



## RÉSULTATS RP

### JOURNÉE NATIONALE DE LA SANTÉ DU PIED 2025

Cette année l'UFSP a choisi de mettre à l'honneur pour sa Journée Nationale de la Santé du Pied le thème suivant : les baskets, une bonne idée pour nos pieds ?

Comme l'année précédente, pour des raisons budgétaires, l'UFSP a choisi de lancer sa communication en relations presse plus tardivement (le 8 avril), afin de réduire la durée des actions. De ce fait, nous n'avons pas contacté certains médias print, notamment ceux ayant des délais de bouclage longs.

À titre d'exemple, le magazine Top Santé a publié en avril un sujet de deux pages dans sa version papier, intitulé « Fini les problèmes de pieds ». De même, le magazine *Pleine Vie* a consacré une page à « Bien choisir ses semelles » dans son numéro du mois d'avril.

En revanche, ayant été sollicités dès février par Santé Magazine, nous avons pu figurer dans leur numéro d'avril.

#### **ACTIONS RP**

Campagne :

- Envoi CP fichier global 8/04/2025
- Envoi CP régions 14/05/2025
- Accompagné de relances téléphoniques systématiques

#### **LES CHIFFRES À RETENIR**

##### **34 PARUTIONS + 4 en attentes**

- 4 sujets TV : (**12 minutes de paroles sur la TV nationale**)  
**TF1 (Bonjour! La Matinale) x2, France 2 (Télématin), M6 (12h45)**



- 4 Radio  
*France Bleu, RTL, Sud Radio*
- 8 Print  
*Santé Magazine, La Provence, Marie France, La Charente Libre...*
- 18 Web  
*Top Santé.fr, [aufeminin.fr](http://aufeminin.fr), [grazia.fr](http://grazia.fr), [rtl.fr](http://rtl.fr)...*

26 parutions dans les médias nationaux et 8 dans les médias régionaux.



## **6 PODOLOGUES SE SONT EXPRIMÉS**

- Muriel Montenvert x3
- Romain Vayer x4
- Cyril Marchou
- Fabien Beuzon
- Anne Mear
- Camille Hannequin

## **PARUTIONS À VENIR :**

**aufeminin.fr** : 2 sujets à venir : la paire de chaussures à éviter & un sujet sur les baskets - itw de Romain Vayer

**Pleine Vie** : Bien choisir ses baskets pour les plus de 50 ans - itw de Romain Vayer

**Avantages** : un sujet de trois pages sur les pieds, en abordant différentes problématiques : pied plat, pied creux, hallux valgus et orteil en griffe - itw de Muriel Montenvert et Fabien Beuzon

## **À NOTER :**

**Suite à cette édition, nous avons obtenu quantitativement moins de parutions que l'année dernière : 34 (à ce jour) en 2025 contre 55 en 2024, dont 24 parutions postérieures à la journée (24 reprises de médical santé sur le sujet des JO).**

Cette différence s'explique par plusieurs facteurs :

- En 2024, le thème du sport nous avait permis de nous inscrire dans une actualité forte : les Jeux Olympiques.
- En 2025, seulement quatre actions ont eu lieu en région. **Deux régions importantes et sources de nombreuses parutions régionales étaient notamment absentes : l'Aquitaine et l'Auvergne-Rhône-Alpes.**
- Une communication RP plus tardive a également eu un impact. Les médias ayant des délais de bouclage longs n'ont pas pu traiter le sujet à temps. Plusieurs journalistes (Version Femina, Côté Santé, Avantages...) nous ont indiqué avoir été sollicités trop tard pour relayer la journée.
- Le journal Sud Ouest, pour la région de Pau, n'a pas couvert l'événement, l'actualité locale étant particulièrement dense ce jour-là, entre la grève des taxis et l'affaire de Bétharram.

Cependant, cette année, nous avons touché des rubriques de médias nationaux qui n'avaient pas relayé la journée depuis plusieurs éditions, telles que la chronique d'Aline Perraudin sur RTL, Sud Radio ou encore Télématin.



Il est à souligner également que nous avons obtenu des parutions extrêmement qualitatives sur des médias nationaux de référence (TF1, M6, France 2, RTL...)

Enfin, nous avons touché plus de médias nationaux que l'année passée (28 versus 23 en 2024)

### **NOTRE RECOMMANDATION**

Nous préconisons, pour l'année prochaine, de scinder l'action en deux temps :

- Une première prise de contact, dès janvier et jusqu'en février, ciblant les médias aux délais de bouclage longs ;
- Puis une seconde action, de mi-avril à début juin, destinée aux médias chauds (radios, télévisions, presse locale).



BON À SAVOIR

# santé

magazine



## Maux de pieds ON PEUT LES SOULAGER !

Ce sont des chefs-d'œuvre de complexité et de finesse mécanique. Et pourtant, on ne prête vraiment attention à nos pieds que lorsqu'ils souffrent, et nous avec. Hallux valgus, syndrome de Morton, fasciite plantaire ou épine calcanéenne : des solutions existent pour apaiser les douleurs. On vous explique. *Camille Hannequin*

SANTÉ MAGAZINE | MAI 2025

### Les experts



**Camille Hannequin**  
podologue-podologue  
membre du conseil  
d'administration de l'Union  
française pour la santé  
du pied (UFSP)



**Thomas Osinski**  
masseur-kinésithérapeute



**Dr Joël Vernois**  
chirurgien orthopédiste  
spécialiste de la cheville  
et du pied

### Si c'est un hallux valgus

Cette déformation progressive de l'articulation du gros orteil vers l'extérieur (appelée couramment oignon) peut être très douloureuse. « Une bosse se forme sur le côté, qui, en frottant contre la chaussure, crée une compression de la peau et une inflammation, d'où rougeur et douleur », explique Camille Hannequin.

podologue-podologue. En s'exerçant, cette déviation va peu à peu pousser le gros orteil vers les autres : « Les orteils vont se rapprocher, voire en "griller" et freiner à leur tour contre la chaussure, ce qui est encore plus douloureux », dit le Dr Joël Vernois. L'idée : agir dès les premiers signes de déformation pour ralentir son évolution.

### Ce que l'on peut faire soi-même

#### On adapte son chaussage :

« Choisir pour des modèles souples en cuir ou en tissu, respectant la largeur du pied, avec un pied latéral de 2 à 4 cm, conseille Camille Hannequin. Et les alterner souvent pour éviter la répétition des contraintes aux mêmes endroits. »

« On soulage l'irritation de la bosse avec une crème hydratante. Un protecteur spécial hallux valgus peut être essayé afin de réduire la contrainte dans les chaussures (en pharmacie). »

« On renforce les muscles qui maintiennent l'alignement du gros orteil, et on améliore également sa mobilité grâce à quelques exercices. » Si une opération devient nécessaire, ils augmentent en plus les chances de bons résultats », souligne le Dr Vernois. Voici les exercices proposés par Thomas Osinski.

kinésithérapeute, à réaliser chacun 2 à 3 fois par jour.

**Pour renforcer :** mettez les doigts de pied en éventail 5 fois d'artière et répétez cette série 2 autres fois, avec quelques secondes de repos entre chaque. « C'est parfois compliqué au début, mais à force de s'exercer, on fini par y arriver. L'idéal étant de passer progressivement de 5 à 15 fois, toujours par séries de 3. »

**Pour étirer :** assois, pied nu posé sur le genou. Attrapez le gros orteil et écartez-le le plus possible des autres en bloquant le pied avec l'autre main. Tenez 30 secondes à 1 minute, répétez 3 fois de suite. « Terminez la routine par quelques rotations, en maintenant toujours l'orteil éloigné des autres, puis essayez de le ramener vers le dessus du pied, en dosant l'amplitude pour rester dans les limites du supportable. »

### Chez le podologue

En plus de soigner les éventuels cors et durillons causés par l'hallux valgus, il peut réaliser des orthèses d'orteil sur mesure. « À porter la nuit pour diminuer les tensions, ou le jour pour éviter l'évolution de l'oignon », précise Camille Hannequin.

### Et si ça ne suffit pas ?

En cas de douleur importante et de marche difficile, l'opération devient inévitable. « Elle vise à réaligner l'ensemble du gros orteil et rééquilibrer avec le pied », dit le Dr Vernois.

## 3 choses à savoir sur les soins de podologie

- On peut consulter un podologue sans passer par un médecin.
- Les consultations ne sont pas remboursées par l'Assurance-maladie, mais peuvent l'être par la mutuelle selon le contrat souscrit.
- Les semelles orthopédiques sont prises en charge par l'Assurance-maladie une fois par an, à hauteur de 8,41 € par semelle pour une peinture du 28 au 37, et de 8,70 € au-delà du 37.

PHOTO : GETTY IMAGES / SHUTTERSTOCK.COM

SANTÉ MAGAZINE | MAI 2025

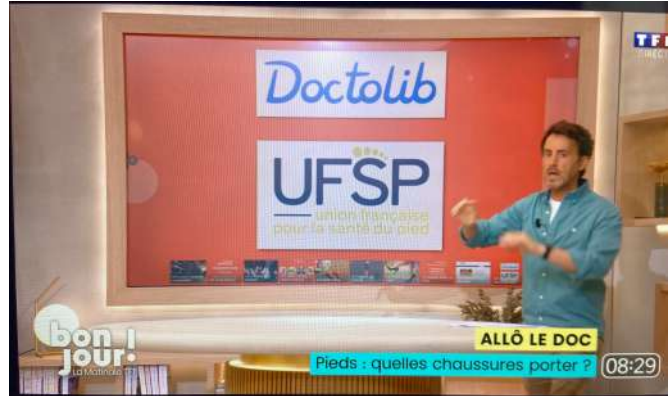
## TOP Santé

# Est-ce sans risque de porter des baskets toute la journée ?

Publié le 5 juin 2025 à 08:27

## aufeminin

“C'est le portrait-robot de la chaussure idéale”, un podologue dévoile la paire parfaite pour l'été





## C'est bon à savoir

Par Maxime Trouleau avec Romain Vayer

Faut-il porter des baskets tous les jours ?

Épisode du lundi 28 avril 2025

Selon l'Union française pour la santé du pied (UFSP), porter des baskets tous les jours n'est pas recommandé

### Les invités

Romain Vayer

Pédicure-Podologue



## Santé des pieds : est-ce bien de porter des baskets tous les jours ?

Toutes les générations ont adopté les baskets. Elles sont devenues les chaussures les plus tendance. On ne les réserve plus seulement au sport. Confortables, polyvalentes, on les met à toutes les occasions, dans la vie de tous les jours. Est-ce bon pour la santé de nos pieds ? Le point.

## La Provence

### La Journée nationale de la santé du pied à Marseille et Éguilles

Cette journée de sensibilisation à l'impact des baskets sur la santé des pieds, organisée par l'Union française de la santé du pied, se déroulera jeudi 5 juin. Les baskets, devenues chaussures préférées des jeunes (deux tiers les portent quotidiennement) et des personnes âgées, questionnent sur leurs effets sur la santé, l'équilibre et la posture. Ce sera l'occasion pour les podologues de répondre à ces questions et de fournir des conseils au public.

Rendez-vous sur place, jeudi 5 juin à Marseille (Place du Général de Gaulle, 13001, Marseille, de 10 h à 18 h) et à Éguilles (85 route de la Calade, 13510, Éguilles de 9 h à 17 h). Des téléconsultations gratuites sur réservations Doctolib sont aussi possibles du 5 au 12 juin 2025.

L.Be.



/ PHOTO ILLUSTRATION  
FRÉDÉRIC SPEICH

La République  
des Pyrénées

VIE QUOTIDIENNE

## Santé : les baskets sont-ils des alliées ou des ennemies pour nos pieds ?

MEDIA	TITRE	DATE	JOURNALISTE	TYPE	NATIO OU REGIO	COMMENTAIRES
SANTÉ MAGAZINE	Maux de pieds, on peut les soulager	3/4/2025	Emmanuelle Blanc	Print	National	ITW Camille Hannequin
ICI PARIS IDF	Porter des baskets tous les jours, ça abime les pieds ?	9/4/2025	Corentine Feltz	Radio	Régional	ITW Muriel
tf1info.fr	Pourquoi porter des baskets tous les jours n'est pas conseillé ?	20/4/2025	Coline GRASSET	Web	National	Citation Muriel
grazia.fr	s podologue et voici pourquoi vous ne devez surtout pas porter des baskets tous les	23/4/2025	Luce Picat	Web	National	Citation Muriel
style.yahoo.com	s podologue et voici pourquoi vous ne devez surtout pas porter des baskets tous les	23/4/2025	reprise sujet Grazia	Web	National	Citation Muriel
SudRadio	Conseils d'un podologue sur le choix des chaussures pour la santé des pieds	28/4/2025	Benjamin Glaise	Radio	National	ITW Romain Vayer
RTL	DOULEURS AUX PIEDS - Comment s'en débarrasser	28/4/2025	Aline Perraudin	Radio	National	ITW Romain Vayer
RTL.fr	Mal aux pieds : comment soulager les douleurs	1/5/2025	Aline Perraudin	Web	National	ITW Romain Vayer
ffrandonnee.fr	Le pied, objet de tous les soins de la part des randonneurs, a sa journée nationale...	5/5/2025		Web	National	Annonce de la journée
La Provence - Édition	Journée nationale de la santé du pied	24/5/2025		Print	Régional	Annonce de la journée
La Provence	La Journée nationale de la santé du pied à Marseille et Éguilles	24/5/2025		Print	Régional	Annonce de la journée
mariefrance.fr	Voici pourquoi vous ne devriez pas porter de baskets cet été, selon les podologues	26/5/2025		Web	National	Citation UFSP
msn.com	Voici pourquoi vous ne devriez pas porter de baskets cet été, selon les podologues	27/5/2025		Web	National	Reprise du sujet Marie France
larepubliquedespyr	Santé : les baskets sont-ils des alliées ou des ennemies pour nos pieds ?	2/6/2025		Web	Régional	Annonce de la journée
RTL	BASKETS - Est-ce bon d'en porter tous les jours ?	3/6/2025	Aline Perraudin	Radio	National	ITW Romain Vayer
RTL.fr	Santé des pieds : est-ce bien de porter des baskets tous les jours ?	3/6/2025	Aline Perraudin	Web	National	ITW Romain Vayer
L'ECHO LE RÉGION	Magny-en-Vexin	4/6/2025		Print	Régional	Annonce de la journée
LA GAZETTE DU V	Magny-en-Vexin	4/6/2025		Print	Régional	Annonce de la journée
charentelibre.fr	Comme rouler avec des pneus usés » : des rendez-vous gratuits en Charente pour la	4/6/2025	Lénaëlle SIMON	Web	Régional	Annonce de la journée + iTW avec Mme.Mear
Marie France	DES PIEDS SOIGNES COMME JAMAIS	5/6/2025	Yasmine Meurisse	Print	National	Annonce de la journée
La Charente Libre	Rendez-vous gratuits pour la journée nationale de la santé du pied	5/6/2025	Lénaëlle SIMON	Print	Régional	Annonce de la journée + iTW avec Mme.Mear
TF1 - Bonjour!	Comment prendre soin de ses pieds ?	5/6/2025	Vincent Valinduc	TV	National	Annonce de la journée+ sujet baskets
tf1.fr	Comment prendre soin de ses pieds ?	5/6/2025	Vincent Valinduc	Web	National	Annonce de la journée+ sujet baskets
TF1 - Bonjour!	Allô le doc : pieds, quelles chaussures porter ?	5/6/2025	Vincent Valinduc	TV	National	Annonce de la journée+ sujet baskets
tf1.fr	Allô le doc : pieds, quelles chaussures porter ?	5/6/2025	Vincent Valinduc	Web	National	Annonce de la journée+ sujet baskets
TopSanté.fr	Est-ce sans risque de porter des baskets toute la journée ?	5/6/2025	Apolline Henry	Web	National	ITW Cyril Marchou
style.yahoo.com	Est-ce sans risque de porter des baskets toute la journée ?	5/6/2025	Apolline Henry	Web	National	Reprise du sujet Top Santé
France 2 - Télémati	Bien dans ses baskets	5/6/2025	Gérald Kierzek	TV	National	Annonce de la journée+ sujet baskets
M6 - 12h45	Est-il bon de porter des baskets tous les jours ?	5/6/2025	Hélène Cami	TV	National	Annonce de la journée+ itw Muriel Montenvert
TopSanté.fr	"En été, évitez absolument cette chaussure, c'est vraiment la pire pour vos pieds !"	6/6/2025	Apolline Henry	Web	National	ITW Cyril Marchou
news.yahoo.com	"En été, évitez absolument cette chaussure, c'est vraiment la pire pour vos pieds !"	6/6/2025	Apolline Henry	Web	National	Reprise du sujet Top Santé
aufeminin.fr	Le portrait-robot de la chaussure idéale", un podologue dévoile la paire parfaite pou	17/6/2025	Maude SEBAIHI	Web	National	ITW Romain Vayer
huffingtonpost	Pour prendre soin de vos pieds quand il fait très chaud, ce podologue a des conseils	21/6/2025	Lucie Hennequin	Web	National	ITW Romain Vayer
Prima	Marcher, danser, pieds nus, ça fait un bien fou!	25/6/2025	S. Viguier-Vinson	Print	National	ITW Romain Vayer