

2. DÉTERMINANTS NON MÉDICAUX DE LA SANTÉ

2.4. Activité physique chez les enfants

La pratique d'une activité physique à l'adolescence est bénéfique pour la santé, et permet de prendre de bonnes habitudes en la matière pour l'âge adulte, ce qui influe sur la santé tout au long de la vie. Les recherches indiquent que l'activité physique joue un rôle dans le développement, les études et le bien-être de l'enfant et de l'adolescent, ainsi que dans la prévention et le traitement de toute une série de problèmes de santé touchant les jeunes, dont l'asthme, les troubles mentaux et les problèmes osseux. Par ailleurs, le lien direct entre la pratique d'une activité physique à l'adolescence et la santé à l'âge adulte est confirmé par les effets qu'elle peut avoir sur le surpoids, l'obésité et les maladies qui en découlent, mais aussi sur les taux de cancer et la santé des os à l'âge adulte. Les répercussions sur la santé de l'activité physique à l'adolescence sont parfois liées au type d'activité pratiquée ; ainsi, les activités aquatiques permettent de lutter efficacement contre l'asthme, et l'exercice physique est recommandé dans le traitement de la mucoviscidose (Hallal et al., 2006 ; Currie et al., 2012).

On recommande généralement que les enfants prennent part quotidiennement, pendant au moins 60 minutes, à une activité physique modérée à intense, mais les faits montrent que de nombreux enfants ne respectent pas ces recommandations (Strong et al., 2005 ; Borraccino et al., 2009 ; Hallal et al., 2012). Parmi les facteurs qui influent sur le niveau d'activité physique des adolescents figurent la possibilité de disposer de l'espace et des équipements nécessaires, l'état de santé de l'enfant, le programme scolaire et la concurrence d'autres activités.

Il ressort de l'enquête HBSC 2009-10 que moins d'un enfant sur quatre déclare pratiquer régulièrement une activité physique modérée à intense dans les pays de l'OCDE (graphique 2.4.1). Parmi les enfants de 11 ans, c'est en Autriche, en Irlande, en Espagne et en Finlande que l'on relève les meilleurs résultats, avec plus de 30 % des enfants qui déclarent avoir pratiqué un exercice physique pendant au moins 60 minutes par jour au cours de la semaine écoulée. S'agissant des enfants de 15 ans, les États-Unis arrivent en tête, suivis de l'Irlande, de la République tchèque, de la République slovaque et du Canada. Les enfants au Danemark, en France, en Italie et en Suisse sont les moins susceptibles de se livrer régulièrement à une activité physique. L'Italie se situe en fin de classement pour les garçons et les filles, pour ces deux groupes d'âge. Les garçons sont systématiquement plus nombreux que les filles à déclarer avoir

une activité physique, modérée ou intense, quels que soient le pays et le groupe d'âge considéré (graphique 2.4.1).

Il est préoccupant de constater que la pratique d'une activité physique diminue entre 11 et 15 ans dans la quasi-totalité des pays de l'OCDE, les seules exceptions étant les garçons en Italie et aux États-Unis. En Autriche, en Finlande, en Norvège et en Allemagne, la proportion de garçons pratiquant une activité physique au niveau recommandé diminue de moitié entre 11 et 15 ans. Cela vaut également pour les filles dans de nombreux pays : la baisse dépasse 60 % en Autriche, en Irlande, en Espagne et en Finlande.

L'évolution du niveau d'activité physique entre 11 et 15 ans peut résulter du passage à des types d'activité différents ; en effet, les activités libres sont plus répandues chez les jeunes enfants, tandis que les activités structurées à l'école ou dans des clubs de sport deviennent plus fréquentes par la suite. Dans tous les pays, les garçons tendent à être plus actifs physiquement que les filles, ce qui laisse supposer que les possibilités de s'adonner à une activité physique sont davantage axées sur les garçons (Currie et al., 2012).

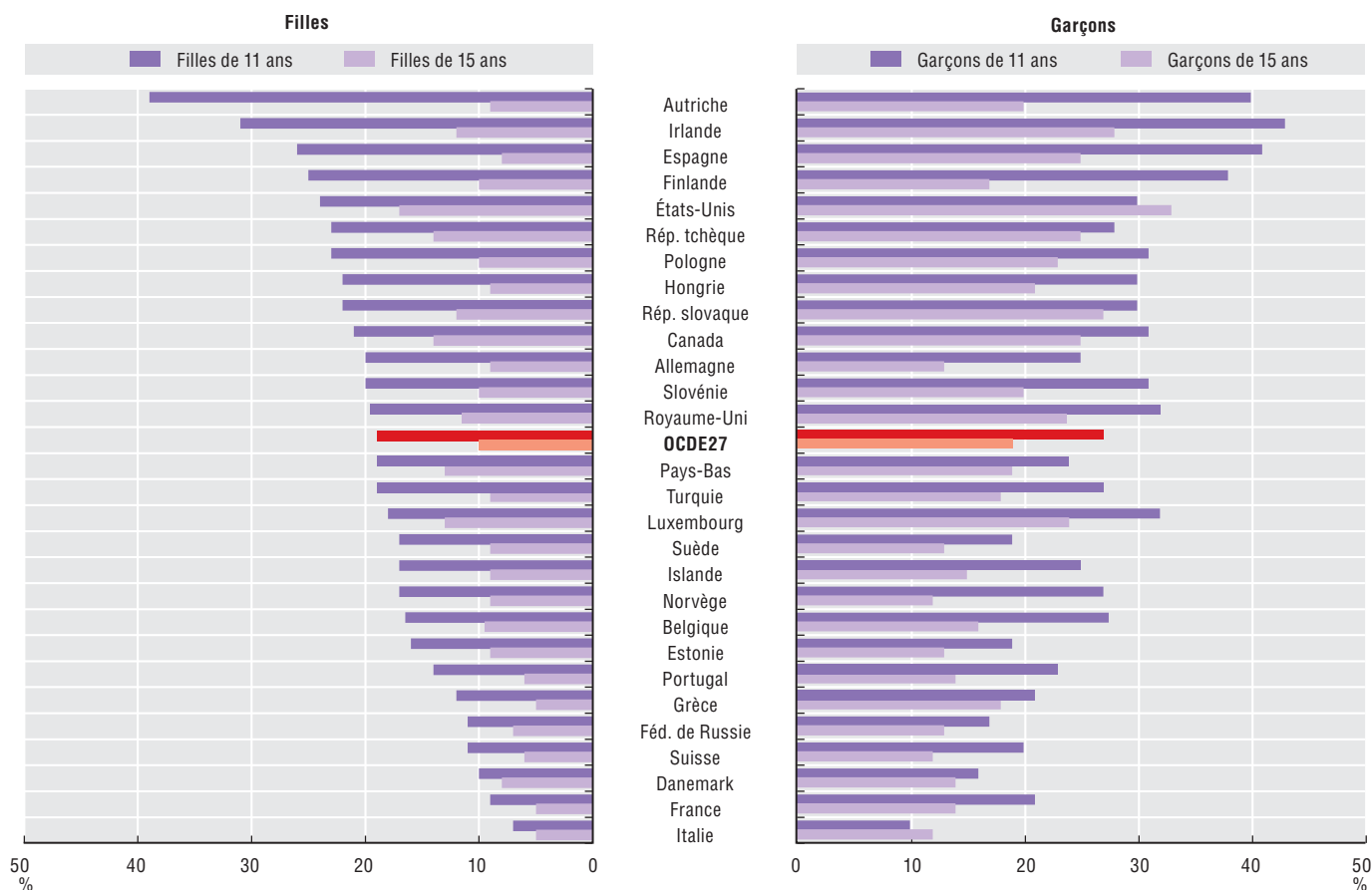
Dans les pays de l'OCDE, en moyenne, la pratique quotidienne d'une activité physique modérée à intense a légèrement reculé, entre 2005-06 et 2009-10, chez les garçons comme chez les filles et dans tous les groupes d'âge (voir le graphique 2.4.2).

Définition et comparabilité

Les données tiennent compte de la régularité de l'activité physique modérée à intense que les jeunes de 11, 13 et 15 ans ont déclaré pratiquer en 2005-06 et 2009-10. Pour être considérée comme modérée à intense, l'activité physique doit être pratiquée au moins une heure par jour, accroître le rythme cardiaque et provoquer parfois l'essoufflement.

Les données sont issues des enquêtes HBSC. Pour la plupart des pays, elles proviennent d'échantillons de 1 500 enfants scolarisés de chaque groupe d'âge (11, 13 et 15 ans).

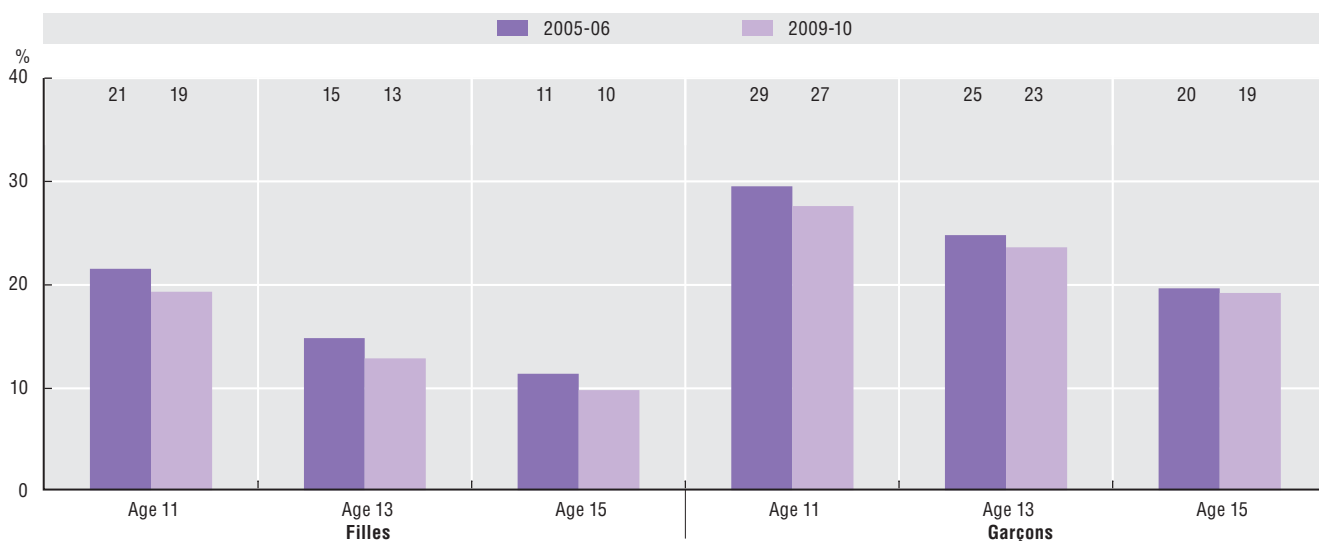
2.4.1. Enfants de 11 et 15 ans exerçant une activité physique (modérée à vigoureuse) quotidienne, 2009-10



Source : Currie et al. (2012).

StatLink <http://dx.doi.org/10.1787/888932920239>

2.4.2. Évolution de l'activité physique (modérée à vigoureuse) quotidienne, 27 pays de l'OCDE, 2005-06 à 2009-10



Source : Currie et al. (2008) ; Currie et al. (2012).

StatLink <http://dx.doi.org/10.1787/888932920258>



Extrait de :
Health at a Glance 2013
OECD Indicators

Accéder à cette publication :
https://doi.org/10.1787/health_glance-2013-en

Merci de citer ce chapitre comme suit :

OCDE (2013), « Activité physique chez les enfants », dans *Health at a Glance 2013 : OECD Indicators*, Éditions OCDE, Paris.

DOI: https://doi.org/10.1787/health_glance-2013-18-fr

Cet ouvrage est publié sous la responsabilité du Secrétaire général de l'OCDE. Les opinions et les arguments exprimés ici ne reflètent pas nécessairement les vues officielles des pays membres de l'OCDE.

Ce document et toute carte qu'il peut comprendre sont sans préjudice du statut de tout territoire, de la souveraineté s'exerçant sur ce dernier, du tracé des frontières et limites internationales, et du nom de tout territoire, ville ou région.

Vous êtes autorisés à copier, télécharger ou imprimer du contenu OCDE pour votre utilisation personnelle. Vous pouvez inclure des extraits des publications, des bases de données et produits multimédia de l'OCDE dans vos documents, présentations, blogs, sites Internet et matériel d'enseignement, sous réserve de faire mention de la source OCDE et du copyright. Les demandes pour usage public ou commercial ou de traduction devront être adressées à rights@oecd.org. Les demandes d'autorisation de photocopier une partie de ce contenu à des fins publiques ou commerciales peuvent être obtenues auprès du Copyright Clearance Center (CCC) info@copyright.com ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC) contact@cfcopies.com.