

## Des scientifiques québécois à connaître : Marie-Ève Mathieu

**MARIE-ÈVE MATHIEU**, Ph.D. en sciences de l'activité physique (Université Laval), professeure adjointe à l'Université de Montréal et chercheuse au CHU Sainte-Justine

Marie-Ève Mathieu se spécialise en intervention et en développement de programmes liés à l'activité physique, la santé (poids et profil cardiométabolique) et les enfants. Elle a contribué au programme DiabetAction dont le rayonnement s'étend jusqu'en France où l'on s'en inspire.

### SPÉCIALITÉS

Activité physique — physiologie de l'exercice — obésité — prévention primaire et secondaire — maladies cardiovasculaires — développement et évaluation de programmes — intervention — enfants — femmes enceintes — adultes

### VISION

« L'activité physique est au cœur d'une approche positive et non restrictive. On se prend en main. Il faut admettre que nous sommes fondamentalement paresseux et que nous tendons à conserver notre énergie. Il faut cependant trouver des moyens d'intervenir pour s'activer. Entre bouger plus ou manger moins, je choisis de bouger plus! Personne ne regrette d'avoir pratiqué une activité physique après coup. Il faut commencer doucement et prendre de cinq à dix minutes [en augmentant graduellement] pour pratiquer une activité physique et ainsi faire la coupure avec notre quotidien. Après tout, il a des gens âgés qui courent des marathons en moins de trois heures. Alors tout est possible! »

### PARCOURS

Marie-Ève Mathieu a obtenu une maîtrise et un doctorat en sciences de l'activité physique à l'Université de Montréal. Elle a complété par la suite, à l'Université Laval, un postdoctorat en lien avec l'activité physique, la santé (poids et profil cardiométabolique) et les enfants. Depuis 2009, elle est professeure adjointe à l'Université de Montréal, et travaille également en tant que chercheuse au CHU Sainte-Justine depuis l'été 2010. Elle a reçu le prix *Obesity Boot Camp Participation Distinction 2008* remis par le Réseau Canadien Obésité. Elle fait partie des comités de direction et

d'éducation professionnelle du Centre de promotion de la santé du CHU Sainte-Justine qui offre le programme CIRCUIT (promotion et réadaptation, familles à risque de maladies cardiovasculaires).

## **QUELQUES PROJETS ACTUELS**

### ***Recherche et intervention auprès de jeunes patients du CHU Sainte-Justine***

Conception d'outils permettant un suivi médical à distance de jeunes patients et patientes. Il s'agit d'une approche « de la clinique à la communauté » assurant un suivi adéquat des jeunes à l'extérieur du milieu hospitalier et leur donnant accès à des ressources, par exemple des kinésiologues.

### ***Intervention auprès de femmes enceintes atteintes de diabète de grossesse***

Au départ, l'approche était individuelle. Un « volet groupe » s'est ensuite ajouté, et on assiste à présent à la mise sur pied d'un programme d'intervention qui comporte notamment des rencontres avec des kinésiologues.

### ***Action auprès des personnes diabétiques en lien avec la pratique d'activités physiques***

### ***Étude familiale sur la prévention des maladies cardiovasculaires et du diabète de type 2 chez l'enfant et l'adolescent (QUALITY)***

Près de 600 enfants de 8 à 10 ans participent à cette étude depuis six ans, et devraient être suivis jusqu'à 18 ans. Le poids, la glycémie, la consommation maximale d'oxygène et la fréquence cardiaque font partie des éléments mesurés. Ces données permettront de détecter certaines maladies à un stade précoce.

## **QUELQUES PROJETS ANTÉRIEURS**

### ***Contribution à la trousse DiabetAction : promouvoir l'activité physique et de saines habitudes de vie auprès des personnes diabétiques de type 2 ou à risque***

Cet outil s'adresse aux professionnels et professionnelles de l'activité physique et de la santé travaillant dans les CLSC, les cliniques de diabète et les centres sportifs. Il vise à initier des personnes sédentaires à la

pratique d'activités physiques afin d'améliorer leur qualité de vie, leur état de santé et leur condition physique.

### PISTES À EXPLORER

Optimiser le positionnement de l'activité physique en lien avec le contrôle du poids afin de contrer certains paramètres, par exemple les contraintes de temps.

Poursuivre l'étude amorcée au CHU Sainte-Justine auprès des 600 enfants de 8 à 10 ans afin d'obtenir des données qualitatives lorsqu'ils atteindront l'âge adulte (étude longitudinale).

### CHANGEMENTS ET DÉCOUVERTES

« L'activité physique a longtemps été considérée comme un outil de travail dédié à la performance sportive. Aujourd'hui, l'éducation physique se veut beaucoup plus près de la population au quotidien. Il faut parvenir à en faire un élément à adopter. Je remarque d'ailleurs une ouverture de la part de milieux où la pratique d'activités physiques ne fait pas partie de leur vocation traditionnelle, notamment les hôpitaux. Par exemple, il n'y a pas forcément de suivi concernant la pratique d'activités physiques chez les jeunes atteints de maladies. Nous travaillons actuellement sur un projet de recherche dont l'un des objectifs est de faire le pont entre les médecins et leurs patients à l'extérieur des centres hospitaliers. »

### SINGULARITÉ

« Après avoir effectué une session en nutrition au baccalauréat, session durant laquelle je calculais les calories absorbées, je passerai le reste de ma carrière à m'assurer que l'on en dépense assez [de calories]. »

### Quelques publications et communications scientifiques

Nantel J, N-E Mathieu et F Prince (2011) **Physical activity and obesity: Biomechanical and physiological key concepts.** Journal of Obesity, Article ID 650230, 10 p.

Mathieu M-È, V Drapeau et A Tremblay (2010) **Parental misperception of their child's body weight status impedes the assessment of the child's lifestyle behaviors.** International Journal of Pediatrics - Special issue on exercise in children during health and sickness. Article ID 306703, 9 p.

Huneault L, M-E Mathieu, G-A Bray et A Tremblay (2010) **Knowledge-based work, sleep curtailment and obesity: A relationship accentuated by globalization.** Obesity reviews.

Mathieu M-È, M Brochu et L Béliveau (2009) **The DiabetAction program: Implementation in community-based settings.** Research Quarterly for Exercise and Sport 80(3):583-92.

Catherine Cardinal et Guy Thibault

N° 00237

Fiche d'information scientifique