

ACTIVITÉS PHYSIQUES/ SPORTIVES ET COVID-19 : DES RELATIONS AMBIVALENTES

Laurent MESSONNIER

PROFESSEUR DES UNIVERSITÉS

Laboratoire Interuniversitaire de Biologie
de la Motricité (LIBM), UFR Sciences et Montagne

La pandémie à la Covid-19 a été particulièrement délétère pour nos activités physiques et sportives. Le confinement et la fermeture de nos lieux de pratique ont hypersédentarisé certains d'entre nous, entraînant directement la perte d'aptitude physique, l'augmentation du risque de survenue de maladies métaboliques et cardiovasculaires, et une altération drastique de notre qualité de vie.

L'activité physique ne pourrait-elle pas s'avérer être un moyen efficace de récupérer plus rapidement ses capacités physiques après avoir été atteint par la Covid-19 ? Les séjours en réanimation sont particulièrement délétères pour le tissu musculaire (fonte musculaire) et l'aptitude physique en général. Des programmes d'activités physiques post Covid-19 sont actuellement envisagés pour faciliter/accélérer le recouvrement des aptitudes physiques initiales, contribuant ainsi au traitement des patients.

Si l'activité physique est la première à souffrir de la pandémie, elle apparaît à bien des égards comme un remède possible aux conséquences fonctionnelles de la Covid-19.

CHAMBÉRY

7 décembre 2021 à 18h

ANNECY

9 décembre 2021 à 18h

ARCHAMPS

14 décembre 2021 à 18h30