

Monsieur CHRISTOPHE MARTINEZ

Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS)

Soutiendra publiquement ses travaux de thèse intitulés

*EFFICACITÉ DE DISPOSITIFS D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES PRESCRITS SUR ORDONNANCE -  
Étude des effets sur les composantes physiques, comportementales et psychologiques*

dirigés par Madame Aurélie GONCALVES et Madame Elodie CHARBONNIER

Soutenance prévue le **vendredi 31 janvier 2025** à 14h00

Lieu : 5 Rue du Docteur Georges Salan 30900 Nîmes

Salle : D014

### Composition du jury proposé

Mme Aurélie GONCALVES	Université de Nîmes	Directrice de thèse
Mme Elodie CHARBONNIER	Université de Nîmes	Co-directrice de thèse
Mme Iris SCHUSTER	Centre Hospitalo-Universitaire de Nîmes	Rapporteure
Mme Claire PERRIN	Université Claude Bernard Lyon 1	Rapporteure
Mme Fabienne D'ARRIPE-LONGUEVILLE	Université Cote d'Azur	Examinatrice
M. Clément PERRIER	Université de Nîmes	Examineur

**Mots-clés :** Maison Sport-Santé, Maladie chronique, Sport sur ordonnance, Interventions non médicamenteuses, Activité Physique Adaptée,

### Résumé :

Cette thèse vise à évaluer l'efficacité d'un dispositif d'accompagnement de personnes malades chroniques ayant reçu une prescription d'activités physiques sur ordonnance. Les recherches menées dans ce cadre portent sur le dispositif « Bougez sur ordonnance® » (BSO®) mis en place par une association sportive, reconnue Maison Sport-Santé en 2020. Le premier chapitre de ce manuscrit propose un état des lieux de la littérature scientifique permettant d'identifier les principaux résultats, limites et perspectives de recherche relatifs à l'efficacité des dispositifs de prescription d'activités physiques. Cette analyse des connaissances a mis en évidence la nécessité d'enrichir la littérature existante par une évaluation bio-psycho-sociale et longitudinale de ces dispositifs, approche encore sous-explorée à ce jour. Ainsi, les recherches menées dans cette thèse poursuivent trois objectifs, chacun d'eux étant abordé dans une étude spécifique. La première étude s'intéresse à l'efficacité du dispositif BSO® en analysant les données recueillies durant trois années consécutives durant lesquelles le dispositif a été déployé sur deux villes gardoises. Cette étude a permis de mettre en lumière les lacunes du protocole d'évaluation du dispositif BSO® offrant ainsi des pistes pour la mise en place d'une évaluation plus complète et multidimensionnelle de son

efficacité. La deuxième étude vise à évaluer l'impact du dispositif sur une saison complète, en tenant compte d'un protocole d'évaluation enrichi permettant d'examiner ses effets à court, moyen et long terme. Cette approche offre une vision plus nuancée de l'efficacité à moyen et long terme suggérant des recommandations pour l'optimisation du dispositif. Enfin, la troisième étude explore le rôle des marqueurs de santé, des niveaux d'activité physique et de condition physique ainsi que de certains processus psychologiques dans l'observance des participants au sein du dispositif. Cette dernière analyse permet d'identifier les facteurs susceptibles d'influencer la participation des bénéficiaires, contribuant ainsi à améliorer les stratégies d'accompagnement. Les résultats de ces trois études ont permis de formuler un ensemble de recommandations visant à renforcer l'accompagnement des bénéficiaires du dispositif BSO®. Parmi ces recommandations figurent la mise en place d'ateliers de soutien social, l'intégration d'interventions psychosociales et l'utilisation d'outils de suivi et d'encouragement pour renforcer l'engagement et la motivation des participants. Ces interventions pourraient jouer un rôle crucial pour soutenir les participants sur le long terme, en répondant aux défis spécifiques posés par les maladies chroniques. En conclusion cette thèse ouvre des perspectives de recherche pour optimiser non seulement la durée et le format des dispositifs de prescription d'activité physique, mais aussi les méthodes d'évaluation et les stratégies d'accompagnement pour favoriser l'observance et l'engagement des participants. A terme, ces travaux visent à contribuer à faire de la prescription d'activité physique en France un outil de santé publique plus durable, plus accessible, et plus efficace, capable de répondre aux besoins spécifiques des personnes malades chroniques, dans un contexte où les ressources dédiées au « sport sur ordonnance » restent limitées.