



Sédentarité et activité physique dans les Hauts-de-France

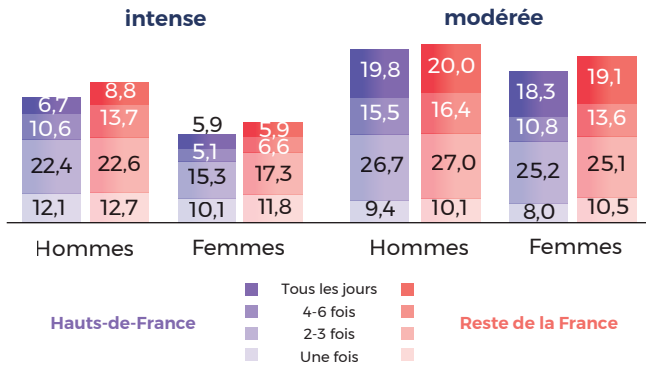
Moins d'un habitant sur deux a une activité physique intense au cours des 7 derniers jours...

...cette part est divisée par deux entre les jeunes adultes et les seniors.

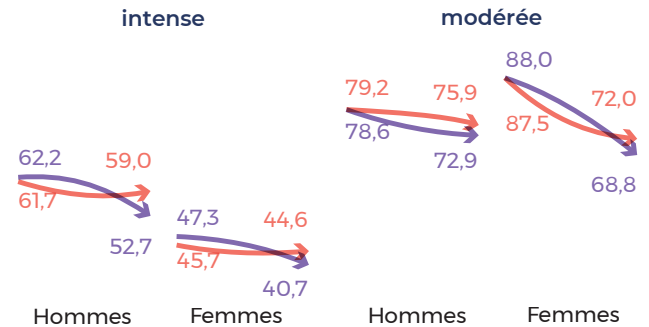
LES ÉVOLUTIONS

2005 2021

Quelle soit intense ou modérée, l'activité physique a diminué de façon importante en seize ans.



pour 100 personnes de 18-85 ans, en 2021



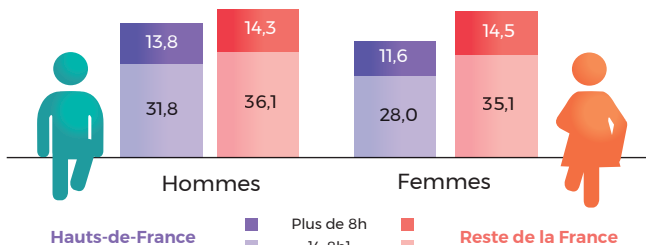
taux standardisé sur l'âge, pour 100 personnes 18-75 ans

— Hauts-de-France — Reste de la France

4 heures 45 par jour* en position assise

Les parts des hommes et des femmes passant plus de huit heures par jour de la semaine en position assise sont moindres à celles du reste de la France, particulièrement chez ces dernières.

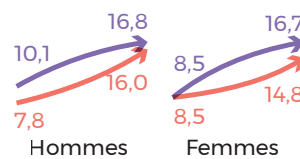
Temps quotidien passé en position assise



pour 100 personnes de 18-85 ans, en 2021

* en moyenne, un jour de semaine (hors week-end)

Part de personnes assises plus de 8 heures par jour



taux standardisé sur l'âge, pour 100 personnes 18-75 ans

Elles sont bien supérieures à ce qu'elles étaient, seize ans plus tôt, et ce quel que soit l'échelon géographique.

INFO

Moins d'activités intense et modérée chez les pas ou peu diplômés. Chez les plus diplômés, le taux de personnes passant plus de 8h par jour en position assise a doublé en seize ans.

Près de 4h devant les écrans hors activité professionnelle, avec de fortes différences suivant la situation sociodémographique.

Corpulence, activité physique et sédentarité en Hauts-de-France

POUR EN SAVOIR PLUS



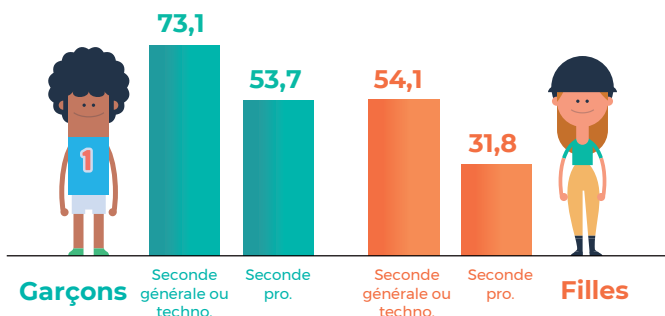
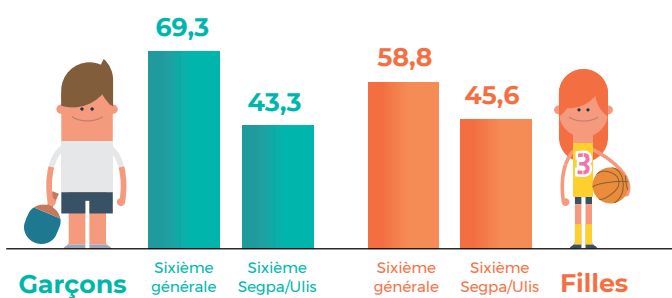


Pratique d'une activité physique (hors EPS)*...



...pour un peu plus de trois élèves sur cinq en sixième générale...

...comme en seconde générale ou technologique...



...message global qui masque des différences importantes selon le sexe, le niveau et la filière ; les élèves de sixième Segpa/Ulis et ceux de seconde professionnelle présentent des parts moindres, de même que les filles en regard de leurs homologues masculins (hors Segpa/Ulis).



Passer au moins trois heures devant les écrans...

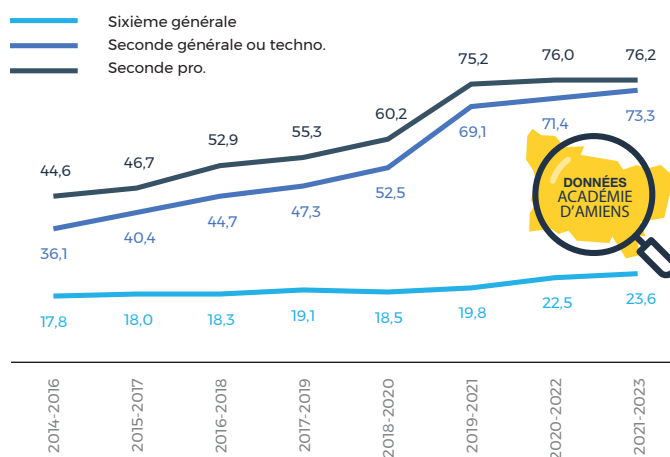
...les jours de classe*, est le fait d'un élève sur quatre en sixième générale et en Segpa/Ulis et de trois élèves sur quatre en seconde, quelle que soit la filière.

INFO

Au cours des dix dernières années, la part d'élèves ne pratiquant pas de sport en dehors des cours d'EPS n'a pas varié significativement, quels que soient le niveau et la filière de scolarité.

Par ailleurs, la surcharge pondérale est moins retrouvée chez les élèves pratiquant une activité physique et sportive en dehors des cours d'EPS.

Évolution



Au cours des dernières années scolaires, la part d'élèves passant quotidiennement au moins trois heures devant les écrans les jours de classe est en constante augmentation. Celle-ci est particulièrement élevée en seconde, avec un bond important au moment de la Covid-19.

* en 2020-2023

Toutes les données présentées dans les illustrations sont des pourcentages.

Ce document a été réalisé en novembre 2024 par l'OR2S, à partir des informations déclarées dans le cadre des Baromètres Santé portés par Santé publique France (et l'Inpes) et de l'enquête Jesais portée par les rectorats des académies d'Amiens et de Lille, avec le soutien financier du conseil régional Hauts-de-France et de l'ARS Hauts-de-France.