

Activité physique et sédentarité – Adultes 18-74 ans

Tableaux de distribution – Etude nationale nutrition santé (ENNS)

Tableau 1.3.2 : Nombre hebdomadaire de jours d'activité physique d'intensité élevée* chez les adultes de 18 à 74 ans : pourcentages cumulés, médiane, 2,5^e et 97,5^e percentiles (Etude nationale nutrition santé, ENNS, 2006-2007)

	Age (années)			Tous
	18-29 ans	30-54 ans	55-74 ans	
Hommes				
0 jour/semaine	43,3	61,9	77,2	62,0
≤ 1 jour/semaine	55,0	76,0	84,0	73,5
≤ 2 jours/semaine	73,0	83,3	89,1	82,6
≤ 3 jours/semaine	82,7	90,0	94,5	89,6
≤ 4 jours/semaine	90,6	92,7	95,4	93,0
≤ 5 jours/semaine	94,1	97,5	97,0	96,6
≤ 6 jours/semaine	95,2	98,8	97,7	97,7
Médiane [§]	2,0	2,0	2,0	2,0
2,5 ^e percentile [§]	1,0	1,0	1,0	1,0
97,5 ^e percentile [§]	7,0	7,0	7,0	7,0
Femmes				
0 jour/semaine	69,2	74,2	81,3	75,3
≤ 1 jour/semaine	80,0	84,3	88,9	84,8
≤ 2 jours/semaine	88,8	89,6	93,2	90,5
≤ 3 jours/semaine	96,5	92,8	96,5	94,7
≤ 4 jours/semaine	98,7	95,1	98,3	96,8
≤ 5 jours/semaine	99,5	97,6	98,5	98,2
≤ 6 jours/semaine	99,7	98,5	98,8	98,8
Médiane [§]	2,0	2,0	2,0	2,0
2,5 ^e percentile [§]	1,0	1,0	1,0	1,0
97,5 ^e percentile [§]	5,0	7,0	7,0	7,0

* Une activité physique d'intensité élevée est définie par une activité qui a demandé un effort physique important et qui a fait respirer beaucoup plus difficilement que normalement.

§ Médiane et percentiles estimés sur les sujets pratiquant ce type d'activité au moins un jour par semaine pendant au moins 10 minutes consécutives.

Questionnaire source : *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* (1).

Résultats pondérés et redressés.

(1) IPAQ group. *Guidelines for data processing and analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)*. IPAQ references, <http://www.ipaq.ki.se/scoring.pdf>