

ProAdapt (<https://proadapt.fr/>) lance une étude scientifique de grande envergure sur l'impact du sport et de l'activité physique sur l'estime de soi et le sentiment d'isolement.

ProAdapt, startup pionnière dans le domaine du bien-être et de la santé digitale, annonce le lancement proche à venir d'une étude scientifique de grande envergure visant à évaluer l'impact du sport et de l'activité physique sur l'estime de soi et le sentiment d'isolement. Cette étude inédite, menée sous la houlette de Dora Blasberg, Psychologue, Présidente et Fondatrice de ProAdapt, s'inscrit dans la volonté de l'entreprise de proposer des solutions innovantes et fondées sur des données scientifiques pour améliorer le bien-être de millions de personnes.

### Dora Blasberg, à la tête d'une étude révolutionnaire

Dora Blasberg est Psychologue du Travail depuis une dizaine d'années. Experte dans les domaines de la Santé, de la Prévention et de l'Inclusion, elle a créé en 2020 ProAdapt. C'est suite à son expérience de vie personnelle où l'activité physique a véritablement changé sa vie, malgré sa maladie chronique invisible, rare et incurable, qu'elle a fondé ProAdapt. Forte de son expertise et de son engagement, elle souhaite apporter un éclairage scientifique sur un sujet souvent négligé : [l'impact du sport sur la santé mentale](#).

### Une étude inédite pour comprendre l'impact du sport sur le bien-être mental

L'étude ProAdapt, menée en collaboration avec des Professionnels renommés dans les domaines du Sport, de l'Inclusion et de la Santé, s'appuiera sur les données de milliers de participants pour analyser l'effet du sport et de l'activité physique sur divers aspects de la santé mentale, en particulier l'estime de soi et le sentiment d'isolement.

### Des résultats attendus avec impatience

Les résultats de cette étude, attendus d'ici plusieurs mois, permettront d'approfondir notre compréhension des liens entre activité physique et bien-être mental. Ils constitueront une base solide pour le développement de nouvelles solutions et d'outils innovants visant à améliorer la santé mentale de la population.

### Un engagement fort pour le bien-être de tous

Le lancement de cette étude scientifique souligne l'engagement de ProAdapt à proposer des solutions holistiques pour le bien-être. Au-delà de l'activité physique sur mesure, cette Startup s'attache à comprendre et à répondre aux besoins psychologiques de ses utilisateurs.

*« J'entends trop souvent – Le sport ce n'est pas fait pour moi ! Je n'en suis pas capable – et moi aussi je le pensais... Toujours dispensée de sport, même au bac, par un corps médical qui avait peur pour moi et ma maladie. Finalement, c'est le mouvement, l'activité physique, qui a sauvé ma vie ! Qui l'aurait cru ?! »*

*Dora Blasberg, Présidente de ProAdapt*

### À propos de ProAdapt

ProAdapt est une entreprise française innovante qui révolutionne le domaine du bien-être et de la santé grâce à une plateforme digitale offrant des programmes d'activité physique sur mesure. Développée par une équipe d'experts passionnés, ProAdapt s'engage à rendre l'activité physique accessible et efficace pour tous.



Plus d'information sur :  
<https://proadapt.fr/>

**Contact Presse :**  
Dora BLASBERG  
06 04 45 28 47  
dora@proadapt.fr

