

Antoine Noël Racine
MAÎTRE DE CONFÉRENCES



LES MOBILITÉS ACTIVES : UN ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE



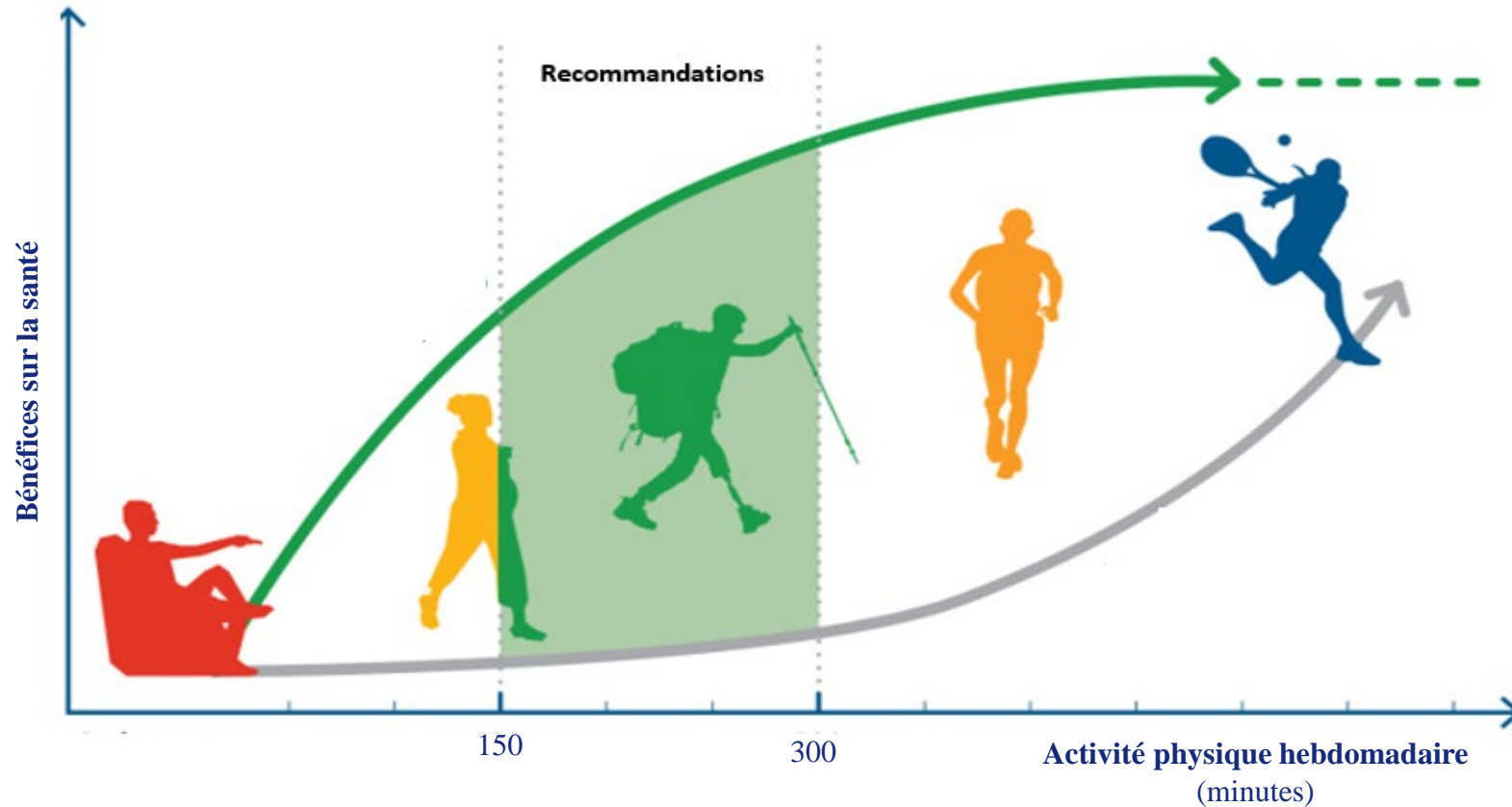
UNIVERSITÉ
CÔTE D'AZUR



ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE
ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES
DE LA SANTÉ

LAMHESSE
Laboratoire Matricié Humaine Expertise Sport Santé

Sédentarité vs inactivité physique

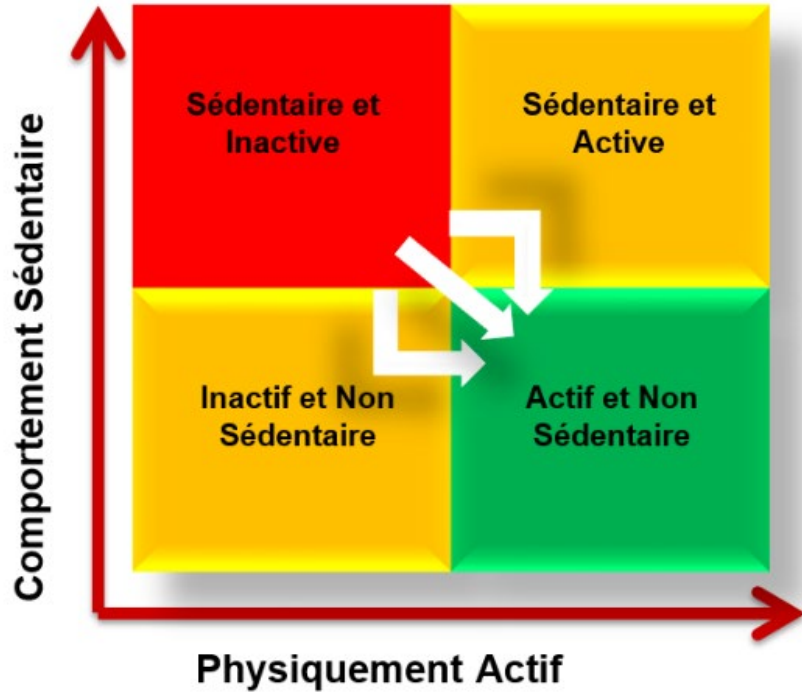


Inactivité physique : un niveau d'activité physique insuffisant pour répondre aux recommandations actuelles en matière d'activité physique (OMS, 2020).

Comportement sédentaire : Situation d'éveil caractérisée par une dépense énergétique faible en position assise ou allongée (ANSES, 2016).

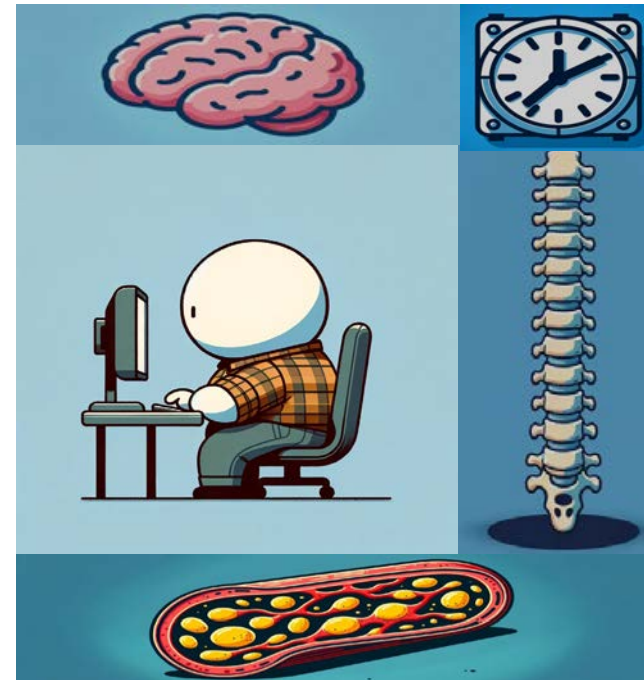
Effet cumulatif des risques

Profil de risque



Duclos *et al* (2021)

Conséquences à court terme



Chandrasekaran *et al* (2021)

Effet cumulatif des risques

Au cours d'une journée habituelle de 24 heures, combinez-vous environ passez-vous assis ?



Temps assis en heures par jour

	<4	4-6	6-8	>8
>60	Faible	Faible	Faible	Low
30-60	Faible	Faible à modéré	Faible à modéré	Faible à modéré
5-29	Faible à modéré	Modéré	Modéré	Modéré
<5	Modéré	Modéré à élevé	Modéré à élevé	Élevé

Ekelund *et al* (2021)

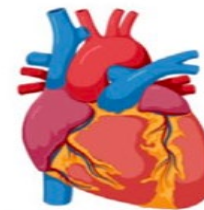
Conséquences à long terme

Risque de mortalité

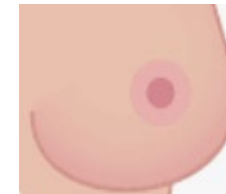
Faible	Risque équivalent au seuil de référence
Faible à modéré	Augmentation du risque de 1 à 15%
Modéré	Augmentation du risque entre ≥ 15 et $< 30\%$
Modéré à élevé	Augmentation du risque entre ≥ 30 et $< 45\%$
Élevé	Augmentation du risque $\geq 45\%$



Patterson *et al* (2018)



Yerramalla *et al* (2021)



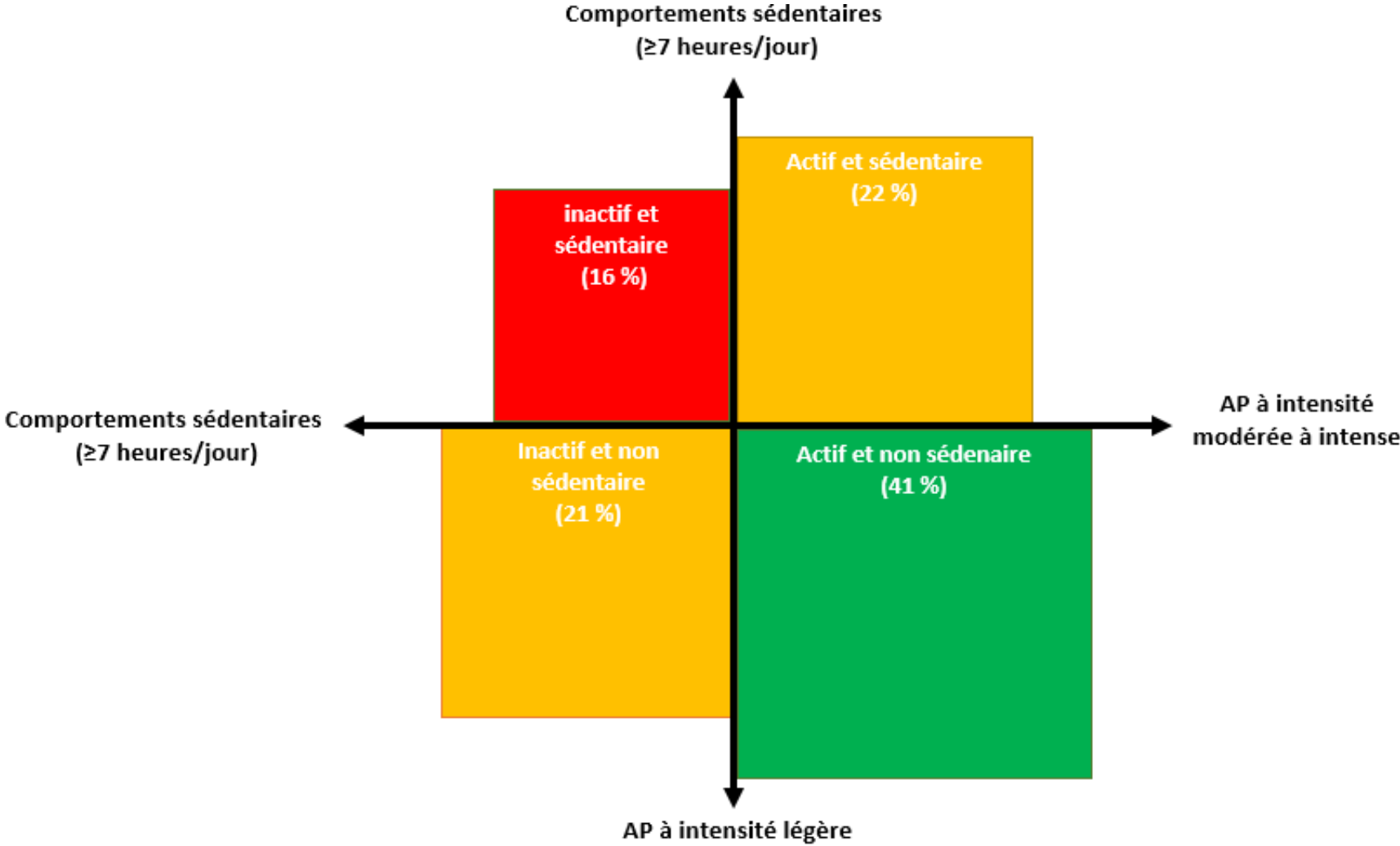
Lin *et al* (2021)



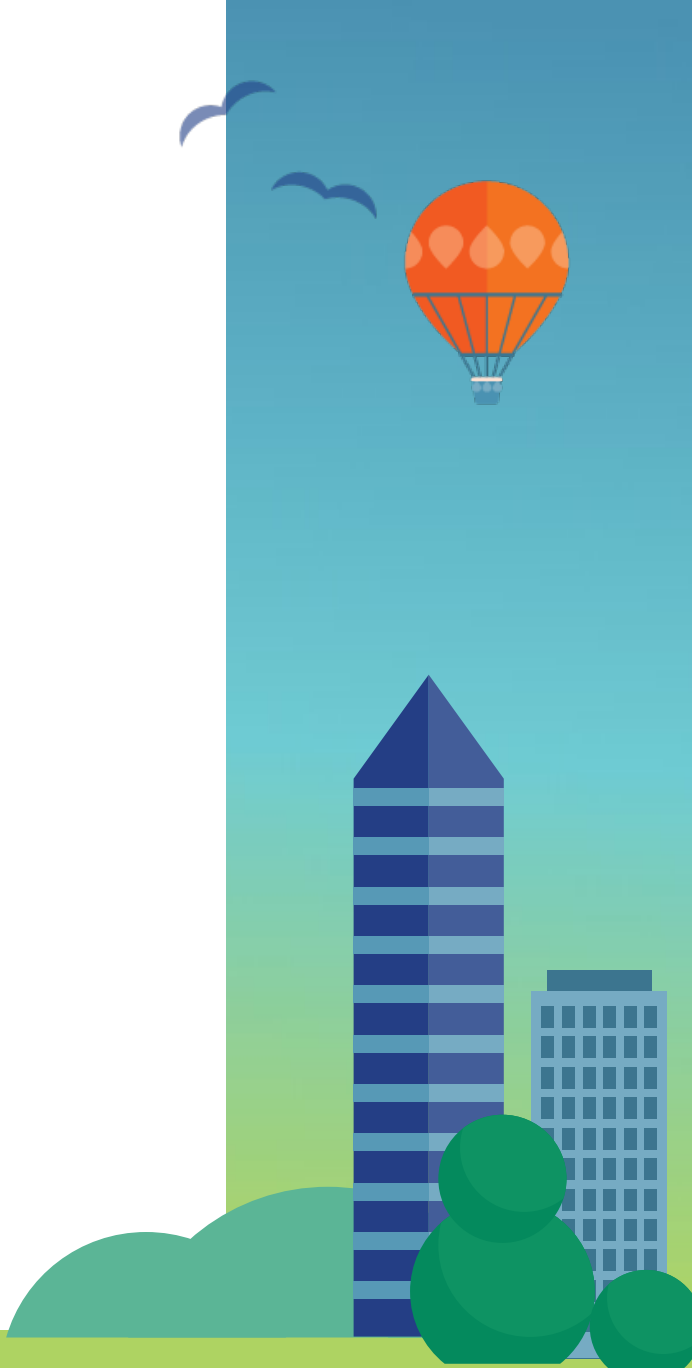
Au cours d'une journée habituelle de 24 heures, combien de temps (minutes) consacrez-vous à l'activité physique ?



Profil de risque de la population adulte



INCA 3 (ANSES, 2017)



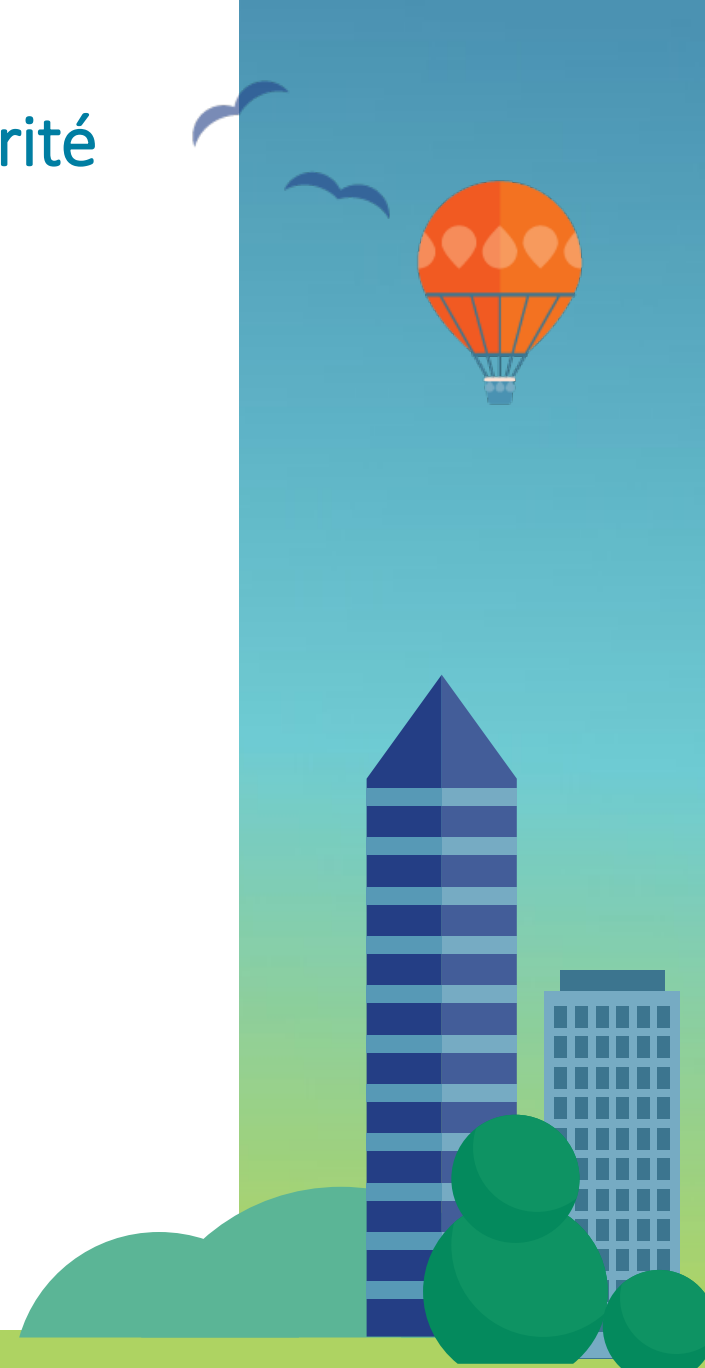


Impact des modes de transport sur le niveau de sédentarité

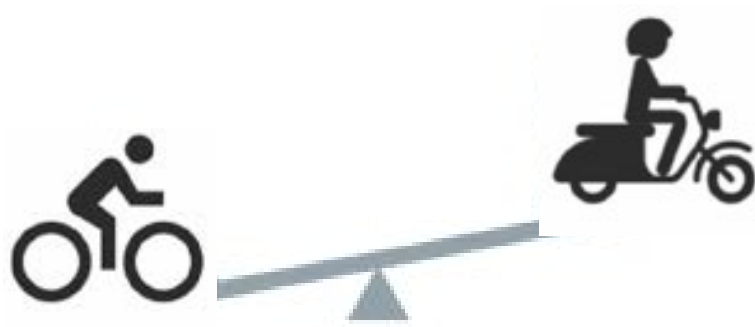


6,7 %

INCA 3 (ANSES, 2017)



Impact des modes de transport sur le niveau d'AP

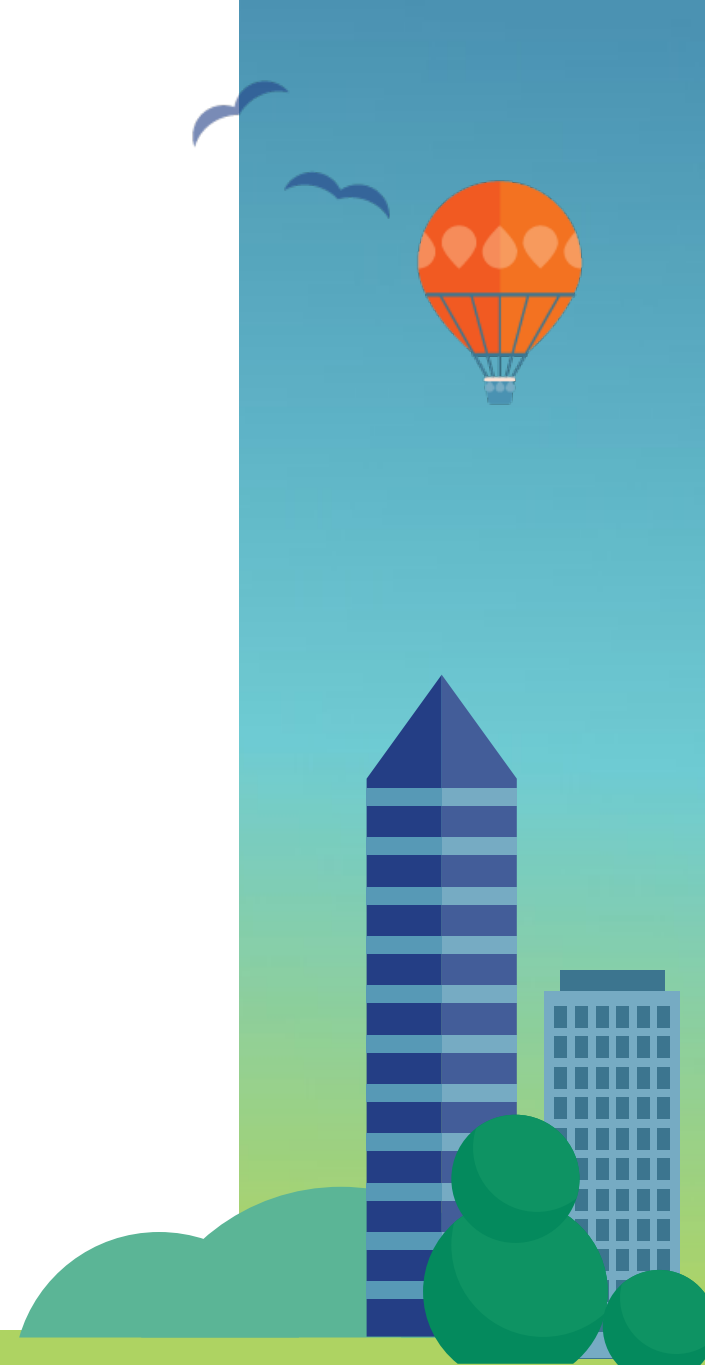


4,5 %

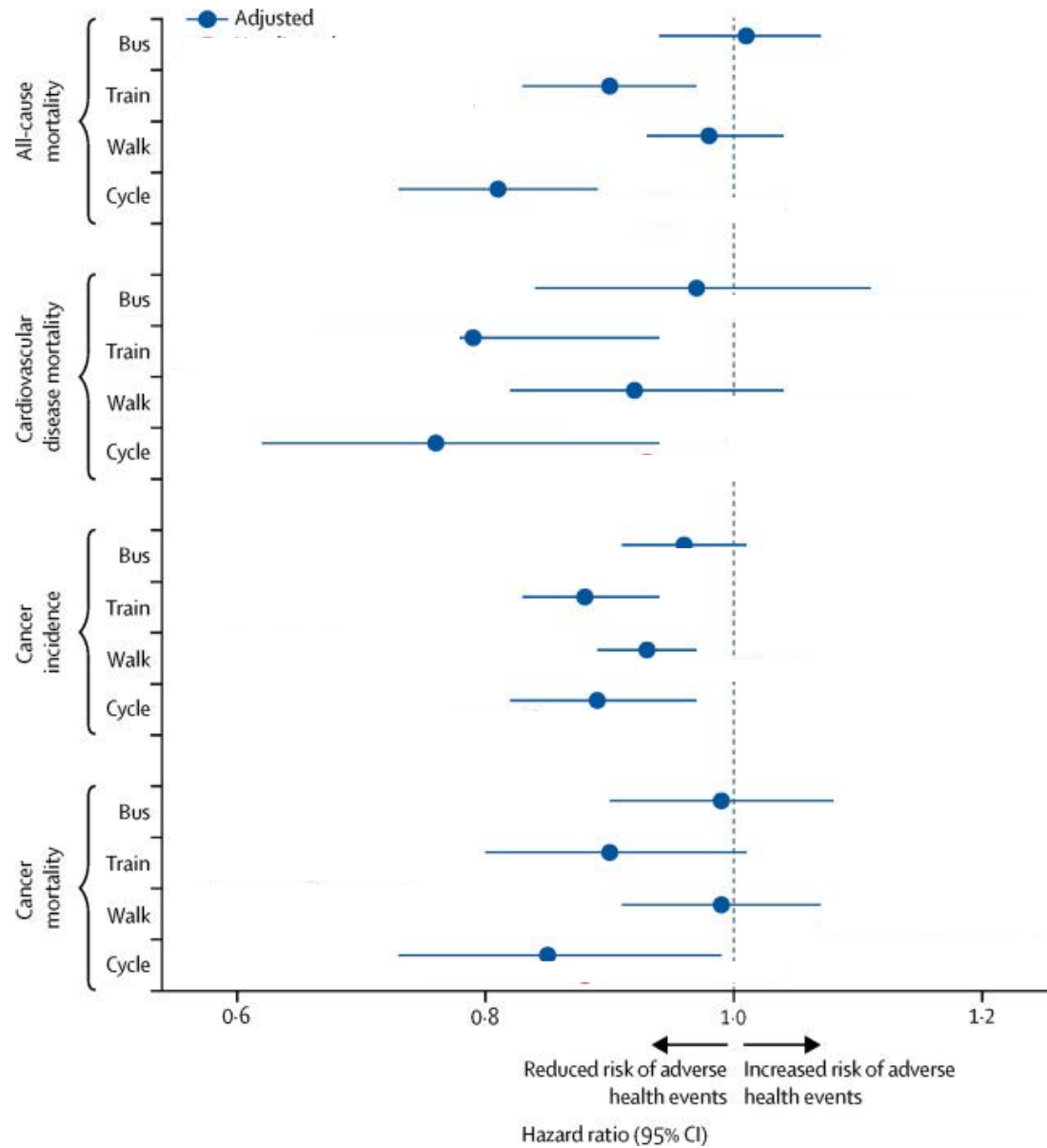
Différences significatives :

- Sexe ($p < 0,05$)
- Age ($p < 0,05$)
- Niveau d'étude ($p < 0,01$)

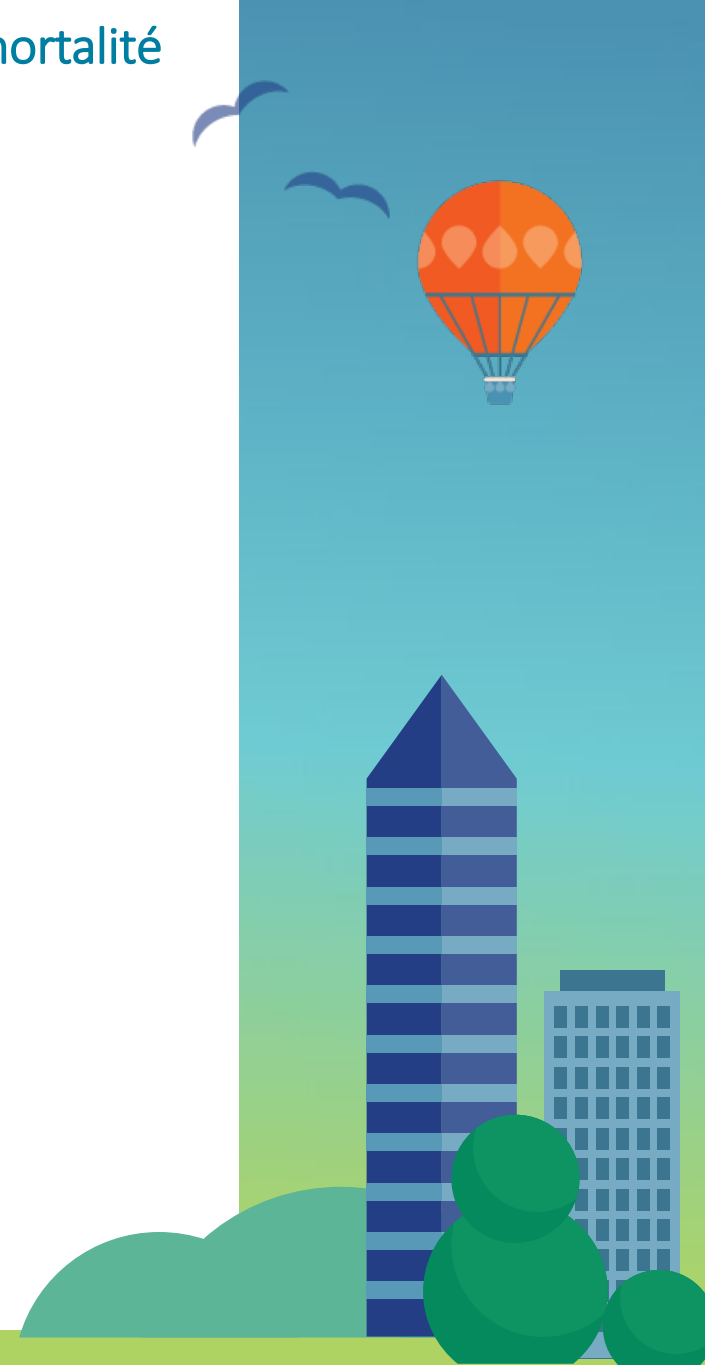
INCA 3 (ANSES, 2017)



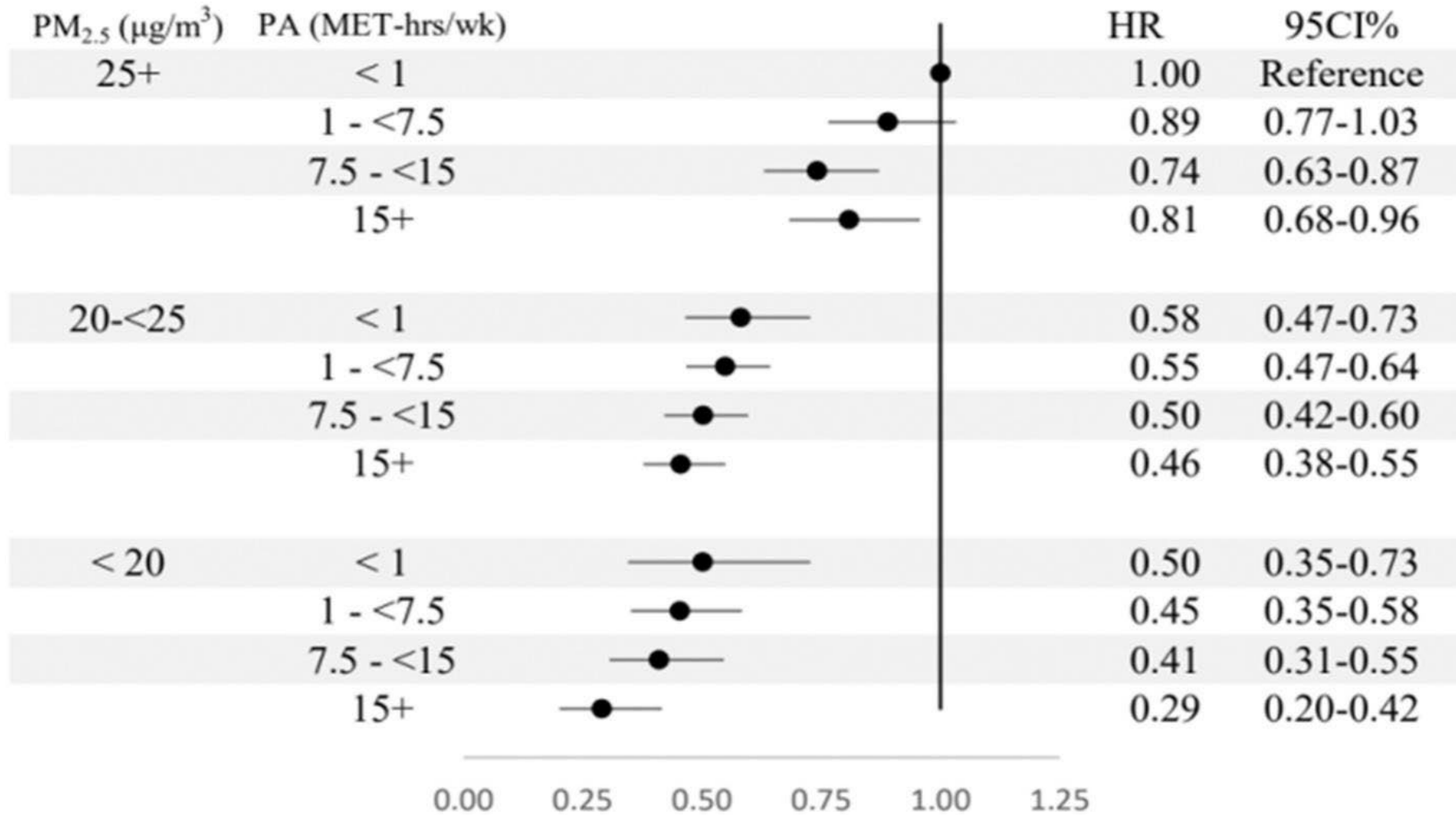
Association entre le mode de transport les maladies cardiovasculaires, le cancer, la mortalité



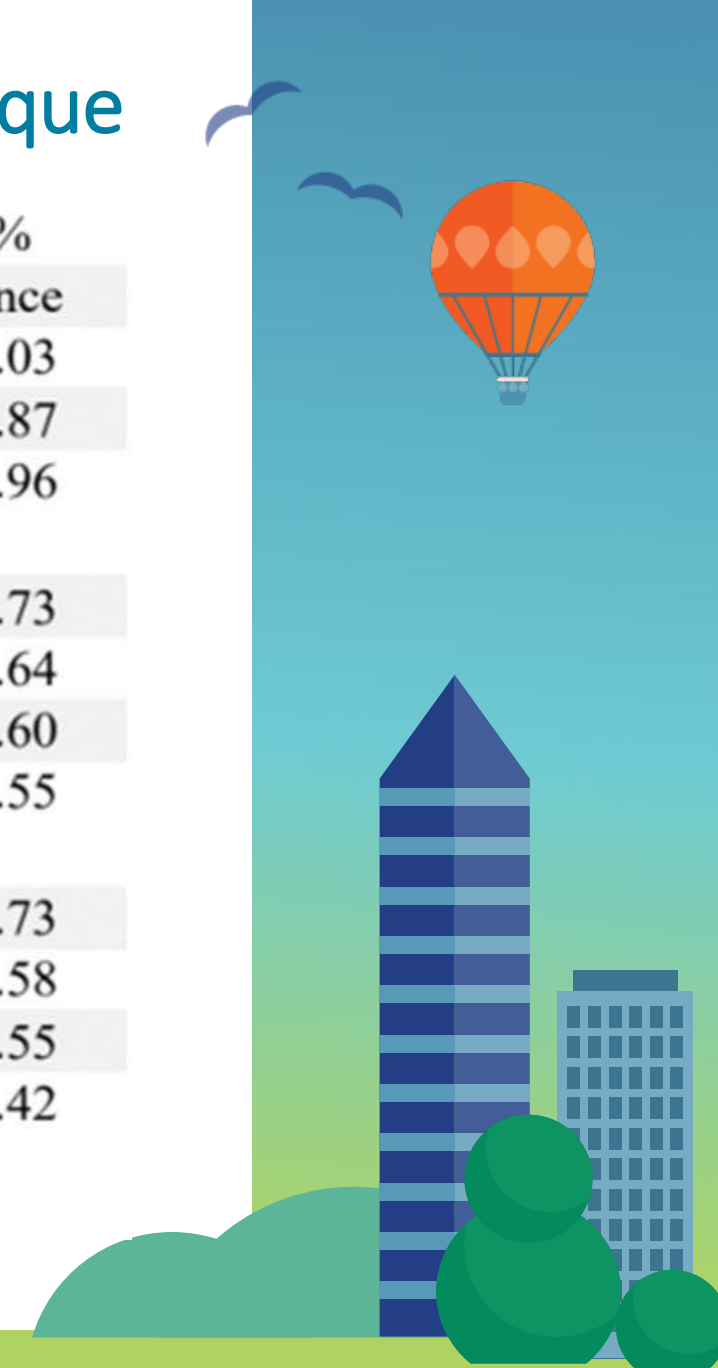
Patterson *et al* (2020)



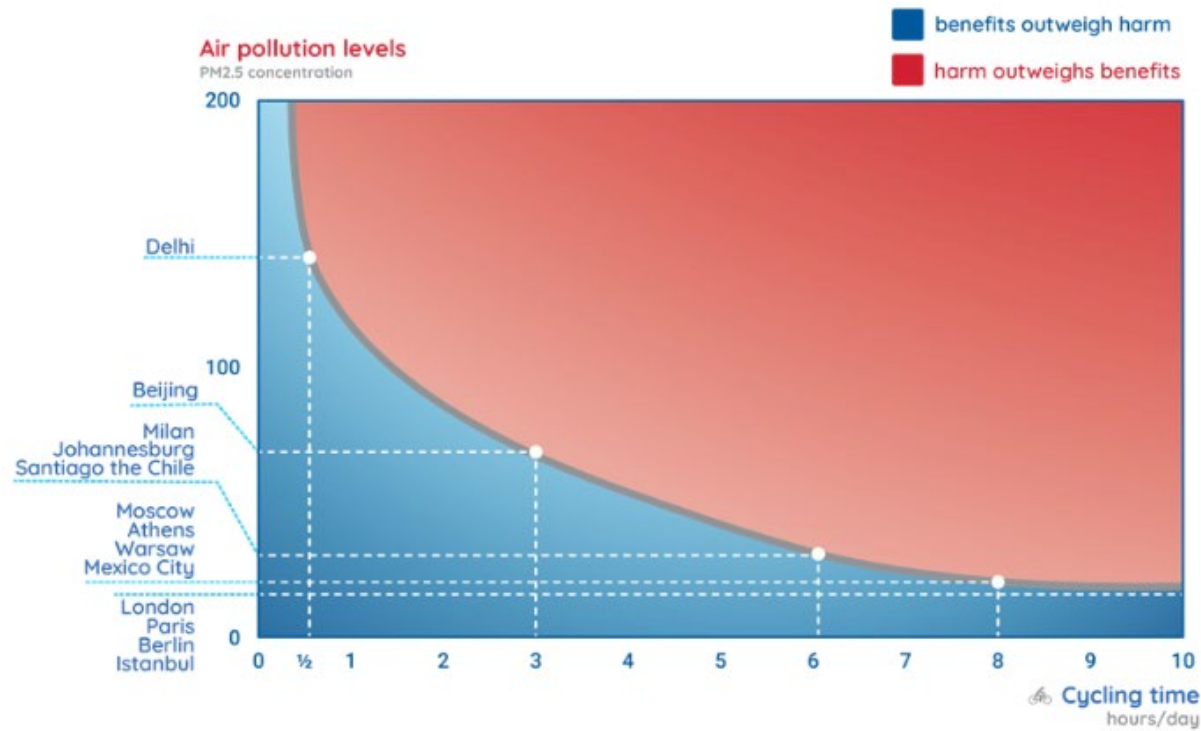
La pollution atténue les bénéfices de l'activité physique



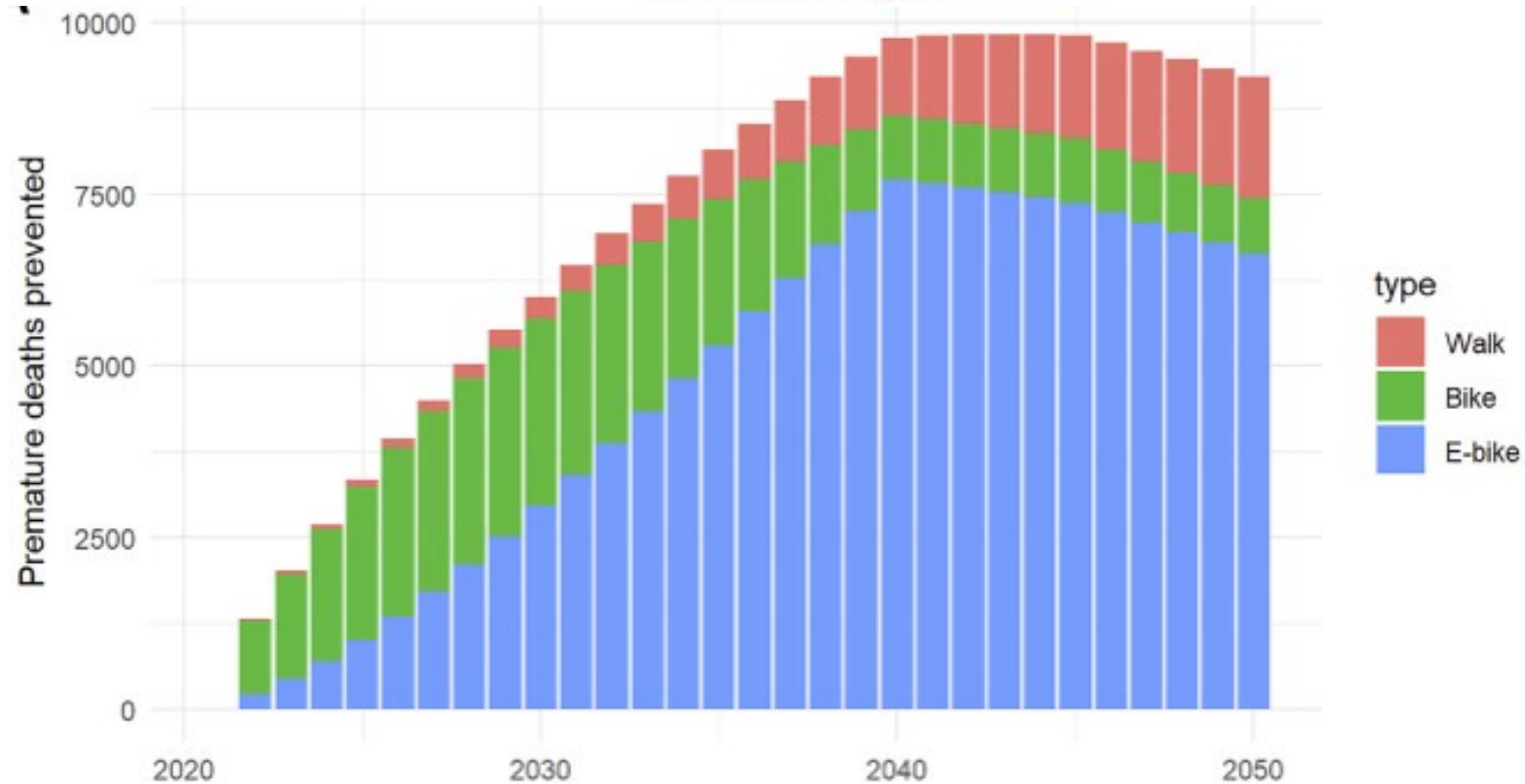
Tainio *et al* (2021)



Une balance bénéfices-risques positives pour les adultes en bonne santé

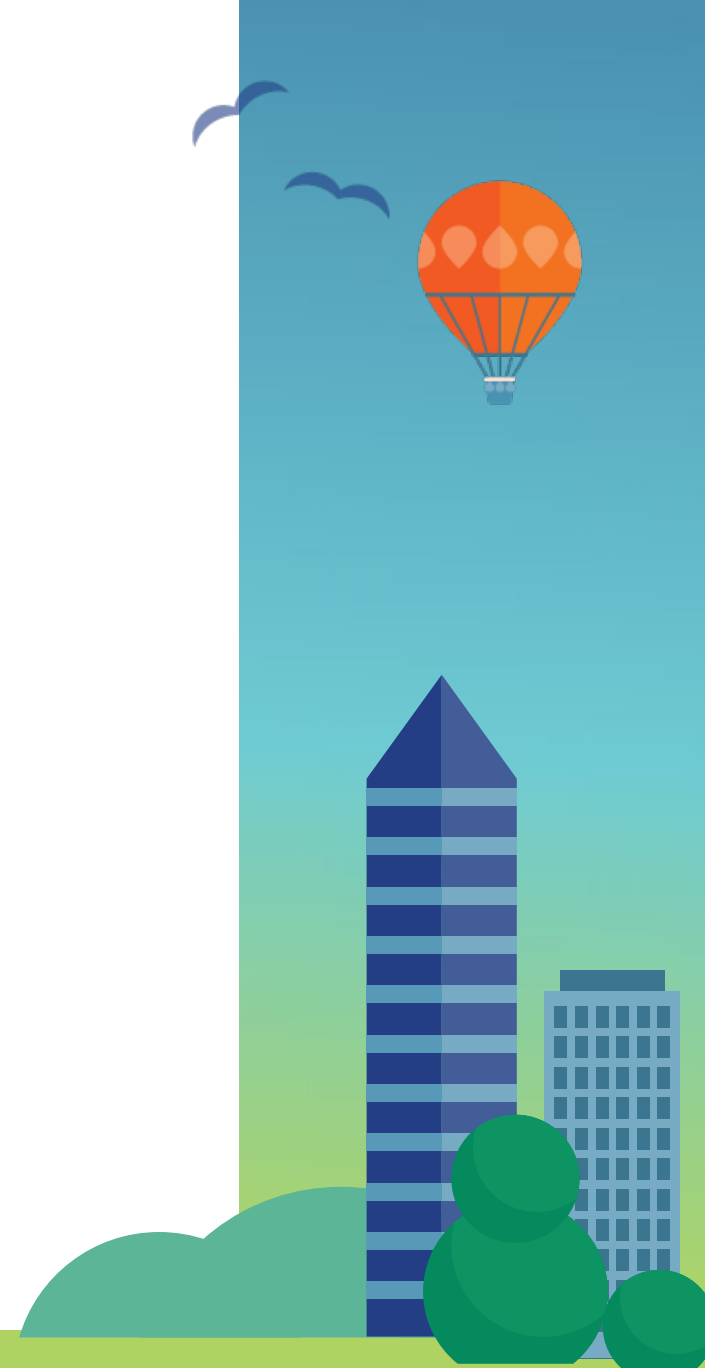


Impact des transports actifs sur la santé



- 480 000 décès prématurés
+ 3 mois d'espérance de vie

Barban *et al* (2022)



CO-bénéfices économiques et sociétaux

ARTICLES | VOLUME 39, 100874, APRIL 2024

[Download Full Issue](#)

The untapped health and climate potential of cycling in France: a national assessment from individual travel data

Emilie Schwarz • Marion Leroutier • Audrey De Nazelle • Philippe Quirion • Kévin Jean  

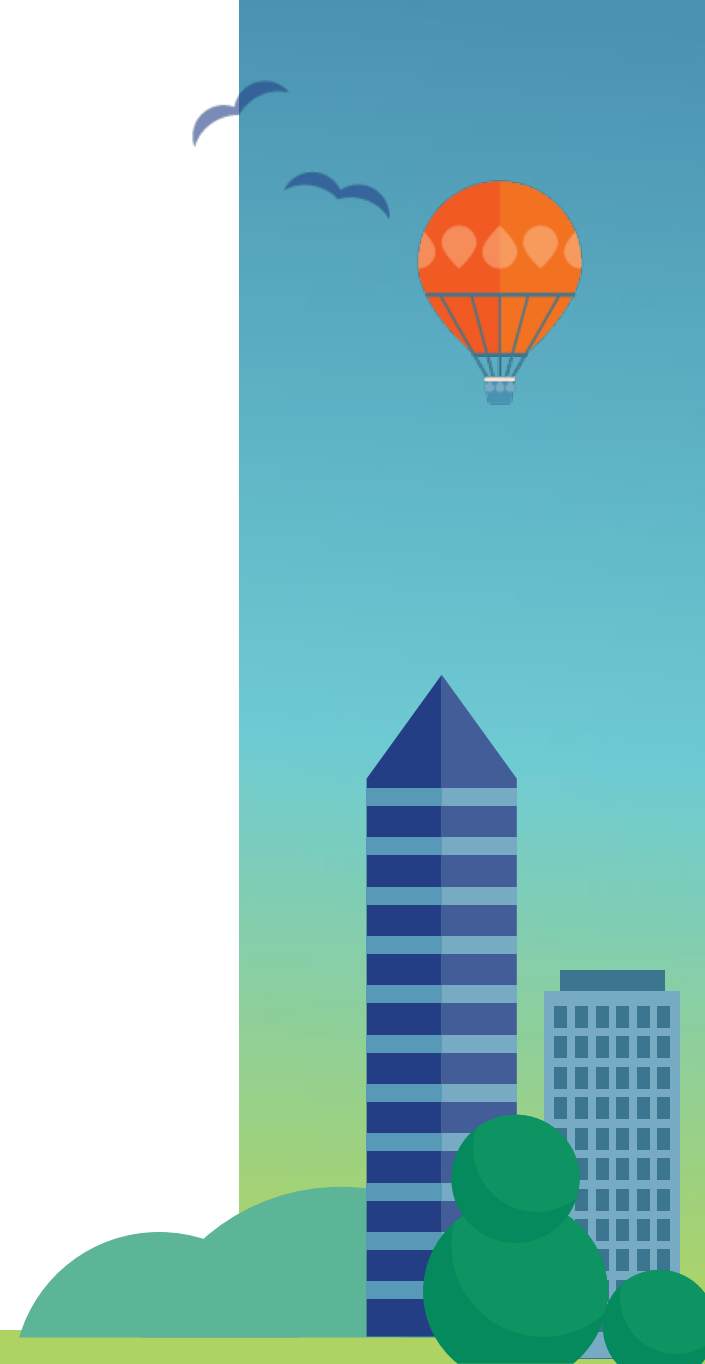
[Open Access](#) • Published: February 29, 2024 • DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lanpe.2024.100874>

- 4,75 milliards € coûts intangibles évités par an
+ 1,02 € d'économiser pour chaque KM parcouru à vélo



25% des trajets courts (<5km)

- 7,34 milliards € coûts intangibles évités par an
+ 1,25 € d'économiser pour chaque KM parcouru à vélo



CO-bénéfices économiques et sociétaux

ARTICLES | VOLUME 39, 100874, APRIL 2024

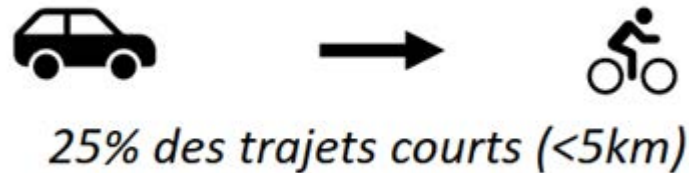
[Download Full Issue](#)

The untapped health and climate potential of cycling in France: a national assessment from individual travel data

Emilie Schwarz • Marion Leroutier • Audrey De Nazelle • Philippe Quirion • Kévin Jean  

[Open Access](#) • Published: February 29, 2024 • DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2024.100874>

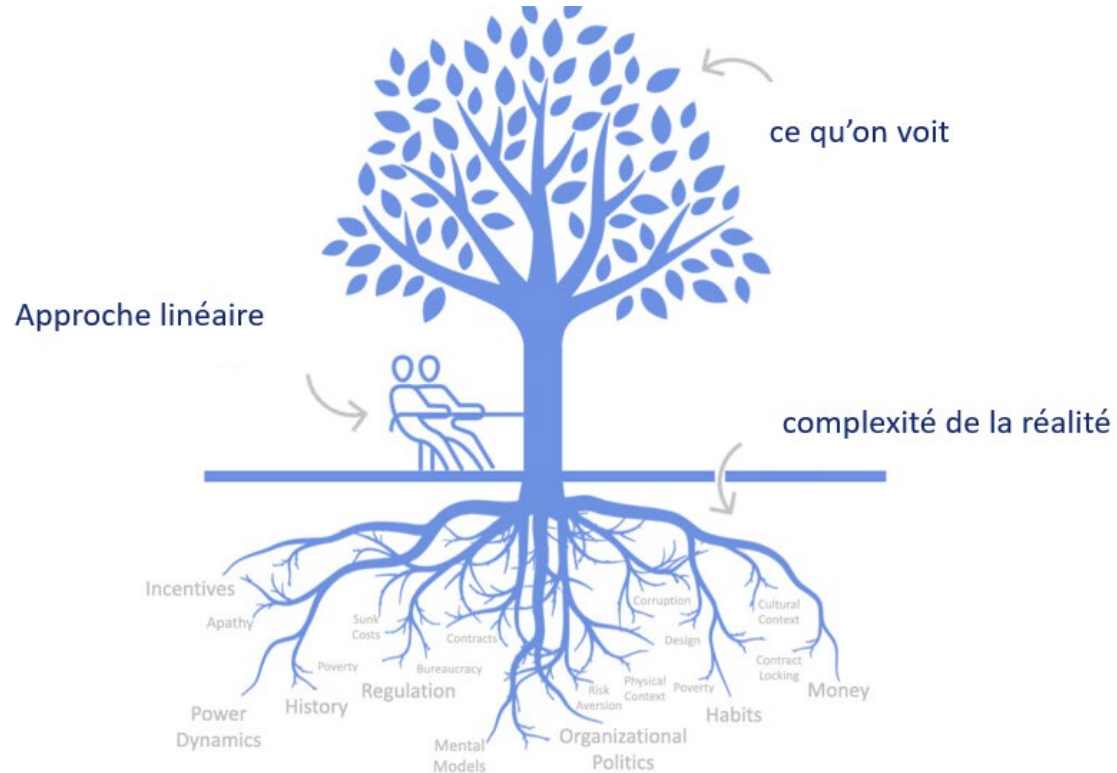
- 0,575 Mto d'émissions de CO2 évitées par an
- 124 000 voitures retirées de la circulation
- + 9,4 millions d'arbres absorbant environ 60 kg de CO2 au cours de sa vie



- 0,8 Mto d'émissions de CO2 évitées par an
- 174 000 voitures retirées de la circulation
- + 13,3 millions d'arbres absorbant environ 60 kg de CO2 au cours de sa vie



Une approche systémique pour développer les mobilités actives



OMS (2021)



Approche traditionnelle

Approche systémique

Démarche top-down

Démarche participative

Silo

intersectorielle

Action centrée sur l'individu

Action globale

Action généralisée

Action adaptée au contexte

Analyse linéaire

Analyse dynamique

Co-bénéfices du développement des mobilités actives



santé



bien-être



espérance de vie



fluidifier



temps



économie



accessibilité



CO2



bruit

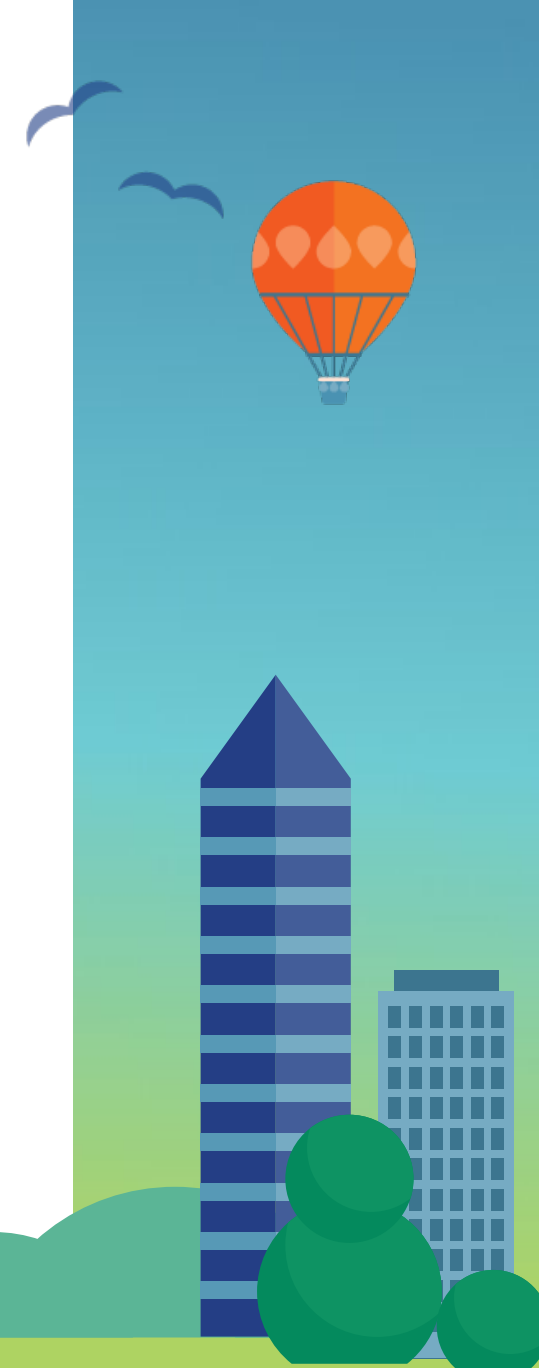


pollution



biodiversité

Yu et al (2023)



Co-bénéfices des approches systémiques



30%

Augmentation de 30 % des espaces verts dans une ville



Réduction de la température des environnements urbains de 1,3 degré



Réduction de 1/3 des décès prématurés attribuables aux îlots de chaleurs urbains l'été



Réduction des risques cardiovasculaires et de cancers



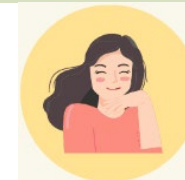
Réduction de la pollution sonore et de l'air



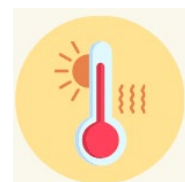
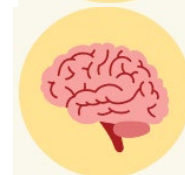
Augmentation du niveau d'activité physique



Amélioration de la qualité de vie



Amélioration de la santé mentale et cognitive



Lungman *et al* (2023)



Merci pour votre attention



Suivez-moi

