

Difficulté de maintenir la participation de l'élève en surpoids ou obèse :

- Image du corps
- Capacités psychomotrices limitant la réussite
- Regard des autres

Objectifs :

- Limiter les dispenses médicale → maintien d'une activité physique
- Adaptation de l'enseignement

**CERTIFICAT MEDICAL D'INAPTITUDE PARTIELLE A LA PRATIQUE
DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

Je soussigné(e), Dr..... docteur en médecine

Lieu d'exercice

Certifie avoir, en application du décret n° 88-977 du 11 octobre 1988, examiné l'élève

(nom, prénom) :

Né(e) le :

et constaté que son état de santé entraîne **une inaptitude partielle à la pratique de l'Éducation**

Physique et Sportive (EPS)

Pour l'année scolaire

Pour une durée deà compter de ce jour

Afin de permettre une adaptation de l'enseignement d'EPS aux possibilités de l'élève, il est nécessaire :

d'aménager les activités physiques qui sollicitent les articulations* et en particulier les articulations suivantes :

Chevilles genoux hanche Épaule Rachis Autre

- Ainsi, il est préférable d'encourager les activités en décharge : vélo, natation, marche
- La douleur doit être un signe d'appel pour arrêter l'activité.

d'aménager les activités physiques qui sollicitent les fonctions cardio-respiratoires*

Il est préférable :

- de privilégier les activités d'intensité modérée mais de durée prolongée
- de permettre à l'élève de faire des pauses pendant l'effort si nécessaire
- d'adapter son temps de récupération

L'essoufflement excessif doit être un signe d'appel pour arrêter ou aménager l'activité

autres recommandations (à préciser):

Les ateliers d'activités physiques adaptées (APA)

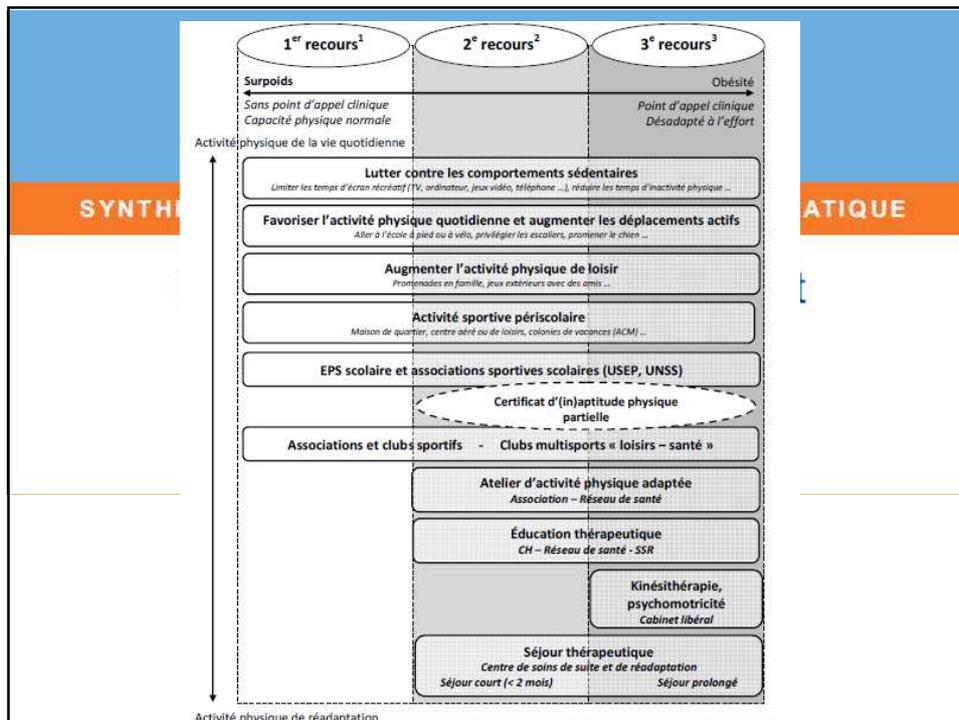
L'endurance
Le renforcement musculaire
La souplesse
La proprioception
et
Aspect ludique
Tests ...
convivialité

Bouger

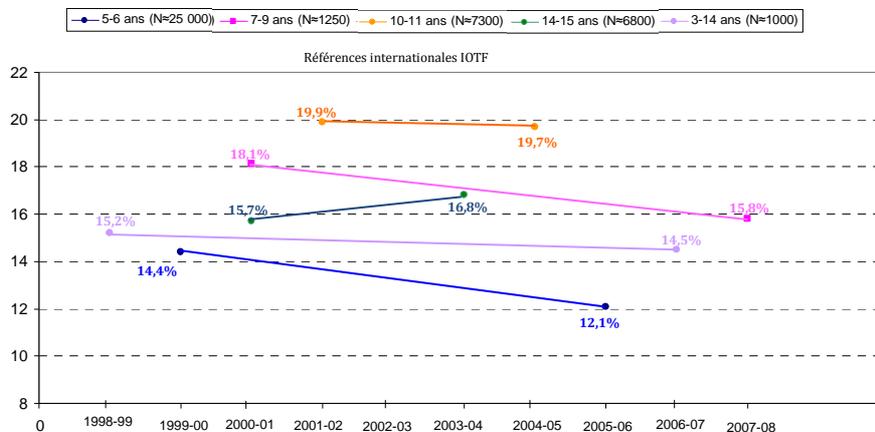


Pour le plaisir !

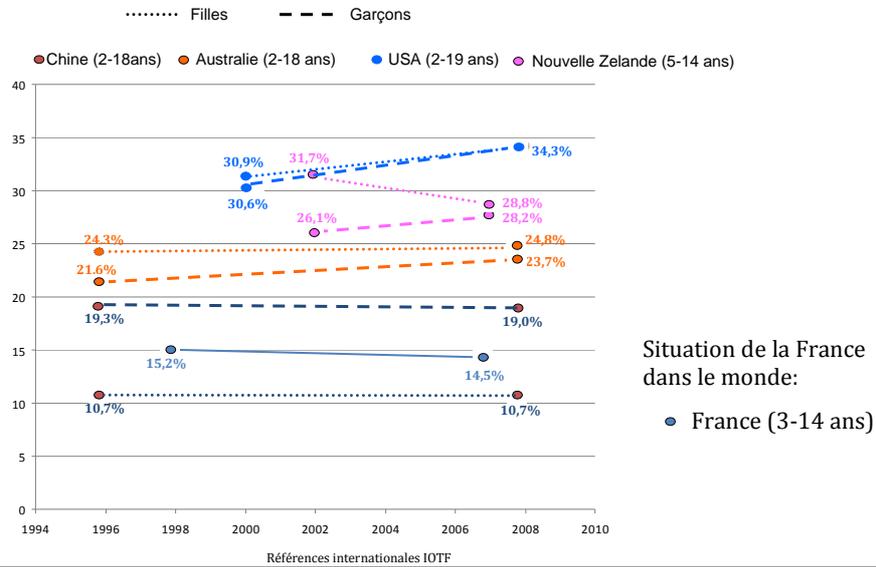




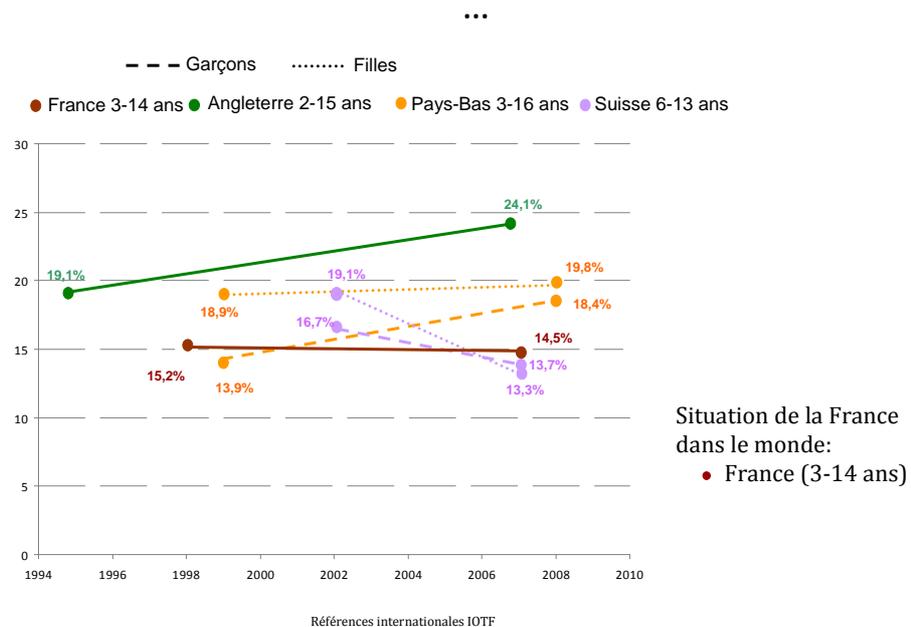
surpoids et de l'obésité en France à toutes les tranches d'âges.



Une stabilisation notable dans tous les pays mais...



Une stabilisation notable dans toute l'Europe mais



Impact du dépistage et actions de prévention

Surpoids obésité incluse (obésité) (références internationales)

Enfants :

Grande section 5-6 ans (2007-2008) : 9,7% (2,3%) → Prévue 2011-2012

CE2 8-9 ans (2004-2005) : 15,3% (3%) → Stabilisation en 2008-2009 : 15,6% (2,9%)

