

Cette hypo natrémie se manifeste par des troubles cardiovasculaires, des troubles neurologiques allant de l'altération de vigilance et d'attention, jusqu'au coma en absence de diagnostic.

Autres risques non évalués. Les effets secondaires et la toxicité évoqués chez l'homme de certains composants présents à taux élevés (Vitamines B, Caféine, Taurine, Glucuronolactone) apparaissent d'autant plus important à l'effort, car la déshydratation relative augmente les concentrations circulantes, et renforcent la toxicité à l'effort.

Résultats complets de l'enquête IRBMS le 10 octobre. La population étudiée par cette enquête de l'IRBMS se compose de sportifs à haut niveau de pratique, des sportifs amateurs, des pratiquants d'activité physique, des sédentaires et population en situation de précarité. L'enquête de consommation est nationale, mais la majorité des participants est issue du département du Nord, département pilote en France. L'analyse est actuellement en cours d'interprétation, mais quelques données peuvent déjà être publiées : 66% des personnes interrogées déclarent une consommation de boisson énergisante. Les résultats définitifs distingueront les niveaux de consommation et l'âge des consommateurs. 50% des consommateurs pensent que ces boissons présentent un risque sur la santé. Les effets perçus sont essentiellement d'ordre neurologique avec une agitation et un épuisement évoqués chez 30% des consommateurs, et pour 13% d'entre eux des effets cardiaques. L'association avec l'alcool et les compléments alimentaires est fréquente et semble s'inscrire dans le cadre d'une conduite addictive ou dopante chez les sportifs. Les résultats de l'enquête seront publiés intégralement le 10 octobre 2012, lors d'un colloque à Lille.

Habitudes sportives des Français : 80% de la population est sédentaire

L'International Retailing Center du groupe Reims Management School a mené une étude portant sur les habitudes sportives des Français. Cette étude vise à mieux comprendre quelle est la place occupée par le sport dans leur quotidien. Un échantillon de 511 personnes (dont 52% femmes) a participé à cette recherche au niveau national, en complétant un questionnaire sur internet entre le 23 et le 26 Mars 2012. Les résultats sont pour le moins inquiétants...

L'objectif premier de l'enquête est de mieux comprendre les habitudes sportives des français. Une définition de l'activité fondée sur différents critères (fréquence, contenu, contexte, degré d'investissement, etc.) devrait permettre de rendre compte de la diversité des situations.

Le second objectif de l'enquête est de comprendre quelle est la place occupée par le sport dans la vie des français grâce à une description très précise de l'individu. Les résultats de cette étude ont permis de révéler le constat suivant : une majorité de la population française est sédentaire. Plusieurs types d'explications permettent de mieux comprendre les raisons de la non pratique d'un sport : des explications de nature individuelle liées à la définition sociale de l'individu (âge, sexe, catégorie socioprofessionnelle), des explications relatives à l'offre (éloignement par rapport aux équipements, coût).

L'enquête porte sur les personnes âgées de 18 ans à 69 ans vivant en France métropolitaine. L'échantillon composé de 511 personnes (dont 52% de femmes) a été interrogé via un questionnaire en

ligne sur internet. Toutes les analyses ont été réalisées avec le logiciel JMP de SAS.

61% des Français qui pratiquent un sport sont considérés comme sédentaires

Parmi les 54% des Français ayant déclaré pratiquer un sport : 53% d'entre eux étaient des hommes. Avec 27% de réponses, la marche apparaît comme étant le sport le plus pratiqué par les Français, suivi de près par la musculation et le fitness (à 22%), puis par la natation (à 12%). L'impact positif du sport sur la santé est le facteur principal motivant sa pratique (68%). La plupart des Français préfèrent pratiquer des sports pendant la semaine (70%) et en compagnie de membres de leur famille ou d'amis (55%). Cependant, 61% des Français qui pratiquent un sport, seraient considérés par l'Organisation Mondiale de la Santé comme étant des individus sédentaires, puisqu'ils pratiquent un sport moins de trois fois par semaine, fréquence recommandée par l'OMS. Si l'on rajoute ceux qui ne pratiquent pas de sport, l'étude montre que 80% de la population française serait sédentaire.

En ce qui concerne les goûts des Français en matière de sport : l'événement sportif le plus suivi par les Français est les Jeux Olympiques (à 53%), le football, quant à lui, a été élu sport préféré des Français (à 18%), suivi par la marche (17%) et par le rugby (16%). Parmi 72 personnalités sportives, Zizou apparaît comme étant le sportif préféré des français.

46% des répondants disent ne pas pratiquer de sport : parmi eux, 57% sont des femmes. Les Français justifient la non-pratique d'un sport par manque de temps (48%). Si les répondants devaient se lancer dans la pratique d'un sport, la plupart d'entre eux choisiraient la marche (29%). Les principaux facteurs de motivation lors du choix d'un sport seraient : le plaisir (49%) et son impact positif sur la gestion du stress (49%).

