

**ADHERENCE TO 2020 ESC RECOMMENDATIONS ON PHYSICAL
ACTIVITY IN A POPULATION WITH DIFFERENT CARDIOVASCULAR
RISK LEVELS: THE COLAUS|PSYCOLAUS STUDY**



*Rafaël Hauser¹, Roxane de La Harpe¹, Peter Vollenweider¹, Roger Hullin²,
Julien Vaucher¹, Pedro Marques-Vidal¹, Marie Méan¹*

¹ Department of Medicine, Division of Internal Medicine, Lausanne University Hospital and University of Lausanne, Rue du Bugnon 46, 1011 Lausanne, Switzerland

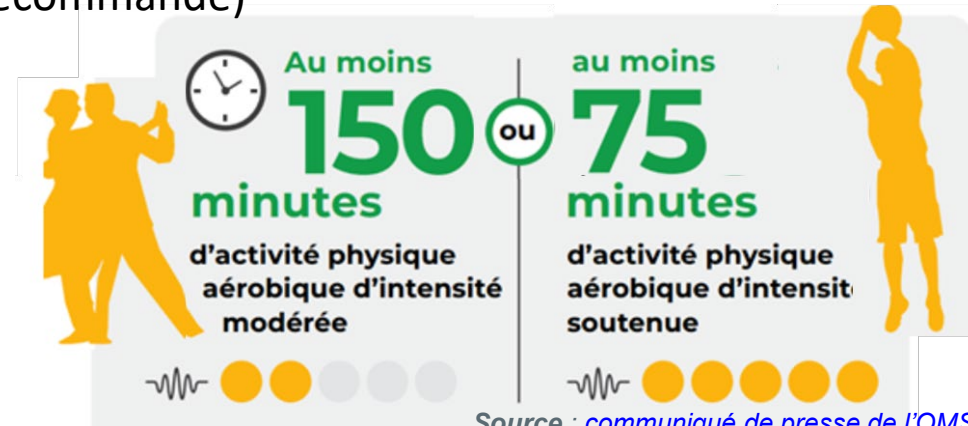
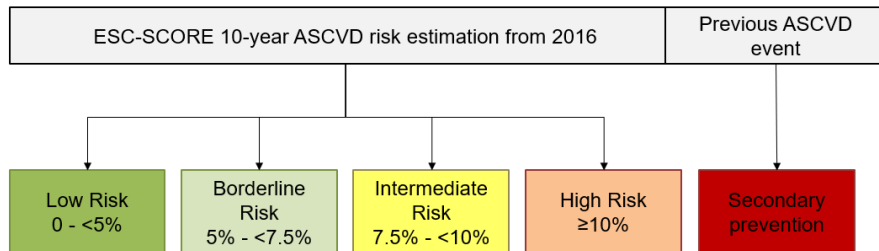
² Division of Cardiology, Lausanne University Hospital and University of Lausanne, Rue du Bugnon 46, 1011 Lausanne, Switzerland

Objectif : Mesurer le niveau d'activité physique de 1867 participant.es lausannois.es et leur adhérence aux dernières recommandations d'activité physique.

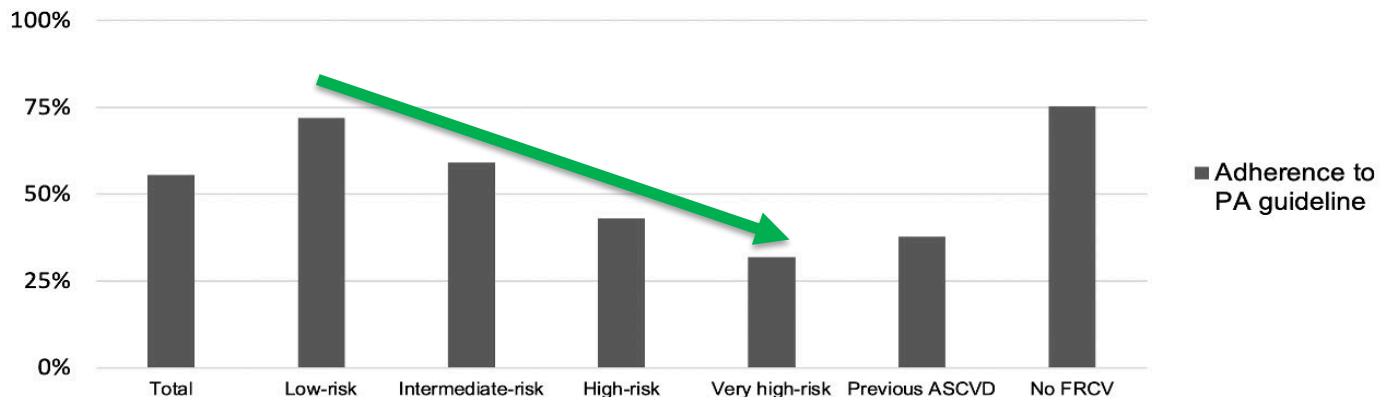
colaus
psycolaus



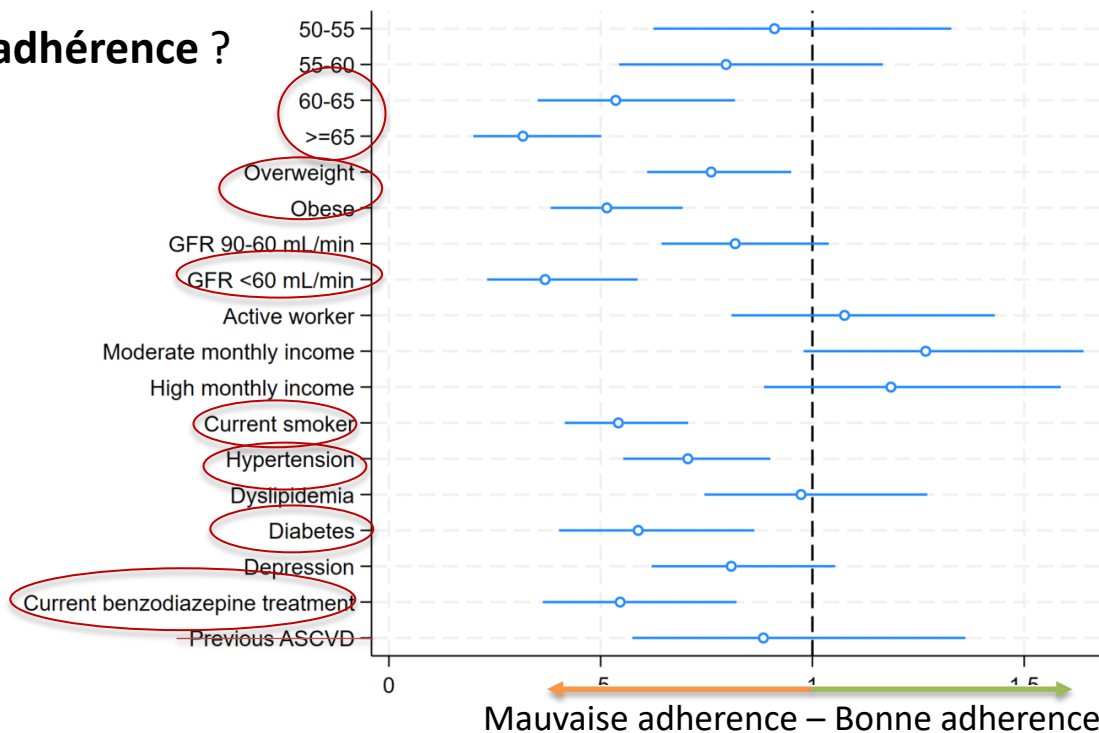
Hypothèse : Plus on a un niveau de risque cardiovasculaire haut, plus on devrait avoir été exposé à des recommandations d'hygiène de vie, donc plus on devrait être adhérent (i.e., effectué >80% du temps d'activité physique recommandé)



Résultats : On peut faire mieux !



Facteurs associés à une mauvaise adhérence ?

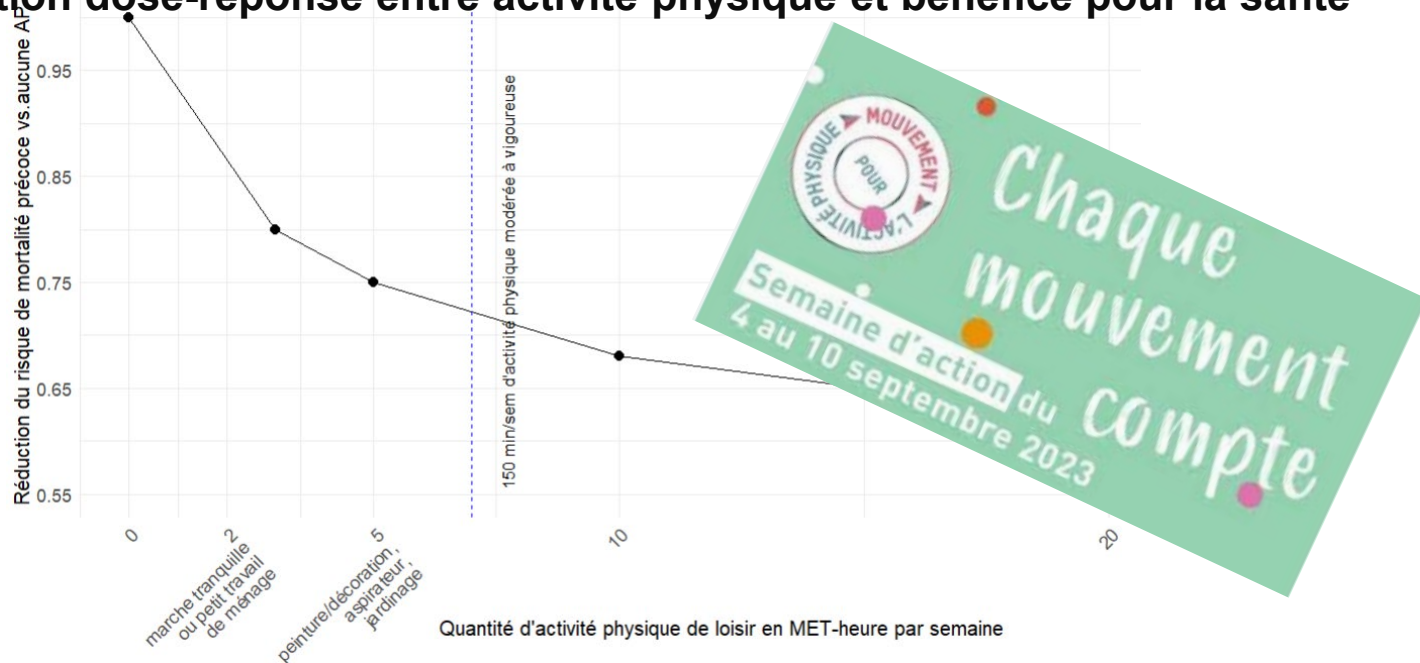


Conclusion: Continuons à promouvoir et à aider au développement de l'activité physique auprès de la population en général !

Et soyons d'autant plus attentif/attentives à ceci auprès :

- de la population âgée
- de la population avec comorbidités cardiovasculaires
- des gens consommant des benzodiazépine
- des patient-es en surpoids

Relation dose-réponse entre activité physique et bénéfice pour la santé



Cette figure est adaptée de la revue de littérature de Kraus WE, Powell KE, Haskell WL, Janz KF, Campbell WW, Jakicic JM, et al. Physical Activity, All-Cause and Cardiovascular Mortality, and Cardiovascular Disease. Med Sci Sports Exerc. 2019 Jun;51(6):1270–81.