

Promouvoir la santé par les activités physiques : aller au-delà de la prescription médicale

Les bienfaits des activités physiques pour prévenir les maladies ou favoriser l'équilibre psychosocial des individus sont aujourd'hui bien connus. La littérature biomédicale est prolifique pour démontrer leurs rôles dans le traitement des maladies chroniques (obésité sévère, diabète, asthme, problèmes cardiovasculaires...) et des cancers (sein, prostate...). De nombreux problèmes psychiques peuvent également être atténués grâce à une pratique physique et/ou sportive. La récente expertise collective de l'INSERM sur l'activité physique, la prévention et le traitement des maladies chroniques, publiée en février 2019, est éloquente à ce sujet. Reste à préciser les formes et conditions de pratique, notamment l'accompagnement, la fréquence, la durée et l'intensité d'activité physique pour chaque profil d'individus dans une optique de prévention ou de soin.

Ce contexte scientifique semble à première vue renforcer les choix politiques plaçant en première ligne la prescription médicale de l'activité physique (article 144 de la loi n°2016-41). Le décret n°2016-1990 du 30 décembre 2016, relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée s'efforce de préciser les conditions de mise en œuvre. L'implémentation s'avère toutefois délicate, notamment en raison de la variété des professionnels susceptibles d'encadrer ces pratiques adaptées. Submergés de missions de santé publique, les médecins généralistes peinent à prescrire une activité physique. Un paradoxe semble par ailleurs émerger : les populations « ciblées », le plus souvent socialement défavorisées, restent les plus éloignées des activités physiques et sportives. Cette approche médicalisée du problème ne risque-t-elle ainsi pas de renforcer les inégalités sociales et territoriales de santé ?

La médicalisation de la santé par les activités physiques montre finalement ses limites. Dès lors, il paraît urgent d'analyser cette action publique « en train de se faire » par un regard pluridisciplinaire, donnant la part belle aux sciences humaines et sociales. Dans ce domaine, si les travaux scientifiques sont déjà avancés, ils peinent à être pris en compte par les pouvoirs publics. La mise en évidence d'un gouvernement territorialisé des corps ne devrait-elle pas aujourd'hui conduire les décideurs à questionner l'individualisation de la démarche ? On sait combien la responsabilisation des personnes aboutit à la culpabilisation de certaines

franges sociales et à la stigmatisation de leurs pratiques et habitudes de vie, avec des effets contre-productifs à terme. Les conditions les plus favorables à des activités physiques régulières et émancipatrices peuvent en outre aisément être portées au jour. Dans cette optique, la recherche en sciences humaines et sociales est en mesure d'identifier les socio-écosystèmes les plus pertinents. L'approche par les professions interroge pour sa part les modalités d'encadrement des pratiques les plus adéquates en fonction des publics et des contextes : elle permet de dépasser les enjeux corporatifs pour caractériser des blocs de compétences essentiels afin de certifier une approche adaptée et sécurisée. L'étude des usages des dispositifs proposés éclaire les modes d'appropriation multiples, voire la mise à distance, des messages de santé publique par les différents acteurs concernés : les professionnels de l'activité physique demeurent souvent démunis face à ces conduites de résistance, d'évitement ou de non recours délibéré.

Ici comme ailleurs, le succès des actions et dispositifs ne peut donc se passer d'une approche élargie et interdisciplinaire, relevant des sciences humaines et sociales, qui privilégie les optiques collaboratives : s'inscrivant dans un paradigme de promotion et d'éducation à la santé, il s'agit de multiplier les recherches interventionnelles en associant les mondes académique, associatif et politique, et en laissant une place de choix aux usagers et aux entreprises. Cette approche réflexive et collaborative est indispensable pour assurer la mobilisation de toutes les populations, notamment les plus éloignées et réticentes face à l'activité physique. Elle est une condition *sine qua non* du développement culturel des habitudes de vie active, de la pratique physique et sportive pour toutes et tous, et de la généralisation des usages de la mobilité douce et respectueuse de l'environnement. Il convient désormais d'enclencher cette dynamique vertueuse dans une optique d'éducation tout au long de la vie, en intégrant et en dépassant une vision de l'action publique fondée sur la seule prescription médicale. Car cette dernière semble bien trop restrictive et détachée des réalités sociales pour parvenir à atteindre les objectifs ambitieux assignés à la promotion de l'activité physique à des fins de santé globale, ou plus simplement de bien-être au quotidien.

Gilles VIEILLE MARCHISET, Université de Strasbourg

Claire PERRIN, Université de Lyon 1

Clément PERRIER, Université de Grenoble-Alpes

Sylvain FERREZ, Université de Montpellier

Jean Paul GENOLINI et Jean- Charles BASSON, Université de Toulouse 3

Yan DALLA PRIA, Université Paris-Nanterre

Isabelle CABY, Université d'Artois

Coralie LESSARD, Université catholique de l'Ouest

*Et les chercheur.es de l'Institut RecAPPS**

* Cette association (Institut de Recherche Collaborative sur l'Activité Physique et la Promotion de la Santé) sera lancée le 11 juin 2019 à la Maison des sciences de l'homme de Lyon : une table ronde abordera, entre 15h et 17h, les questions d'action publique, d'environnements favorables et de compétences dans le domaine de la promotion de la santé par les activités physiques.