

J. Larribaut^{1,2}, J. Rodrigo-SanJoaquín^{1,2}, S. Robin³, C. Garnier³, J. Giraud³, L. Bosquet^{1,4} et J. Bois^{1,2}

¹Chaire universitaire Sport-Santé, Université de Poitiers; ²Laboratoire MEPS, Université de Pau et des Pays de l'Adour; ³Observatoire Régional de la Santé Nouvelle-Aquitaine; ⁴Laboratoire MOVE, Université de Poitiers

1. Introduction

L'activité physique est un facteur protecteur de la santé, sa dimension biologique, psychologique et sociale¹, tandis que la sédentarité constitue un risque indépendant lié à une augmentation de la mortalité^{2,3}. Pourtant, 81% des adolescents des pays développés sont inactifs (APMV < 60' par jour)⁴. En France ~ 40% des jeunes de 11 à 17 ans sont très inactifs avec moins de 20 min d'APMV par jour et/ou très sédentaire (temp écrans > 4h30/jour)⁵. Ce qui a des conséquences sur la condition physique (-8% en 30 ans)⁶ et, est particulièrement alarmant pour la santé future de cette population.



Promouvoir l'activité physique et réduire la sédentarité chez les jeunes

Caractériser la population

Activité Physique
Sédentarité
Condition Physique

Identifier

Leviers et barrières
Population éloignée des recommandations de santé

Développer des actions

de promotion de santé en allant vers les réalités et les contraintes territoriales.

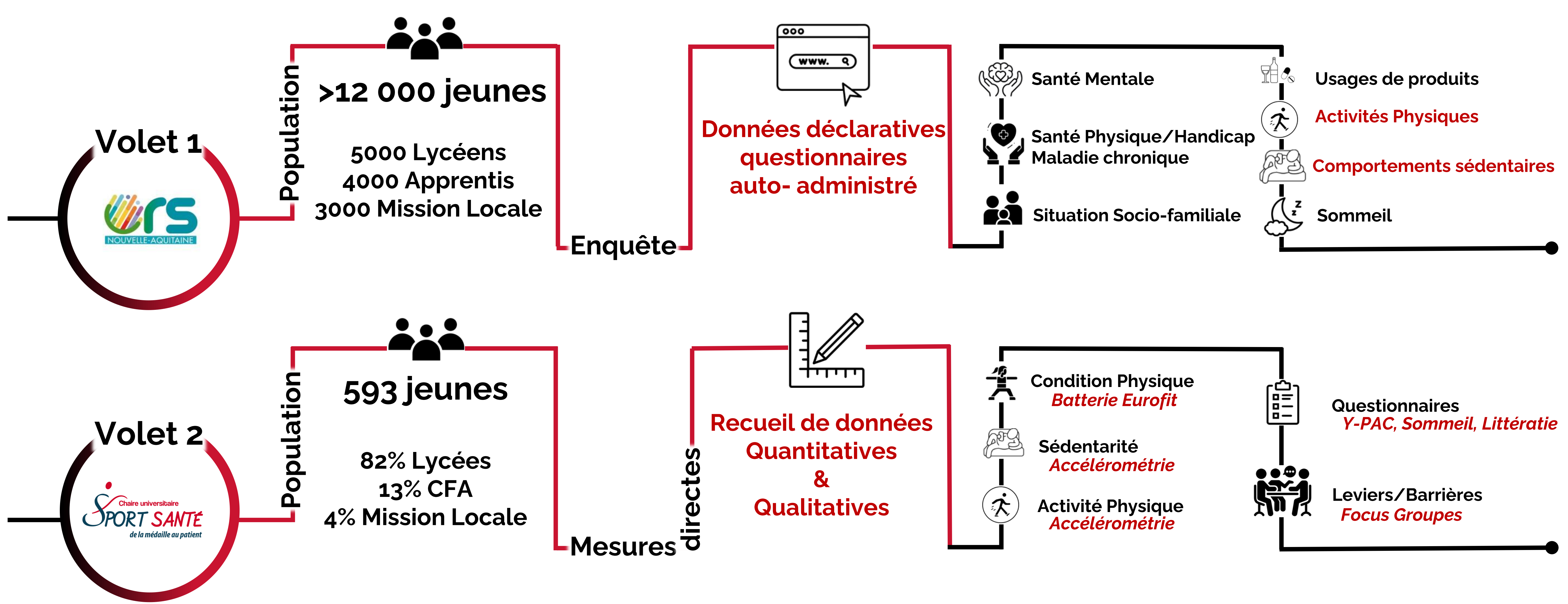
2. Méthode

Cette étude comporte deux volets distincts impliquant : l'Observatoire Régional de la Santé (volet 1) ; la Chaire Universitaire Sport-Santé et les universités de Poitiers et de Pau Pays de l'Adour (volet 2).

Une méthodologie mixte a été employée, intégrant la collecte de données quantitatives et qualitatives. Les mesures ont été réalisées auprès de jeunes âgés de 16 à 25 ans suivis en Lycées, Centre de Formation des Apprentis ou Missions locales de la région.

La répartition territoriale a été contrôlée selon l'implantation des établissements en milieu : Urbain, Péri-Urbain, Rural.

3. Méthode + Résultats

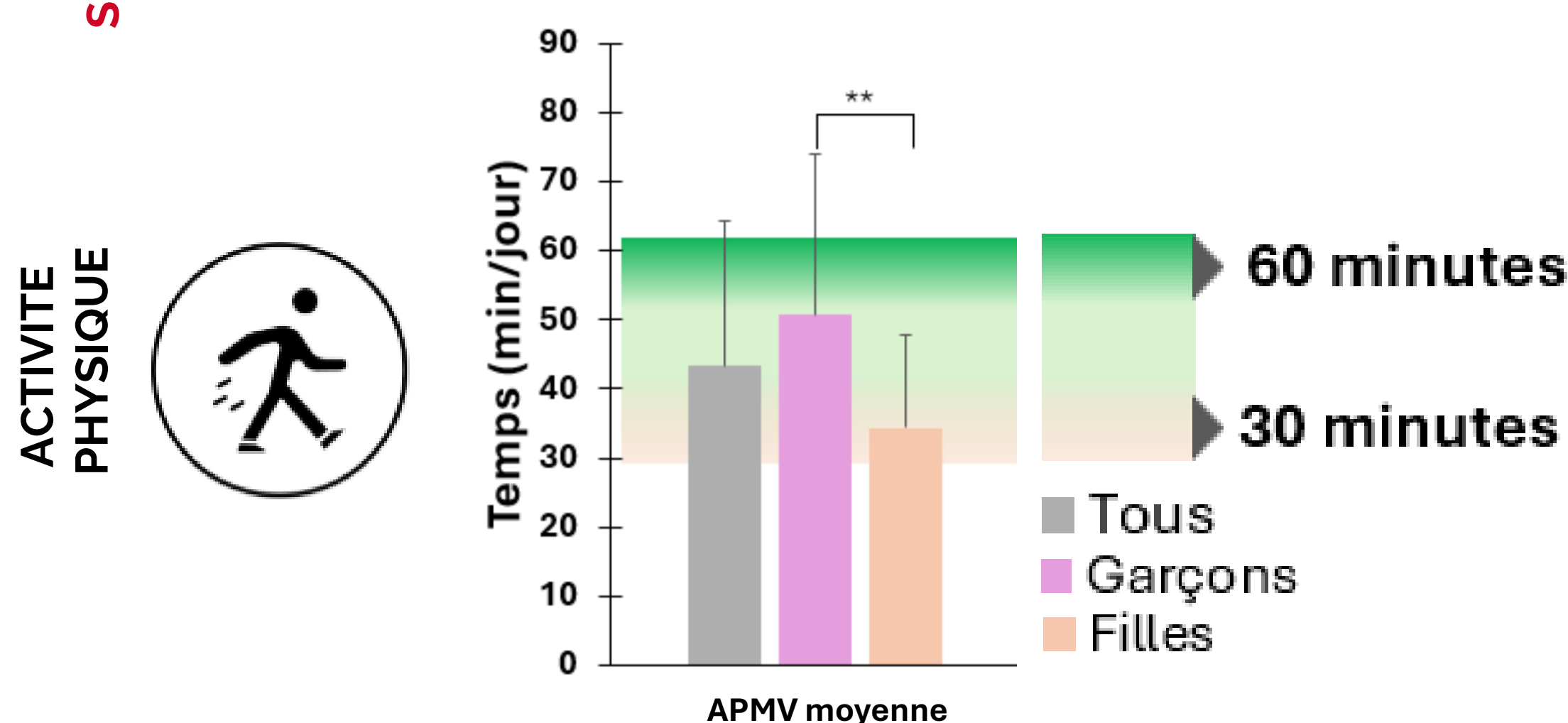


4. Résultats

Constat commun des volets 1 et 2 :

SEDENTARITE

- 5h34 déclaré (hors temps scolaire)
- 10h/jour (accélérométrie)



Les filles sont moins actives que les garçons

5. Conclusions

Les analyses détaillées permettront de développer des actions de promotion de l'activité physique selon une approche par milieu de vie et systémique.

Ce travail est le fruit d'une politique volontaire et d'une démarche inédite en France.

6. Perspectives

- Diffusion des résultats
- Intégration des résultats dans une mallette pédagogique.
- Permettre le développement d'action de promotion de la santé adaptées aux réalités des établissements et des territoires.

7. Références

- Lee et al., 2012
- Bull et al., 2020
- Pinto et al., 2023
- Guthold et al., 2020
- Anses, expertise 2016
- Tomkinson et al., 2019
- Ortega et al., 2023