



Bibliographie sélective : Activités physiques, bienfaits santé

Ouvrages :

1. Activité physique et prévention des chutes chez les personnes âgées /[rapport réalisé à la demande du Ministère de la ville, de la jeunesse et des sports par le Pôle Expertise collective de l'INSERM]. INSERM, Instituts thématiques; 2015.
WT 100 ACT
2. Bigard X, Guézennec C-Y. Nutrition du sportif. Elsevier Masson; 2017. WB 400
BIG
3. Bompard N. Football et santé : bienfaits, blessures, prévention. Éd. Chiron; 2012. 796.334 BOMP
4. Boniface P, Masseglia D. Le sport, c'est bien plus que du sport ! J.-C. Gawsewitch; 2013. 306.483 BONI
5. Collard L. Sport et bien-être relationnel : un autre aspect de la santé. Éd. Chiron; 2012. 306.483 SPOR
6. Cymes M, Romedenne P. Vivez mieux et plus longtemps. Stock; 2016. 613 CYM
(BU IUT)
7. Décamps G, Bruchon-Schweitzer M. Psychologie du sport et de la santé. De Boeck; 2011. 796.01 PSYC
8. Dionne I. Santé, activité physique et bien-être pour les seniors. Chiron; 2012.
796.08 SANT
9. Fink HH, Mikesky AE, Kottelanne T. Nutrition du sport. De Boeck supérieur; 2018. WB 400 FIN

10. France. Ministère des solidarités de la santé et de la famille. Activité physique et santé : arguments scientifiques, pistes pratiques. Parimage; 2005. [QT 260 ACT](#)
11. Gardenal M. Homéopathie du sportif : haut niveau, loisir, bien-être, entretien. Grancher; 2014. [WB 930 GAR](#)
12. Gaubert I, Beraguas O, Bauret V, Duclos M. Les fondamentaux du sport santé : 80 outils pour mieux évaluer et accompagner vos pratiquants. Amphora Fédération française EPGV; 2014. [796.01 FOND](#)
13. Hausswirth C, Maudet T. Nutrition et performance en sport : la science au bout de la fourchette. INSEP; 2012. [WB 400 HAU](#)
14. Institut national de la santé et de la recherche médicale (France). Activité physique : prévention et traitement des maladies chroniques. EDP sciences Inserm; 2019. [QT 261 INS](#)
15. Leblond F, Clouvel E, Belaud V. J'ai pas le temps... de faire du sport ! : 90 séances, 3 niveaux de difficulté : des séances de 10 minutes sans matériel pour s'affiner et se muscler. Amphora; 2018. [GV 482 LEB](#)
16. Léger D, Duforez F. Sport et sommeil : les mécanismes du sommeil : sommeil et performance : insomnie, sommeil différé. Éd. Chiron; 2012. [796 LEGE](#)
17. Maquet T, Ziane R. Sport, santé et préparation physique : contributions techniques et éclairages scientifiques pour des pratiques optimisées. Amphora; 2010. [796.077 MAQU](#)
18. Monnin É, Ferréol G, Hüe C. Sport, santé et cohésion sociale. Université de technologie de Belfort-Montbéliard; 2014. [306.483 SPOR](#)
19. Pailler D, Druvert J-C, Laboute E, Piera J-B, Masson G. Le sport autrement. [Nouvelle édition entièrement remise à jour], Ed. Chiron; 2014. [796.045 SPOR](#)
20. Ratel S, Martin V, Rowland TW. L'enfant et l'activité physique : de la théorie à la pratique. Ed. Désiris; 2014. [796.07 ENFA](#)
21. Riché D. L'alimentation du sportif en 80 questions. Vigot; 2015. [WB 400 RIC](#)

22. Sport et santé : quelle activité physique pour quelle santé ? / [4ème Colloque international de médecine du sport de Saint-Etienne, 10-11 décembre 2004]. Publications de l'université de Saint-Etienne; 2004. [QT 260 SPO](#)

Thèses et mémoires :

1. Campa F. Activité physique ou sportive et grossesse : enquête réalisée au Centre hospitalier universitaire d'Amiens : mémoire de sage-femme. Université de Picardie Jules Verne, 2017. [MEMSF 2016-5](#)
2. Cottel M. Évaluation de l'impact sur la qualité de vie des patients atteints de pathologies chroniques après inscription au réseau sport-santé « Picardie en forme » et du rôle du médecin généraliste dans l'adhésion à ce projet thérapeutique : thèse d'exercice de médecine générale. Université de Picardie Jules Verne; 2019. [THM 2018-70](#)
3. El Akrich M. Des séances d'activités physiques adaptées dans la prise en charge des enfants en surpoids ou obèses en médecine générale : point de vue du médecin généraliste : étude qualitative du programme ISPLEO sur 16 enfants obèses et enquête auprès des médecins généralistes à Saint-Quentin dans l'Aisne : thèse d'exercice de médecine générale. Université de Picardie Jules Verne; 2010. [THM 2010-113](#)
4. Hardiville L. Activité physique : bénéfices et risques pour la santé. thèse d'exercice de pharmacie. Université de Picardie Jules Verne; 2013. [THP 2013-79](#)
5. Louette-Kowalski L. Place du médecin généraliste de Picardie dans l'initiation à l'activité physique des patients atteints de cancer en cours de traitement : thèse d'exercice de médecine générale. Université de Picardie Jules Verne; 2015. [THM 2015-150](#)
7. Plassard C. Activité physique des internes en médecine générale en Picardie : suivi des recommandations de l'Organisation mondiale de la santé : thèse d'exercice de médecine générale. Université de Picardie Jules Verne; 2019. [THM 2018-82](#)

8. Wojtarkowski J. Pratique de l'activité physique au sein d'un réseau sport-santé en Picardie chez les patients atteints de pathologie chronique : impact sur la santé et ressenti des médecins généralistes : thèse d'exercice de médecine générale. Université de Picardie Jules Verne; 2014. THM 2014-153

Sites web :

solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/article/activite-physique-et-sante

www.sports.gouv.fr/pratiques-sportives/sante-bien-etre/

solidarites-sante.gouv.fr/systeme-de-sante-et-medico-social/strategie-nationale-de-sante/priorite-prevention-rester-en-bonne-sante-tout-au-long-de-sa-vie-11031/article/2019-priorite-a-l-alimentation-la-nutrition-l-activite-physique

www.mangerbouger.fr