

THEMATIQUE SPECIFIQUE

SPORT & SANTE

Dernière mise à jour : Juin 2009

THEMATIQUE SPECIFIQUE

SPORT & SANTE

Introduction	3
Santé, sport et bien-être	4
Il existe différentes manières d'appréhender la santé, spécialement dans le cadre du développement des individus et des communautés. Une compréhension commune de la santé est toutefois nécessaire pour comprendre de quelle manière le sport peut jouer un rôle dans la réalisation d'objectifs sanitaires. Une compréhension réciproque de la santé est tout de même nécessaire afin de saisir quels sont les bienfaits de l'activité physique sur les différentes fonctions corporelles	
Les bénéfices du sport et de l'activité physique sur la santé	6
Au travers de différents mécanismes, la participation au sport et aux activités physiques peut avoir un impact significatif sur la santé des individus et des communautés. Les bénéfices physiques, sociaux, émotionnels et cognitifs du sport et de l'activité physique ont fait l'objet de travaux de recherches importants car ils sont intimement liés à la diminution des maladies chroniques et des infections	
Sport, activité physique et facteurs à risque pour les principales maladies	8
L'inactivité constitue un risque majeur pour un grand nombre de maladies chroniques qui ont un impact considérable sur l'état de santé au niveau mondial. Le sport et l'activité physique peuvent promouvoir un style de vie actif qui, combiné avec d'autres approches, permettent de réduire les risques d'être atteint de maladies chroniques tels le cancer, le diabète, les maladies cardiovasculaires, l'obésité ou encore certains troubles mentaux	
Le sport pour combattre les maladies transmissibles tel le VIH/SIDA	10
Le sport et l'éducation physique peuvent être utilisés comme une plateforme alternative afin de transmettre des informations cruciales à la population sur les risques liés aux maladies transmissibles comme le paludisme, la tuberculose et le VIH/SIDA	
Les implications pratiques des programmes Sport & Santé	12
La combinaison optimale du type, de la fréquence et de l'intensité de l'activité physique pour les différentes populations n'est pas connue. Toutefois, il existe un consensus commun: une activité physique régulière d'au moins 30 minutes et d'intensité modérée est recommandée pour bénéficier d'un mode de vie sain. Il est également important de choisir des activités présentant un intérêt culturel pour les individus seuls	
Le sport et les campagnes de santé publique	14
Les campagnes de santé publique utilisent le sport pour appeler les communautés à mettre certaines priorités sanitaires au centre de leurs préoccupations. Nombre d'initiatives à grande échelle et d'approches ciblées cherchent à promouvoir les bénéfices sanitaires de la participation sportive et de l'activité physique	
Bibliographie	16

Introduction

Cette section propose un panorama des domaines liant le sport et la santé. Vous y trouverez une introduction sur le rôle que peut tenir le sport dans la recherche du bien-être physique et psychique.

Dans ces sections, de nombreux thèmes liant le sport et la santé sont exposés:

- Les bénéfices sur la santé du sport et de l'activité physique
- Le sport, l'activité physique et les facteurs à risque pour les principales maladies
- L'utilisation du sport pour combattre les maladies transmissibles tel le VIH/SIDA
- Les implications pratiques pour le sport lors de programmes de prévention VIH
- Le sport et les campagnes de santé publique.

Chaque sous-section contient une liste des lectures recommandées pour les personnes désirant approfondir le sujet. Toutes ces publications peuvent être gratuitement téléchargées sur la Plateforme.

Une bibliographie des lectures recommandées n'étant pas disponibles sur Internet mais disponible, le cas échéant, dans votre bibliothèque locale, peut également être téléchargée.

Santé, sport et bien-être

Au cours des dernières décennies, une baisse progressive du niveau de l'activité physique journalière a été constatée dans les pays industrialisés. Pour la majorité des personnes, les efforts physiques ont été majoritairement réduits que ce soit au travail, dans les tâches domestiques, dans les transports ou dans les loisirs. Bien que les risques de santé diffèrent selon les pays et les régions, il apparaît que l'inactivité physique soit un facteur important de maladies non-transmissibles. L'activité physique peut, dans de nombreux cas, contrer les effets de l'inactivité sur la santé.

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) estime qu'à l'exception des pays d'Afrique subsahariennes les maladies chroniques sont les principales causes de décès dans le monde. L'OMS cite quatre maladies non-transmissibles qui affectent largement le taux de mortalité dans les pays à bas et à moyens revenus: les maladies cardiovasculaires, le cancer, les maladies respiratoires chroniques et le diabète.

Une des définitions les plus utilisées de la santé est celle de l'OMS qui la définit comme: "un état de bien-être physique, mental et social et non pas simplement l'absence de maladie ou d'infirmité". Cette définition va donc au-delà d'une bonne santé physique et prend également en compte la santé mentale et le bien-être général.

Le sport et l'activité physique sont depuis longtemps utilisés comme un instrument facilitant le bien-être mental, physique et social. L'inactivité physique constitue un danger lorsqu'elle est associée avec d'autres maladies liées au mode de vie tels le cancer, le diabète, l'obésité et les maladies cardiovasculaires. Les projets sportifs qui se concentrent spécifiquement sur des résultats sanitaires mettent en général l'accent sur:

- La promotion d'un style de vie sain qui combat l'inactivité autant pour les jeunes que pour les adultes;
- L'utilisation du sport comme un outil de sensibilisation aux maladies transmissibles dans les pays en voie de développement. Par exemple au travers de campagnes de santé nationale ou locale supportées par des athlètes ou au sein de compétitions sportives;
- L'utilisation du sport comme un outil didactique servant à communiquer des informations sanitaires vitales aux 'groupes à risques';
- L'utilisation du sport pour mobiliser les groupes difficiles à atteindre lors de campagnes de santé à grande échelle, par exemple une communauté à faible densité de population;
- Le fait de considérer le sport comme une aide à l'accomplissement d'objectifs de soins mentaux, ce qui inclut les dépressions et les troubles liés au stress.

Comment le sport peut-il aider à atteindre des objectifs sanitaires?

Lisez les sections consacrées à: les bénéfices sur la santé du sport et de l'activité physique; le sport pour combattre les maladies transmissibles tel le VIH/SIDA ; les implications pratiques des programmes Sport & Santé; et le sport et les campagnes de santé publique.

Lectures recommandées

Zakus, D., Njelesani, D. and Darnell, S. (2007) **The Use of Sport and Physical Activity to Achieve Health Objectives**

<http://iwg.sportanddev.org/data/html/editor/file/Lit.%20Reviews/literature%20review%20SDP.pdf>

United Nations Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace. (2003) **Sport for Development and Peace: Towards Achieving the Millennium Development Goals**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/13.pdf>

Les bénéfices du sport et de l'activité physique sur la santé

Bien que les recherches sur l'activité physique et la santé datent des années 1950, les avancées dans ce champ scientifique se sont accélérées entre 1980 et 1990. Il existe aujourd'hui d'innombrables résultats scientifiques attribuant au sport et à l'activité physique des effets positifs sur les modes de vie. Les effets directs de la pratique régulière de l'activité physique sont particulièrement apparents dans la prévention de nombreuses maladies chroniques comme le diabète, le cancer, l'hypertension, les maladies cardiovasculaires, l'obésité, la dépression et l'ostéoporose.

Le rapport de l'Équipe de travail interinstitution des Nations Unies sur le sport au service du développement et de la paix avance que l'activité physique peut contribuer au bon développement des os, du cœur, des poumons, des fonctions motrices et cognitives chez les jeunes populations. L'activité physique permet également d'aider à la prévention des fractures de la hanche chez les femmes et réduit les effets de l'ostéoporose. Finalement, être physiquement actif permet d'améliorer la capacité fonctionnelle des personnes âgées et aide ainsi à maintenir leur qualité de vie et leur indépendance.

L'OMS a estimé que "un patient sur quatre se rendant dans un service de soins a au moins un trouble mental, neurologique ou comportemental, mais que la plupart de ses troubles ne sont ni diagnostiqués ni traités". Plusieurs études ont démontré que l'exercice peut jouer un rôle thérapeutique dans la lutte contre certains troubles psychologiques. Elles montrent également que l'exercice a une influence positive sur la dépression et qu'une bonne image de son apparence physique et de son corps peut améliorer l'estime de soi. Si les preuves liées aux bénéfices de l'activité physique sur la santé se concentrent sur l'amélioration des facteurs intrapersonnels (psychologiques, cognitifs et affectifs), il ne faut pas exclure les bénéfices sociaux et interpersonnels du sport sur les communautés.

Plusieurs facteurs influencent la manière dont le sport et l'activité physique peuvent jouer un rôle sur la santé des différentes populations. Le sport et l'activité physique en soi n'apportent pas directement de bénéfices mais permettent, en combinant plusieurs facteurs, de promouvoir des modes de vie sains. Il existe des preuves suggérant que les changements au sein de l'environnement peuvent avoir un impact significatif sur la participation. De plus, les conditions dans lesquelles l'activité se déroule peuvent grandement peser sur les résultats recherchés de l'activité de santé. Dans ce cas, les éléments pouvant jouer un rôle déterminant incluent la nutrition, l'intensité et le type d'activité physique, les chaussures et l'équipement à disposition, le climat, les blessures, le niveau de stress et les conditions de sommeil.

Le sport et l'activité physique peuvent contribuer au bien-être des populations des pays en voie de développement. L'exercice physique est, depuis de nombreuses années, utilisé dans le traitement de maladies transmissibles et non-transmissibles. L'activité physique est un moyen efficace pour prévenir des maladies chez les individus et permet également d'améliorer la santé publique à un niveau national.

Lectures recommandées

World Health Organisation. (2003) **Health and Development through Physical Activity and Sport.**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/75.pdf>

Bailey, R. & Dismore, H. (2004) **The Role of Physical Education and Sport in Education (SpinEd)**

<http://spined.cant.ac.uk>

Rankinen, T. & Bouchard, C. (2002) **Dose-Response Issues Concerning the Relations between Regular Physical Activity and Health**

http://www.fitness.gov/Reading_Room/Digests/september2002digest.pdf

Warburton, D., et. al. (2006) **Health Benefits of Physical Activity: the evidence**

<http://www.cmaj.ca/cgi/reprint/174/6/801>

Sport, activité physique et facteurs à risque pour les principales maladies

Une bonne compréhension des maladies les plus répandues et des facteurs à risques est crucial pour comprendre le rôle de prévention et de promotion du sport sur la santé. Dans les pays développés, le sport est largement utilisé comme outil d'éducation dans les communautés en ce qui concerne les facteurs à risque associés au VIH/SIDA. Alors que le VIH/SIDA ainsi que d'autres maladies contagieuses continuent à affecter des millions de personnes partout dans le monde, l'on constate de nos jours une augmentation significative du nombre de maladies non-transmissibles en relation avec les nouveaux modes de vie, l'inactivité physique, l'alimentation déséquilibrée et la consommation de tabac.

Les maladies cardiovasculaires

Les principales causes de mortalité au niveau mondial sont les maladies cardiovasculaires. Elles incluent les troubles coronariens ainsi que les accidents vasculaires cérébraux. Ces maladies sont le fruit d'une alimentation déséquilibrée, de l'inactivité physique ou encore de la consommation de tabac. L'activité physique réduit le risque de maladies cardiovasculaires par l'augmentation du glucose dans le métabolisme, la réduction de la masse adipeuse, et l'abaissement de la pression sanguine.

Le diabète

Le diabète est une maladie qui survient lorsque le corps ne produit pas ou utilise incorrectement l'insuline, ce qui entraîne des diabètes de Type 1 ou de Type 2. Cette maladie peut être évitée, ou tout du moins retardée, grâce à la perte de poids, un mode de vie sain et à une activité physique régulière. Les régimes, les pharmacothérapies et l'activité physique sont des éléments importants dans le traitement du diabète.

L'obésité

L'obésité est une accumulation anormale de graisse pouvant nuire à la santé et, à la différence d'autres maladies, les facteurs sociaux et environnementaux jouent un rôle important dans la définition de la maladie. L'obésité est une préoccupation croissante au niveau international avec une population obèse estimée en 2005 à 400 million d'individus. La hausse globale de l'obésité est liée à un changement dans les habitudes alimentaires et dans la baisse de l'activité physique.

Le cancer

Le cancer n'est pas une maladie unique avec un seul type de traitement. En effet, il y a plus de 200 types de cancers impliquant une croissance anormale de cellules dans différentes parties du corps. Il a été estimé que 40% des cancers peuvent être évités grâce à une alimentation saine, une activité physique et au bannissement du tabac.

La santé mentale

Un patient sur quatre se rendant dans un service de soins a au moins un trouble mental, neurologique ou comportemental (tel dépression, anxiété, troubles de l'humeur), mais la plupart de ses troubles ne sont ni diagnostiqués ni traités. Il existe des preuves suggérant que l'activité physique peut réduire les symptômes de la dépression et peut également aider à l'amélioration du bien-être mental, de l'humeur quotidienne et de la perception de soi.

Activité physique, maladie chronique et maladie transmissible

Les tendances au niveau mondial sur l'inactivité physique montrent que plus de 60% des adultes ne font pas assez d'effort physique. Cet inactivité est plus répandue chez les femmes, les personnes âgées, les individus issus de groupes sociaux économiques pauvres et chez les personnes handicapées.

En 2005, il était estimé que 80% des décès causés par maladie cardiovasculaire avaient eu lieu dans des pays à faible et moyen revenus. La prédominance de personnes souffrant de

surpoids ou d'obésité est en constante augmentation dans les pays en développement et au sein des groupes à faible revenu des pays riches. L'augmentation des maladies chroniques, couplée avec l'existence de maladies transmissibles comme le VIH/SIDA, le paludisme ou la tuberculose, produisent un 'double fardeau de la maladie' sur les pays à faible et moyen revenus.

Il existe un large éventail de méthodes utilisées dans le monde pour assurer la promotion de la santé comme, par exemple, la récente apparition d'informations sanitaires sur internet pour les pays en voie de développement. Le sport et l'activité physique restent cependant des stratégies attractives à bas prix pour promouvoir des comportements sains et réduire la charge des maladies chroniques sur les systèmes de santé.

Lectures recommandées

United Nations Development Programme. (2007/2008) **Human Development Report 2007/2008 - Fighting Climate Change: Human Solidarity in a Divided World**
http://hdr.undp.org/en/media/hdr_20072008_summary_english.pdf

English, T. (2006) **Looming Chronic Disease Creates Double Burden in Africa**
<http://www.cfah.org/hbns/getDocument.cfm?documentID=1256>

Nieman, D. (2001) **Does Exercise Alter Immune Function and Respiratory Infections?**
<http://www.fitness.gov/June2001Digest.pdf>

Lien supplémentaire

World Health Organisation. (2008) **Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**
<http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/facts/pa/en/index.html>

Le sport pour combattre les maladies transmissibles tel le VIH/SIDA

La Banque Mondiale avance qu'au niveau mondial, les maladies transmissibles sont les principales causes de décès chez les enfants mais qu'elles sont aussi des causes importantes de la mortalité adulte dans les pays en voie de développement. Ensemble, ce sont plus de 15 millions de morts par année, dont 80% dans les seuls pays en voie de développement.

Le sport et l'éducation physique ont démontré qu'ils pouvaient jouer un rôle clé dans la lutte contre le VIH/SIDA en offrant une plateforme pour la sensibilisation et l'éducation. Des observations ont également été menées suggérant que le sport pouvait avoir un impact sur les personnes séropositives, en ralentissant la maladie.

En Afrique, une grande majorité de programmes sportifs traitent des préoccupations de santé et en particulier le problème du VIH/SIDA. La plupart des programmes sportifs pour la prévention du VIH centrent leurs activités sur le partage d'informations et l'utilisation du sport pour la prévention du VIH/SIDA afin de limiter la contamination au virus. Aucun de ces programmes sportifs ne fournit directement de traitements, tel les ARV (traitement antirétroviral) aux séropositifs, mais tentent plutôt de se concentrer sur l'utilisation du sport pour mobiliser les jeunes, les femmes et les groupes à risques afin de leur dispenser des conseils, de faire de la prévention et de l'éducation sanitaire.

Le VIH/SIDA est généralement considéré comme un sujet tabou, c'est pourquoi la création d'espaces sûrs et informels par le biais du sport pour parler de la maladie, permet aux jeunes populations d'en apprendre davantage sur les mesures de protection et sur les comportements à risques. Une étude menée par *Mercy Corps* sur deux de leurs programmes au Libéria et au sud Soudan a montré que le niveau de connaissances des participants par rapport aux mesures de protection à prendre face au VIH/SIDA était plus élevé après avoir été impliqué dans leurs programmes.

Le rôle de mentor et de modèle que jouent les entraîneurs est un élément essentiel des programmes sportifs de prévention contre le VIH/SIDA. Ces entraîneurs peuvent devenir des pairs pour des jeunes de même âge avec qui ils établissent des relations de confiance. Les programmes qui se sont avérés les plus réussis en ce qui concerne le combat contre le VIH/SIDA ont été ceux qui insistaient sur le développement de meneurs et d'entraîneurs offrant soutiens et conseils.

59% des personnes séropositives en Afrique sub-saharienne sont des femmes. Un certain nombre d'acteurs ont tenté de répondre à cette réalité en favorisant l'insertion des femmes et des jeunes filles dans leurs programmes sportifs ayant des objectifs de prévention. Par exemple, le projet *Go Sisters* en Zambie vise à donner la possibilité aux filles et aux jeunes femmes de faire du sport tout en leur fournissant des informations relatives à la santé sexuelle et génésique. Le 'message' de santé des *Go Sisters* va de pair avec la désignation de cheffes de file et de coach pour les autres jeunes femmes.

L'utilisation du sport dans la lutte contre le VIH/SIDA ne se concentre pas seulement sur les aspects épidémiologiques, mais également sur l'impact social de la maladie. La Fondation EduSport a été créée selon une approche bottom-up (littéralement de bas en haut) par des personnes directement touchées par le VIH/SIDA. Cette fondation offre non seulement un accès à des informations vitales sur les mesures de prévention et de protection pour les jeunes de communautés touchées par la maladie, mais encourage également l'intégration sociale de personnes séropositives dans les communautés à travers le sport et l'activité physique.

Un certain nombre de programmes de sports ciblent d'autres maladies transmissibles en plus du VIH/SIDA. Les programmes dans les pays touchés par le paludisme et la tuberculose, par exemple, ont également utilisés le sport pour sensibiliser à la prévention de ces maladies. Le projet de *Right to Play* appelé *Thailand Migrant SportWorks Project* met l'accent sur l'utilisation du sport comme outil didactique pour enseigner aux enfants les gestes préventifs contre certaines maladies infectieuses. L'expérience montre que les programmes qui visent à montrer comment l'infection se propage, avec ses causes et ses symptômes, sont efficaces lorsque les activités physiques et les jeux sont utilisés pour communiquer ces idées. Les organismes de santé nationaux et les organisations sportives ont mis conjointement en place des modèles 'd'apprentissage actif' pour les enfants et les jeunes afin de mieux retenir leur attention plutôt que de leur parler de concepts de santé abstraits.

Lecture recommandées

Kirk, A. (2006) **HIV Knowledge in 'Coaching for Hope' Participants, Compared with Non-Participants: Coaching for Hope Burkina Faso evaluation report**
<http://www.sportanddev.org/data/document/document/374.pdf>

Delva, W. & Temmerman, M. (2006) **Determinants of the Effectiveness of HIV Prevention through Sport**

This chapter is available from the Toolkit:

http://www.toolkitsportdevelopment.org/html/topic_E0B0281D-0D2B-4F7C-96CB05439BDC642_D1DD74C4-B100-461A-BF9D-DFFFD1F01C6C_1.htm

Delva, W. & Temmerman, M. (2006) "Determinants of the Effectiveness of HIV Prevention through Sport" in Auweele, Y. et al. (eds.) *Sport and Development*, Leuven: Uitgeverij Lannoo.

Bosmans, M. (2006) **The Potentials of Sport as a Tool for a Rights-based Approach to HIV/AIDS**

This chapter is available from the Toolkit:

http://www.toolkitsportdevelopment.org/html/topic_E0B0281D-0D2B-4F7C-96CB05439BDC642_D1DD74C4-B100-461A-BF9D-DFFFD1F01C6C_1.htm

Bosmans, M. (2006) "The Potentials of Sport as a Tool for a Rights-based Approach to HIV/AIDS" in Auweele, Y. et al. (eds.) *Sport and Development*, Leuven: Uitgeverij Lannoo.

UK Department of Culture, Media and Sport & UK Department for International Development (2006) **Tackling AIDS Through Sport: A discussion paper**
<http://www.sportanddev.org/data/document/document/202.pdf>

Liens supplémentaires

Kicking AIDS Out Network

<http://www.kickingaidsout.net/>

UNAIDS Sports partnerships

<http://www.unaids.org/en/Partnerships/Advocacy+partners/Sport/>

Waadenburg, M. (2006) **Active HIV Awareness: A study into the meanings of sports as a medium of HIV awareness in a South African township**

http://www.toolkitsportdevelopment.org/html/topic_E0B0281D-0D2B-4F7C-96CB05439BDC642_D1DD74C4-B100-461A-BF9D-DFFFD1F01C6C_1.htm

Les implications pratiques des programmes Sport & Santé

La combinaison optimale du type, de la fréquence et de l'intensité de l'activité physique pour les différentes populations n'est pas connue. Toutefois, il existe un consensus commun: une activité physique régulière d'au moins 30 minutes et d'intensité modérée est recommandée pour bénéficier d'un mode de vie sain. Il est également important de choisir des activités présentant un intérêt culturel pour les individus seuls.

Pour les populations à risque, un examen attentif doit être accordé à la prescription de l'activité physique afin de s'assurer que les conditions pour promouvoir les bénéfices sanitaires soient optimisées. La condition physique, les facteurs physiologiques (fréquence cardiaque et respiratoire, sucre dans le sang), l'alimentation, l'hydratation, le type et l'intensité de l'activité sont des facteurs qui influent sur le déroulement de l'activité physique, en particulier pour les personnes à risque atteintes de maladies chroniques non contagieuses. Par exemple, la marche, le cyclisme, la natation et d'autres activités à faibles impacts sont souvent choisis pour les personnes atteintes de maladie cardiovasculaires, d'obésité et de diabète.

Il existe de nombreux éléments à prendre en considération pour les programmes de sport et d'activités physiques qui visent la prévention du VIH/SIDA dans différents milieux:

Les modèles d'apprentissage actif

Le jeu participatif basé sur des méthodes d'apprentissage est de plus en plus reconnu comme étant utile aux messages de prévention contre le VIH/SIDA. Il vise à encourager des changements dans les attitudes face aux risques d'infections et à la santé sexuelle. Dans les programmes dédiés au sport, cette approche en matière de prévention du VIH a été favorisée grâce à une instruction issue des milieux scolaires, où les participants discutent dans des "salles de classe", et par des méthodes en ateliers.

Surmonter les obstacles pour aborder des thèmes sensibles

Les méthodes actives d'apprentissage se sont, par exemple, révélées utiles pour aborder des sujets sensibles comme le VIH/SIDA et le sexe. L'on remarque dans ce cas, que les mentors et les jeunes parviennent à se sentir plus à l'aise dans la discussion. Les jeux interactifs permettent aux participants d'aborder le sujet du VIH/SIDA de manière indirecte grâce à un apprentissage qui se déroulera dans une atmosphère plus détendue.

Renforcer les capacités des jeunes leaders

Le rôle des adultes dignes de confiance, qui travaillent dans l'encadrement de jeunes afin d'en faire des mentors et des conseillers, est de plus en plus reconnu comme étant important dans la prévention du VIH. Les réseaux sociaux (comme les équipes sportives et les clubs scolaires) peuvent être utilisés pour identifier, former et soutenir les mentors qui pourront apporter un soutien aux jeunes sur les façons d'atténuer les pressions sociales qui influencent négativement le comportement.

La collaboration avec les services de santé et les spécialistes

Lorsqu'ils existent, les services de prévention du VIH doivent travailler aux côtés des programmes de sports. Les points forts des programmes de sports se trouvent dans la diffusion d'informations grâce à des moyens facilités et dans le rôle des mentors dans le soutien psychosocial des jeunes à risque. En outre, les services de prévention du VIH tels que le conseil et le dépistage volontaire du VIH/SIDA (CDV), le traitement des infections sexuellement transmissibles (IST) et la distribution de préservatifs sont essentiels au maintien de l'efficacité d'un programme de prévention VIH.

Lectures recommandées

Grassroot Soccer (2006) **Resiliency Coach's Guide: for a sport-based HIV/AIDS Prevention and Youth Life Skills Intervention**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/280.pdf>

Right to Play. (2005) **Live Safe, Play Safe: A life-skills course to protect children from HIV infection. Facilitator's Guide**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/272.pdf>

Mercy Corps (2007) **Commitment to Practice: a playbook for practitioners in HIV, youth and sport**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/438.pdf>

Mwaanga, O. (2002) **Kicking AIDS Out through Movement Games and Sport Activities**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/63.pdf>

Banda, D. and Mwaanga, O. (2008) **Dunking AIDS Out: learning about AIDS through Basketball Movement Games**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/452.pdf>

IOC/UNAIDS (2005) **Together for HIV and AIDS Prevention: a toolkit for the sports community**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/105.pdf>

Botcheva, L. & Huffman, L. (2004) **Grassroot Soccer Foundation HIV/AIDS Education Programme: an intervention in Zimbabwe**

<http://www.sportanddev.org/data/document/document/34.pdf>

Liens supplémentaires

APDIME Toolkit – resources for HIV/AIDS Program Managers

<http://www.synergyaids.com/apdime/index.htm>

Le sport et les campagnes de santé publique

En 2002, l'OMS (Organisation mondiale de la Santé) a choisi 'l'activité physique' comme thème de sa Journée mondiale de la Santé. Depuis cette année, le 6 avril est devenu la Journée mondiale de l'Activité Physique. Cette initiative est un excellent exemple de la promotion de la santé au travers de l'activité physique.

Afin de lutter contre les impacts négatifs provoqués par les maladies, l'OMS a entamé en 2004 une nouvelle stratégie mondiale. La Stratégie mondiale sur l'alimentation, l'activité physique et la santé est une initiative de grande envergure visant à promouvoir la santé au travers de l'activité physique et à soutenir l'élaboration de politiques et de recherches.

Une bonne collaboration mettant l'accent sur le sport ou la santé est nécessaire pour assurer le succès des initiatives. Par exemple, l'UNICEF a organisé des manifestations sportives pour mettre en avant des campagnes de vaccination contre la rougeole en Zambie. Plusieurs sportifs de renom ont ainsi aidé à la promotion de la campagne de santé 2003 grâce à laquelle environ 5 millions d'enfants ont été vaccinés.

De manière similaire, lors de la Coupe du monde de cricket de 2003, les équipes de l'Inde et du Pakistan ont promu ensemble une campagne nationale contre la poliomyélite dans des spots publicitaires, des concours et des événements, une semaine avant le début de la compétition.

En 2004, l'ONUSIDA et le Comité international olympique (CIO) ont commencé à utiliser le sport comme un outil de prévention du VIH/SIDA. Ensemble, ils ont produit un kit de ressources sur la prévention du VIH/SIDA pour la communauté sportive et ont lancé une campagne intensive de sensibilisation sur la maladie lors des Jeux Olympiques d'Athènes en 2004.

Right to Play (une organisation internationale de Sport & Développement) a établi un partenariat avec un certain nombre d'organismes multilatéraux et de programmes inter-agences pour la vaccination et l'immunisation. Right to Play a travaillé en 2001 avec l'Alliance mondiale pour les vaccins et la vaccination (GAVI) afin de plaider en faveur de la vaccination. En ce qui concerne la prévention contre le VIH/SIDA, il existe l'espoir de développer des activités de mobilisation sociale dans les 74 pays identifiés par le GAVI. Right to Play collabore également avec l'OMS pour les campagnes de santé et de vaccination dans le domaine ainsi que lors des célébrations d'événements internationaux tels que la Journée mondiale de la Santé et de la Journée mondiale SIDA.

Lecture recommandée

World Health Organisation. (2004) **WHO Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**

http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf

Liens supplémentaires

Agita Mundo Network

http://www.agitamundo.org/site_en.htm

ICC-UNICEF-UNAIDS-Global Media AIDS 'THINK WISE' Initiative

<http://www.sportanddev.org/newsviews/news/?634/THINK-WISE-the-Global-Cricket-AIDS-Partnership>

Global Alliance for Vaccination and Immunisation (GAVI) and Right to Play partnership

http://www.gavialliance.org/media_centre/press_releases/2002_02_06_en_pr_olympicaid.php

IOC initiatives in healthy lifestyles promotion and HIV prevention

http://www.olympic.org/uk/organisation/missions/humanitarian/activities/prevention_uk.asp

Bibliographie

- Bailey, R. P. (2004). The Value and Values of Sport. In R. Bailey (Ed.), *Teaching Values and Citizenship across the Curriculum*. London: Kogan Page.
- Biddle, S. Fox, K. & Boucher, S. (2000). *Physical Activity and Psychological Well-Being*, London: Routledge.
- Blair, S.N., Cheng, Y., and Hoder, J.S. (2001). Is Physical Activity or Physical Fitness More Important in Defining Health Benefits ? *Med Sci Sports Exercise*, 33 (6 Suppl), S379 – 399.
- Bopp, C. Phillips, K., Fulk, L., Dudgeon, W., Sowell, R and Hand, G. (2004). Physical Activity and Immunity in HIV-infected individuals. *Journal of AIDS Care*, 16 (3), 387 – 393.
- Brettsneider, W.D. (2001). Psychological Outcomes and Social Benefits of Sport Involvement and Physical Activity: Implications for Physical Education. In G. Doll-Tepper & D. Scoretz (Eds.) *World Summit on Physical Education*, ICSSPE: Berlin.
- Bouchard, C. (2001). Physical Activity and Health: An introduction to the doseresponse symposium. *Journal Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33, S347 – 350.
- Celefiscs and Center for Disease Control. (2006). *Best practices for physical activity promotion around the world*. Sao Paulo, Brazil.
- Center for Disease Control and Prevention. (1997). Guidelines for School and Community Programs to Promote Lifelong Physical Activity Among Young People. *Morbidity and Mortality Weekly Reports*, 46.
- Etnier, J.L., Salazar, W., Landers, D.M. Petruzello, S.J. Han, M. & Nowell, P. (1997). The Influence of Physical Fitness and Exercise upon Cognitive Functioning: A metaanalysis, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 249 – 77.
- Hardman, A. & Stensel, D. (2003). *Physical Activity and Health: The evidence explained*. London: Routledge.
- Hill, A.P., King, N.A, Byrne, N.M. (2007). *Children, Obesity and Exercise: Prevention, treatment and management of childhood obesity*. Routledge: UK.
- Koss, J. & Alexandra, A. (2005). HIV/AIDS Prevention and Peace through Sport, *The Lancet*, 366, 53 – 54.
- Mufunda, et al. (2004). Emerging Non-Communicable Diseases Epidemic in Africa: Preventative Measures from the WHO Regional Office for Africa. *Ethn Dis* 16, 521 – 526.
- Mutrie, N. & Parfitt, G. (1998). Physical Activity and its Link with Mental, Social and Moral Health in Young People. In S. Biddle & N. Cavill (Eds.) *Young and Active? Young people and health-enhancing physical activity – evidence and implications*. London: Health Education Authority.
- Oja, P. & Borms, J. (2004). Health Enhancing Physical Activity. *ICSSPE Perspectives*, Volume 6. Meyer & Meyer Sport: Germany.

Pate, R., Pratt, M., Blair, S., Haskell, W., Macera, C., Bouchard, C. (1995). Physical Activity and Public Health: A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *JAMA*, 273 (5), 402.

Ross, D., Dick, B. and Ferguson, J. (2006). *Preventing HIV/AIDS in Young People: A systematic review of the evidence from developing countries*. UN AIDS Inter-Agency Task Team on Young People, World Health Organisation.

Singer, R. (1992). Physical Activity and Psychological Benefits: A position statement of the International Society of Sport Psychology (ISSP). *The Sports Psychologist*, 6: 199 – 203.

Thomas, J.R. et al. (1994). Exercise and Cognitive Function, in C. Bouchard et al. (eds.) *Physical Activity, Fitness and Health: International Proceedings and Consensus Statement*, Champagne, Illinois: Human Kinetics.

United States Department of Health and Human Services. (2002). *Physical Activity is Fundamental to Preventing Disease*. Office of the Assistance Secretary for Planning and Evaluation, 20 June, 2002.

Vuor, I.M. (2001). Health Benefits of Physical Activity with Special Reference to Interaction with Diet. *Public Health Nutrition*, 4 (2B), 517 – 528.