

SOMMAIRE

Préface	VII
Avant-propos	IX
Remerciements	XI
Introduction	1
Chapitre 1. Définition et recommandations d'activité physique pour les enfants	5
Définition et caractéristiques de l'activité physique spontanée de l'enfant.....	5
Point sur les recommandations d'activité physique pour l'enfant	10
Chapitre 2. Mesures de l'activité physique des enfants	25
Instruments de mesure de l'activité physique habituelle de l'enfant	26
Considérations pour l'évaluation de l'activité physique et perspectives offertes par les nouvelles technologies.....	41
Chapitre 3. Épidémiologie de l'activité physique des enfants : données descriptives actuelles	59
Tendances séculaires et évolution de l'activité physique au cours du développement.....	59
Dimorphisme sexuel de l'activité physique des enfants et ses relations à la maturité biologique.....	63
Données de prévalence obtenues avec les techniques déclaratives.....	65

Données de prévalence obtenues avec les techniques objectives.....	67
Données françaises sur l'activité physique des enfants.....	72
Chapitre 4. Bénéfices et risques de l'activité physique pour la santé infantile	79
Croissance et santé osseuse.....	79
Dépression.....	85
Diabète de type 2.....	88
Dyslipidémie.....	90
Hypertension.....	93
Surpoids et obésité.....	95
Qualité de vie.....	104
Syndrome métabolique et insulino-résistance.....	106
Risques liés à l'activité physique de l'enfant.....	111
Chapitre 5. Stratégie de promotion de l'activité physique chez l'enfant	125
Aperçu sur le niveau d'efficacité des stratégies actuelles.....	126
Bases de l'activité physique des jeunes.....	128
Nouveau paradigme interventionnel et rôle des acteurs/intervenants.....	135
Conclusion	143
Index	147