

Inscrit au médicosport
Santé du CNOSF¹

Basket Santé

Prévention des facteurs de
risques cardiovasculaires

Prévention des effets
de l'inactivité et de la
sédentarité

Ralentissement des effets
de l'avancée de l'âge

Amélioration de
la qualité de vie

FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE BASKETBALL

Pratique spécifique :
sans impact et sans contact

Matériel adapté dans
les tailles et textures

Construction collective
stimulant particulièrement le
bien-être physique et mental

Mis en place dans une
structure fédérale labellisée

Encadrement qualifié

- Licence STAPS APA
- Formation Fédérale
Animateur Basket Santé²

Suivi individuel et
personnalisé (bilan + tests)





INDICATIONS – PRESCRIPTION

Pour les maladies :

- > Métaboliques
- > Cardiovasculaires
- > Rhumatologiques
- > Neurologiques
- > Cancers
- > Respiratoires
- > Psychiatriques

Protocole d'activité :

- > Session de 3 à 12 mois
- > Groupe réduit
- > Pratique hebdomadaire
- > Durée 1h30 (moyenne)

Contre-indication :

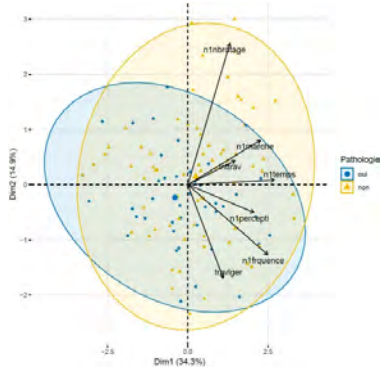
- > Pathologie aiguë
et/ou non stabilisée



ÉTUDE RÉALISÉE

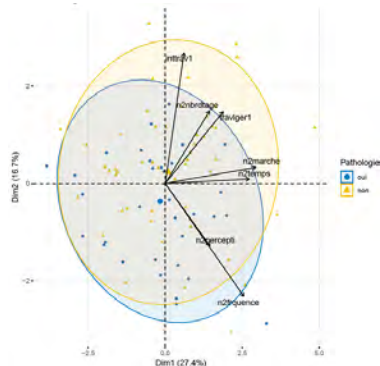
Analyse en composante principale sur 127 pratiquants :
Amélioration significative de la condition physique des
47 pratiquants déclarant une pathologie³

Avant



La première ACP établie sur les données recueillies avant la saison, montre sur le diagramme une nette différence entre le groupe pathologique (ellipse bleue) et le groupe non pathologique (ellipse jaune)

Après



La seconde ACP établie sur les données consécutives à la session, montre sur le diagramme une bascule de l'ellipse bleue qui se rapproche de l'ellipse jaune, semblant signifier que le groupe de pratiquants avec pathologie rejoint celui indemne de pathologie

¹CNOSF : <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/actus/7038-nouvelle-version-du-mdicosport-sant.html>

²Arrêté ministériel du 8/11/2018 avec parution au Journal Officiel du 29/11/2018 - Certification autorisant la dispensation d'activité physique adapté prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD

³BRETON P. et al. Le basket Santé : évaluation, bénéfiques perspectives sur une cohorte de participants au cours de la saison 2017/2018. Sci Sports (2019) 34, 208-216