



## Patients et professionnels de l'institut du thorax, ensemble aux Foulées de l'Eléphant de Nantes

Nantes, le 17 avril 2024 – C'est une communauté de 50 coureuses et coureurs de *l'institut du thorax* qui s'alignera ce samedi 20 avril au départ des Foulées de l'Eléphant de Nantes. Leur objectif ? Promouvoir l'importance d'une activité physique adaptée pour tous et célébrer ensemble les 20 ans de l'institut de recherche en santé cardiovasculaire nantais.

Créé en 2004, *l'institut du thorax* rassemble dans une structure unique les spécialistes des maladies cardiovasculaires, métaboliques et respiratoires. Médecins et chercheurs de Nantes Université, du CHU de Nantes, de l'Inserm et du CNRS, partagent donc depuis 20 ans leurs expertises et l'objectif d'accélérer la recherche au bénéfice des patients.

Parmi les événements qui jalonnent cette année de célébrations, les équipes de *l'institut du thorax* ont eu l'idée originale de rassembler leur communauté lors des Foulées de l'Eléphant 2024. C'est ainsi que médecins, chercheurs, administratifs, alumni et étudiants de l'institut ont décidé de participer à ce challenge sportif et festif. Mais détail d'importance : à leurs côtés, **des patients suivis à l'institut du thorax prendront aussi le départ de la course**, grâce à des dossards offerts pour l'occasion par le Crédit Mutuel Loire-Atlantique Centre-Ouest et Abalone Marathon de Nantes dans le cadre de leur partenariat.

C'est donc en re-formant une équipe de patients et de professionnels de la recherche et du soin, réunie comme au quotidien, que *l'institut du thorax* portera sur les 10 kilomètres du parcours le message de **l'importance d'une activité physique régulière et adaptée, à tout âge**. Course à pied, mais aussi marche, danse, jardinage ... il suffit de trouver ce qui convient à chacun pour prévenir le diabète de type 2, l'obésité, les maladies cardiovasculaires et respiratoires. Car selon Santé Publique France, « une activité physique régulière, d'intensité modérée ou élevée, peut diminuer de 20 à 50 %, selon les études, le risque de pathologie coronarienne (maladie du cœur) et de 60 % environ le risque d'un accident vasculaire. »\*

**Pour ses 20 ans, l'institut du thorax vous donne rendez-vous samedi 20 avril à 21h30, sous les Nefs des Machines de l'Île de Nantes !**

\* [Synthèse pour les professionnels des recommandations de l'ANSES de février 2016 sur l'activité physique et la sédentarité – Actualisation des repères du PNNS, Février 2017](#)

### Contact presse :

Vimla MAYOURA, Responsable communication de *l'institut du thorax*,  
06 88 79 67 89 - [vimla.mayoura@univ-nantes.fr](mailto:vimla.mayoura@univ-nantes.fr)