

Débat Place publique : "Sport : la pilule miracle ?"

Publié le 03.05.2022

Le prochain débat Place publique aura lieu jeudi 12 mai et portera sur le thème "sport : la pilule miracle ?".

La sédentarité a considérablement augmenté dans les sociétés modernes du fait du travail de bureau, du travail posté, des écrans, des modes de transports individuels motorisés. La santé des individus s'en ressent fortement avec l'augmentation de 20 à 30% du risque de décès prématuré, un risque d'obésité 4 fois supérieur pour les adolescents inactifs et 5 fois supérieur pour les adultes inactifs, le développement de maladies chroniques comme le diabète, les maladies cardiovasculaires, Alzheimer notamment.

La crise sanitaire du Covid 19 a d'ailleurs montré que les personnes atteintes de maladies chroniques, cardiovasculaires, respiratoires, diabétiques, et en surpoids ont été sur-représentées dans les admissions en urgence.

Un rôle préventif

Les études scientifiques ont prouvé que l'activité physique a un rôle essentiel de prévention. **D'où le message des autorités médicales d'inviter à se mettre en mouvement, "à bouger", à pratiquer une activité physique, un sport loisir ou en compétition.** L'ouverture de maison de sport santé participent de cet effort au service de la santé publique.

Quels sont les bienfaits de l'activité physique sur le métabolisme et le mental ? Que révèlent les études scientifiques ? Quelles politiques publiques peuvent-elles être déployées pour encourager l'activité physique et la pratique sportive ? **Quels sont les bénéfices pour la société dans son ensemble ?**

Pour en débattre, Place publique invite :

- **Gildas Loirand**, sociologue, maître de conférences à l'UFR STAPS, chercheur titulaire au Centre nantais de sociologie.
- **Élodie Gouriou**, directrice départementale de l'**UFOLEP 44** (<https://www.ufolep44.com/>)
- **François Carré**, cardiologue et médecin du sport, professeur en physiologie cardio-vasculaire à l'Université de Rennes 1.

Informations pratiques

Judi 12 mai, 20h-22h.

Maison des Arts,
26 rue de Saint-Nazaire.
Entrée libre et gratuite.

Le débat sera diffusé en direct sur la [chaîne Youtube de la Ville de Saint-Herblain](https://www.youtube.com/watch?v=R_urOFDTg2U) (https://www.youtube.com/watch?v=R_urOFDTg2U) .

Dans l'actualité

[Un babyfoot pour créer du lien](#) (

[/Actualites/Petite-enfance-enfance-et-jeunesse/Un-babyfoot-pour-creer-du-lien](#))

[Piscine Renan : elle est ouverte !](#) ([/Actualites/Sport/Piscine-Renan-elle-est-ouverte](#))

[Ateliers santé ville : à fond la forme](#) ([/Actualites/Solidarites/Ateliers-sante-ville-a-fond-la-forme](#))

[Ça bouge dans les parcs : on en profite !](#) (

[/Actualites/Petite-enfance-enfance-et-jeunesse/Ca-bouge-dans-les-parcs-on-en-profite](#))