

# Activité physique et sédentarité – Adultes 18-74 ans

## Tableaux de distribution – Etude nationale nutrition santé (ENNS)

**Tableau 1.3.3 : Durée quotidienne moyenne (en minutes) d'activité physique d'intensité élevée\*, par jour de pratique de ce type d'activités, chez les adultes de 18 à 74 ans : pourcentages cumulés, médiane, 2,5<sup>e</sup> et 97,5<sup>e</sup> percentiles (Etude nationale nutrition santé, ENNS, 2006-2007)**

	Age (années)			Tous
	18-29 ans	30-54 ans	55-74 ans	
<b>Hommes</b>				
0 min	43,3	61,9	77,2	62,0
< 30 min	45,4	62,5	78,6	63,1
< 60 min	52,3	67,2	80,9	67,7
< 90 min	64,8	78,3	83,7	76,8
< 120 min	71,0	82,2	84,1	80,2
Médiane <sup>§</sup>	120,0	90,0	180,0	120,0
2,5 <sup>e</sup> percentile <sup>§</sup>	20,0	30,0	20,0	20,0
97,5 <sup>e</sup> percentile <sup>§</sup>	180,0	180,0	180,0	180,0
<b>Femmes</b>				
0 min	69,2	74,2	81,3	75,3
< 30 min	72,9	77,3	83,6	78,2
< 60 min	77,8	81,7	86,0	82,2
< 90 min	86,2	88,8	91,4	89,0
< 120 min	90,4	92,1	93,1	92,1
Médiane <sup>§</sup>	60,0	60,0	60,0	60,0
2,5 <sup>e</sup> percentile <sup>§</sup>	15,0	10,0	10,0	10,0
97,5 <sup>e</sup> percentile <sup>§</sup>	180,0	180,0	180,0	180,0

\* 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 calculés sur les personnes 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>