

## Promouvoir l'activité physique dans les pays de l'UE: où en sommes-nous?

18 May 2018

Une étude récente conduite par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a évalué le développement, la mise en œuvre et les stratégies de surveillance des politiques en matière d'activité physique dans les 28 pays de l'UE. L'analyse a révélé que vingt-et-un pays couvraient au moins la moitié des recommandations de l'UE concernant l'activité physique bienfaisante pour la santé, mais seulement 1 pays les avait toutes mises en œuvre.

L'inactivité physique, liée à un certain nombre de sérieux [problèmes de santé](#), demeure un problème dans la plupart des pays européens. Les chiffres parlent d'eux-mêmes: un adulte européen sur trois est insuffisamment actif, et l'activité physique chez les adolescents est en baisse - seulement 34% des adolescents âgés de 13 à 15 ans respectent les recommandations de l'OMS pour les enfants et adolescents. Afin de lutter contre ce mode de vie plutôt sédentaire, une stratégie sans précédent de l'UE qui favorise l'activité physique au quotidien a été mise en place en 2015. L'objectif est d'encourager tous types d'exercice physique, du sport à la marche et au jardinage; et d'améliorer le bien-être et la santé de la population européenne. En conséquence, les pays de l'UE ont commencé à prendre des mesures au niveau national pour promouvoir l'activité physique bienfaisante pour la santé dans divers secteurs comme celui du sport, de l'éducation, du milieu de travail, de l'urbanisme (infrastructures pour cyclistes et piétons) et pour divers groupes cibles tels que celui des personnes âgées. Pour savoir où en est l'UE, le Conseil européen a mis en place un cadre de suivi afin d'identifier les bonnes pratiques politiques et de voir où des améliorations sont encore nécessaires.

Un outil de sondage fondé sur 23 indicateurs d'activité physique a été créé. Il vise à recueillir dans chacun des 28 pays de l'UE des informations sur leurs actions respectives et leurs stratégies de promotion de l'activité physique bienfaisante pour la santé. Tous les Etats membres ont été réceptifs, à l'exception de la Grèce. La première collecte de données présentée dans l'étude de l'OMS a révélé que:

- Seulement 1 pays (la Finlande) a examiné et mis en œuvre tous les indicateurs
- 4 pays ont mis en œuvre plus de 87% des indicateurs
- 22 pays ont mis en œuvre au moins 43% des indicateurs

Suite à ce premier cycle de suivi, l'étude a conclu que 21 pays avaient efficacement mis en œuvre au moins la moitié des recommandations de l'UE concernant l'activité physique bienfaisante pour la santé, mais seulement 1 pays les avait toutes mises en œuvre. Il existe donc une marge d'amélioration importante. Plus précisément, il faudrait s'efforcer d'améliorer la promotion de l'activité physique parmi les personnes âgées et dans le milieu du travail. Améliorer et élargir la construction de l'infrastructure pour cyclistes, piétons et loisirs actuelle pourrait être un moyen d'y parvenir.