

Activité physique et sédentarité – Enfants 3-17 ans

Tableaux de distribution – Etude nationale nutrition santé (ENNS)

Tableau 2.3.6 : Nombre hebdomadaire de jours d'activité physique par niveau d'intensité chez les 15-17 ans : pourcentages cumulés, médiane, 2,5^e et 97,5^e percentiles (Etude nationale nutrition santé, ENNS, 2006-2007)

	Intensité d'activité physique		
	élevée*	modérée [§]	marche
Garçons			
0 jour/semaine	29,4	37,0	19,3
≤ 1 jour/semaine	45,5	53,7	26,2
≤ 2 jours/semaine	64,4	67,2	33,3
≤ 3 jours/semaine	76,9	75,4	40,0
≤ 4 jours/semaine	83,6	79,8	45,3
≤ 5 jours/semaine	88,7	89,2	64,8
≤ 6 jours/semaine	94,3	91,9	71,3
Médiane [†]	3,0	3,0	5,0
2,5 ^e percentile [†]	1,0	1,0	1,0
97,5 ^e percentile [†]	7,0	7,0	7,0
Filles			
0 jour/semaine	50,3	40,2	11,6
≤ 1 jour/semaine	70,1	67,9	26,0
≤ 2 jours/semaine	91,1	78,4	35,9
≤ 3 jours/semaine	95,4	84,1	43,7
≤ 4 jours/semaine	96,9	86,3	51,7
≤ 5 jours/semaine	99,0	88,4	65,4
≤ 6 jours/semaine	99,4	89,4	71,8
Médiane [†]	2,0	2,0	5,0
2,5 ^e percentile [†]	1,0	1,0	1,0
97,5 ^e percentile [†]	5,0	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.

[§] Une activité physique d'intensité modérée est définie par une activité qui a demandé un effort physique modéré et qui a fait respirer un peu 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>