

Stat Santé

Résultats des statistiques suisses de la santé



Activité physique, sport et santé

Faits et tendances
se dégageant
des Enquêtes suisses
sur la santé de
1992, 1997 et 2002

1/2006

La série «Statistique de la Suisse»
publiée par l'Office fédéral de la statistique (OFS)
couvre les domaines suivants:

- 0 Bases statistiques et produits généraux
- 1 Population
- 2 Espace et environnement
- 3 Vie active et rémunération du travail
- 4 Economie nationale
- 5 Prix
- 6 Industrie et services
- 7 Agriculture et sylviculture
- 8 Energie
- 9 Construction et logement
- 10 Tourisme
- 11 Transports et communications
- 12 Monnaie, banques, assurances
- 13 Protection sociale
- 14 Santé
- 15 Education et science
- 16 Culture, société de l'information, sport
- 17 Politique
- 18 Administration et finances publiques
- 19 Criminalité et droit pénal
- 20 Situation économique et sociale de la population
- 21 Développement durable et disparités régionales et internationales

Activité physique, sport et santé

Faits et tendances se dégageant des Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997 et 2002

Auteurs Markus Lamprecht & Hanspeter Stamm
Observatoire «Sport et activité physique Suisse»

Editeur Office fédéral de la statistique (OFS)



Editeur: Office fédéral de la statistique (OFS)

Complément d'information: Renaud Lieberherr, OFS, tél. 032 713 65 61,
e-mail: renaud.lieberherr@bfs.admin.ch
Ce document peut également être consulté et téléchargé
sur Internet à l'adresse www.health-stat.admin.ch

Auteur: Markus Lamprecht et Hanspeter Stamm,
Observatoire «Sport et activité physique Suisse»

Réalisation: OFS

Diffusion: Office fédéral de la statistique, CH-2010 Neuchâtel
Tél. 032 713 60 60 / Fax 032 713 60 61 / E-Mail: order@bfs.admin.ch

Numéro de commande: 515-0601

Prix: Gratuit

Série: Statistique de la Suisse

Domaine: 14 Santé

Page de couverture: OFS

Graphisme/Layout: OFS

Copyright: OFS, Neuchâtel 2006
La reproduction est autorisée, sauf à des fins commerciales,
si la source est mentionnée

ISBN: 3-303-14100-2

Table des matières

L'essentiel en bref	5	11	Activité physique, alimentation et poids corporel sain	21
1	Introduction	7	12	Activité physique et état de santé
2	Recommandations et comportement en matière d'activité physique	8	13	Activité physique et santé psychique
3	Activité sportive et physique au quotidien	9	14	Activité physique et accidents de sport et de jeu
4	Activité physique dans le cadre du travail	10	15	Bibliographie
5	Différences selon l'âge et le sexe	11		
6	Disparités régionales et cantonales	13		
7	Différences entre la population suisse et la population étrangère	15		
8	Différences selon la formation, la profession et le revenu	17		
9	Evolution de l'activité physique de 1992 à 2002	18		
10	Activité physique et consommation de tabac	20		

L'essentiel en bref

Si l'on se réfère aux recommandations en matière d'activité physique édictées par l'Office fédéral du sport et l'Office fédéral de la santé publique, les présents résultats de l'Enquête suisse sur la santé montrent que l'ampleur du manque d'exercice physique en Suisse a été plutôt sous-estimée jusqu'ici. Seul un bon quart de la population (27%) suit les recommandations relatives à l'entraînement sportif d'endurance, qui prévoient au moins trois séances hebdomadaires plus intensives. Neuf pour cent des Suisses ne s'entraînent pas régulièrement, mais se conforment néanmoins aux recommandations minimales, dans la mesure où ils pratiquent chaque jour au moins 30 minutes d'activité physique ou sportive provoquant un léger essoufflement. Quant aux deux tiers restants environ, ils ne suivent pas les recommandations s'appliquant à une activité physique bénéfique pour la santé.

Parmi les éléments qui caractérisent un comportement sain en matière d'activité physique, le sport joue un rôle déterminant. La moitié de la population helvétique fait du sport au moins une fois par semaine et ceux qui font du sport satisfont à la plupart des recommandations en matière d'activité physique. Il est également possible de répondre à ces recommandations en pratiquant des activités physiques dans la vie quotidienne. Il convient ainsi de relever que la moitié de la population effectue une partie de ses trajets quotidiens à pied ou à vélo. Toutefois, pour que l'activité physique déployée pour se rendre au travail, faire ses courses ou sortir soit vraiment bénéfique pour la santé, il faudrait qu'elle soit pratiquée de façon un peu plus intensive. Bien qu'un bon quart des Suisses se déplace chaque jour au moins 30 minutes à l'aide de sa seule force musculaire, seule une moitié d'entre eux atteint le degré d'intensité moyen prescrit dans les recommandations minimales. Il en va de même pour les activités déployées dans le cadre professionnel et domestique ou les travaux de jardinage: seul un bon quart de la population transpire régulièrement.

Avec l'âge, le manque d'activité physique a tendance à augmenter, mais l'accentuation la plus nette se situe surtout entre 20 et 30 ans, puis après 74 ans. Dans leur

jeunesse, les hommes sont nettement plus actifs que les femmes. Mais comme le recul constaté chez les femmes est nettement moins marqué, les hommes et les femmes de 35 à 65 ans ont un comportement relativement similaire en matière d'activité physique. A partir de 65 ans, on constate une diminution des activités physiques pratiquées dans le cadre du sport et du travail, mais une augmentation des déplacements à pied effectués lors des trajets quotidiens.

Le manque d'exercice physique est moins prononcé en Suisse alémanique qu'en Suisse romande ou au Tessin. La population du canton de Zoug est la plus active, alors que l'on compte une majorité d'inactifs dans le canton du Tessin. On constate un fossé marqué entre Romands et Alémaniques, tant au niveau de l'activité physique en général que du sport en particulier, mais aucune différence entre la ville et la campagne; par contre, pour ce qui concerne l'activité physique déployée lors des trajets, la différence entre ville et campagne est au moins aussi importante que celle entre régions linguistiques. Dans les agglomérations à forte densité de population, on se déplace beaucoup plus souvent à pied ou à vélo que dans les régions de campagne.

La population étrangère résidant en Suisse présente un degré d'activité physique inférieur à la moyenne; par ailleurs, dans cette catégorie, ce sont les femmes de 15 à 34 ans qui accusent le plus grand déficit. En général, le degré d'activité physique augmente nettement avec le statut social. Ainsi, les personnes ayant un niveau de formation moyen ou élevé ainsi qu'un revenu supérieur à la moyenne font davantage d'exercice que les personnes situées plus bas dans l'échelle sociale. La différence de statut est particulièrement visible au niveau des activités sportives, tandis que l'activité physique déployée au travail caractérise plutôt les catégories professionnelles inférieures.

La comparaison avec les précédentes enquêtes sur la santé montre que le manque d'exercice physique s'est accentué de façon marquante entre 1992 et 1997. Depuis, cette évolution a pu être enrayée, et l'on observe même une inversion de la tendance en Suisse

alémanique, mais pas en Suisse romande ni au Tessin. De ce fait, les différences entre régions linguistiques se sont encore creusées pendant les années 90. Contrairement à l'évolution générale, le manque d'exercice physique dans les activités quotidiennes continue de progresser. Le nombre de personnes qui ne se déplacent jamais à pied ou à vélo pour leurs trajets quotidiens a continué d'augmenter entre 1997 et 2002. Les différences sociales constatées au niveau du comportement en matière d'exercice physique sont restées stables. On constate enfin que même si le comportement des femmes se rapproche de celui des hommes en matière d'activité physique au quotidien, les femmes compensent les déficits qui en résultent en faisant davantage de sport.

Du point de vue de l'attention portée à la santé et des comportements qui s'y rattachent, force est de constater que la pratique de l'exercice physique et du sport en particulier constitue une variable clé. Indépendamment de l'âge et du sexe, les personnes qui bougent régulièrement sont plus attentives à leur santé et vivent plus sainement, dans la mesure où elles fument nettement moins, se nourrissent plus sainement et présentent moins souvent de surcharge pondérale.

Les femmes et les hommes qui font régulièrement de l'exercice savent mieux évaluer leur santé – indépendamment de leur âge – et souffrent également moins de troubles physiques que les inactifs. Sur le plan de la santé psychique également, on relève des différences significatives, dans la mesure où les personnes actives ont un bien-être psychique meilleur que les inactifs. Les liens entre activité physique et santé psychique, toutefois, se manifestent surtout dans le contexte de l'activité sportive; on n'en observe guère au niveau de l'activité physique déployée au quotidien ou dans le cadre du travail.

Les personnes qui se conforment aux recommandations en matière d'activité physique sont davantage victimes d'accidents liés au sport ou au jeu que celles qui sont irrégulièrement actives ou inactives sur le plan physique. Ces dernières néanmoins sont victimes d'accidents de sport plus graves et présentent donc un taux d'absentéisme – indépendamment de l'âge et de la profession – semblable à celui des personnes actives. En fin de compte, le taux d'absentéisme dû aux accidents de sport et de jeu n'est pas très supérieur, pour 1000 personnes physiquement actives, à celui de 1000 personnes physiquement inactives.

Les présents résultats de l'Enquête suisse sur la santé fournissent un tableau nuancé du comportement de la population en matière d'activité physique. Ils montrent les effets positifs pour la santé de l'activité physique et du sport, tout en mettant en évidence une certaine sédentarité existante. Ce phénomène ne touche pas toutes les couches sociales de la population de manière égale. Les différences liées à la région linguistique, l'âge, le sexe et le niveau social sont des facteurs importants à prendre en compte dans la promotion future de l'activité physique et de la santé. Les statistiques présentées ci-après rendent compte aussi de premiers résultats encourageants dans le domaine de la promotion de l'activité physique.

1 Introduction

Les informations sur les changements de comportement de la population suisse en matière d'activité physique au cours des dix dernières années ne pourraient pas être plus contradictoires. D'un côté, elles font état d'une sévère augmentation du manque d'exercice et de déficits moteurs alarmants dès l'enfance; de l'autre, elles pronostiquent un véritable boom dans les disciplines sportives à la mode ainsi que des taux de participation record dans les courses populaires d'endurance. Ces deux constatations sont d'ailleurs étayées l'une comme l'autre par de nombreux indicateurs et exemples. Mais il n'existe pas encore d'étude systématique démontrant les conséquences de ces différents développements sur le comportement de la population en matière d'activité physique. L'Enquête suisse sur la santé offre donc, grâce à ses standards méthodologiques élevés et à son analyse à long terme, une base de données unique pour combler ces lacunes.

Il est également utile de disposer de davantage d'informations sur le comportement de la population suisse en matière d'activité physique dans l'optique de la promotion de la santé et celle de l'augmentation des coûts de la santé. Le manque d'activité physique occasionne chaque année en Suisse au moins 2000 décès et 1,4 million de maladies, générant un coût de 1,6 milliard de francs en frais de traitement directs (Smala et al. 2001, Martin et al. 2001). On estime que le manque d'activité physique est aussi néfaste pour la santé que le tabagisme, et encore plus néfaste que le surpoids. L'importance de l'exercice physique pour la santé est largement attestée par des études scientifiques (cf. Marti et Hättich 1999, Martin et al. 2000): les personnes qui bougent régulièrement sont non seulement en meilleure santé, mais elles sont plus attentives à leur santé et se sentent mieux en général. Le sport et l'activité physique ont un effet préventif sur les maladies; de plus, ils améliorent manifestement l'humeur et la qualité de vie.

L'observation des changements de comportement en matière d'exercice physique est l'une des missions principales de l'Observatoire «Sport et activité physique Suisse», mis en place par l'Office fédéral du sport, et c'est dans ce cadre qu'a été conçu le présent rapport. Se fondant sur les Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997 et 2002, ce rapport décrit la situation actuelle et les changements intervenus au niveau de l'activité physique de la population, et présente les différences de comportement sous leurs diverses facettes. En même temps, il analyse comment les différences sociales se répercutent sur le comportement en matière d'activité physique et comment cette activité interfère avec l'état de santé et le comportement en matière de santé.

Source:

Selon le programme statistique pluriannuel de la Confédération, une enquête est conduite tous les cinq ans auprès de la population résidant en Suisse pour évaluer l'état de santé des personnes âgées de 15 ans et plus, vivant dans des ménages privés. L'Office fédéral de la statistique est chargé de cette tâche. L'enquête a été réalisée pour la troisième fois en 2002 (les deux précédentes ayant été menées en 1992 et 1997). Les trois échantillons, indépendants les uns des autres, comptaient 15 288 personnes (1992), 13 004 personnes (1997) et 19 706 personnes (2002). Les taux de participation ont atteint 71% (1992), 69% (1997) et 64% (2002). Les enquêtes ont été réalisées sur la base d'entretiens téléphoniques assistés par ordinateur et de questionnaires écrits. Les échantillons étaient représentatifs de la population résidante suisse âgée de 15 ans et plus. Condition pour participer à l'enquête: connaître une langue nationale (allemand, français, italien). Tous les détails méthodologiques relatifs à l'enquête, au développement des indicateurs et aux présentes évaluations sont tirés des rapports de l'OFS (2003a, b) et de Lamprecht et Stamm (2005).

2 Recommandations et comportement en matière d'activité physique

Pour que l'activité physique et le sport aient un effet bénéfique sur la santé, il faut qu'ils soient pratiqués à une certaine intensité et avec régularité. Les recommandations minimales de l'Office fédéral du sport (OFSP) et de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) stipulent que «les hommes et les femmes de tout âge devraient pratiquer une activité physique d'intensité moyenne, tous les jours, pendant une demi-heure au moins» (Office fédéral du sport et al. 2002, p. 7). Une activité est dite d'intensité moyenne lorsqu'elle essouffle légèrement. A ce stade, en plus des nombreuses disciplines sportives, les activités recommandées peuvent aussi être des activités du quotidien: marcher d'un bon pas, faire du vélo, déblayer de la neige ou jardiner. Pour passer au stade suivant, on mesure le degré d'intensité d'une activité physique en se référant à la transpiration. Selon les recommandations de l'OFSP et de l'OFSP, pour être efficace, l'entraînement d'endurance doit inclure au moins trois séances hebdomadaires durant lesquelles la personne est amenée à transpirer.

Dans l'indicateur de l'Observatoire «Sport et activité physique Suisse», les données relatives aux activités physiques pratiquées à une intensité moyenne (accélération du souffle) et celles relatives aux activités pratiquées à une intensité plus élevée (transpiration) ont été regroupées (T1). Il en ressort que 36% de la population suivent au moins l'une des deux recommandations en matière d'activité physique (recommandation minimale ou recommandation pour l'entraînement d'endurance), tandis que 64% ne font pas assez d'exercice pour en retirer un bénéfice sur le plan de la santé. Un quart de la population est certes active, mais ne remplit pas le critère de régularité défini dans les recommandations. Un autre cinquième est partiellement actif, mais la fréquence et/ou le volume d'entraînement reste très éloigné de la «dose minimale» bénéfique pour la santé. Enfin, un dernier cinquième de la population est totalement inactif.

T 1 Répartition de la population entre les différents niveaux de l'indicateur à 5 niveaux et de l'indicateur à 3 niveaux de l'Observatoire «Sport et activité physique Suisse» (en %)

Indicateur à cinq niveaux		Indicateur à trois niveaux	
entraîné: au moins 3 jours par semaine, avec épisodes de transpiration	27,0	actif: suit au moins une recommandation en matière d'activité physique	35,9
actif régulier: au moins 5 jours par semaine, comportant au moins 30 min d'activité d'intensité moyenne (provoquant un essoufflement)	8,9		
actif irrégulier: au moins 150 minutes d'activité physique d'intensité moyenne par semaine, ou 2 jours avec épisodes de transpiration	25,6	actif partiel: actif, mais ne suit pas les recommandations en matière d'activité physique	44,7
actif partiel: au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité moyenne par semaine ou 1 jour avec épisodes de transpiration	19,1		
inactif	19,4	inactif	19,4

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 18'719.

3 Activité sportive et physique au quotidien

La principale activité de loisirs qui essouffle ou fait transpirer est incontestablement le sport. Un quart de la population suisse fait du sport au moins une fois par semaine, à raison d'une ou deux heures; un autre quart fait du sport plusieurs fois par semaine, totalisant au moins trois heures d'activité sportive. En revanche, environ la moitié de la population ne fait pas de sport, de fitness ou de gymnastique, ou seulement de manière très irrégulière (T2).

T 2 Part de la population active, partiellement active ou inactive sur le plan sportif (en %)

Active sur le plan sportif: plusieurs fois par semaine, durant trois heures ou plus au total	24,4
Partiellement active sur le plan sportif: au moins une fois par semaine	26,6
Inactive sur le plan sportif: jamais ou rarement	49,0

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 19'578.

T 3 Part de la population active, partiellement active ou inactive sur le plan physique lors de ses déplacements quotidiens (en %)

active lors de ses déplacements: plus de 30 minutes à pied ou à vélo	27,4
partiellement active lors de ses déplacements: jusqu'à 30 minutes à pied ou à vélo	22,1
inactive lors de ses déplacements: pas d'activité physique	50,5

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 19'706.

La pratique du sport est une forme particulièrement efficace et durable de promotion de la santé et, selon toute attente, la majorité des sportives et des sportifs satisfont aux recommandations en matière d'activité physique.

Mais pratiquer une activité physique bénéfique pour la santé ne veut pas dire forcément faire du sport. Il est également possible de répondre aux recommandations en matière d'activité physique en pratiquant des activités du quotidien. Ainsi, un huitième de la population suisse satisfait à ces recommandations sans faire de sport pour autant. La mobilité douce fait partie de ces activités. A cet égard, la moitié de la population effectue ses déplacements quotidiens (au moins une partie) à pied ou à vélo pour se rendre au travail, faire ses courses ou sortir. Une bonne moitié des piétons et des cyclistes y consacre plus de 30 minutes par jour (T3). Néanmoins, dans la moitié des cas, l'activité physique investie dans les déplacements n'atteint pas le degré d'intensité nécessaire pour être considérée comme bénéfique pour la santé.

4 Activité physique dans le cadre du travail

Aujourd'hui, dans la plupart des cas, le travail n'est plus lié à une activité physique intense. Environ 40% des personnes exerçant une activité professionnelle ne déploient aucune activité physique sur leur lieu de travail, ou à peine. Elles ne doivent pas se déplacer ni porter de charges, monter des escaliers ou fournir d'effort physique quelconque (T4). Seul un travailleur sur huit exerce encore un travail physiquement astreignant, et un sur six une profession dans laquelle il est amené à monter des escaliers ou porter des charges. A peine un quart des travailleurs estime exercer actuellement une profession physiquement astreignante, alors que la moitié d'entre eux (44%) environ décrivent leur travail comme nerveusement éprouvant.

T 4 Part de la population exerçant une activité professionnelle répartie entre les quatre niveaux d'activité physique au travail (en %)

Travaille la plupart du temps assis	38,8
Doit surtout rester debout et se déplacer	32,4
Doit souvent porter des charges ou monter des escaliers	17,0
Fournit des efforts physiques intenses	11,8

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 8999.

Le manque croissant d'exercice physique ne se traduit pas seulement au travail, mais aussi au foyer: plus de 40% de la population ne pratiquent pas d'activité physique qui les fait transpirer au travail, à la maison ou au jardin et seul un bon quart est amené à transpirer plus de deux fois par semaine (T5).

Les personnes qui ne bougent pas beaucoup au travail ne bougent pas plus pour se rendre au travail ou en faisant du sport que les personnes qui transpirent du fait de leur activité professionnelle. Cela signifie que la sédentarité croissante observée au travail n'est dans de nombreux cas pas compensée par une activité physique accrue durant les loisirs.

T 5 Part de la population active, partiellement active ou inactive physiquement dans le cadre du travail, des travaux domestiques ou du jardinage (en %)

actif: 3 épisodes et plus de transpiration par semaine	27,8
partiellement actif: 1 à 2 épisodes de transpiration par semaine	28,8
inactif: pas de transpiration	43,4

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 18'377.

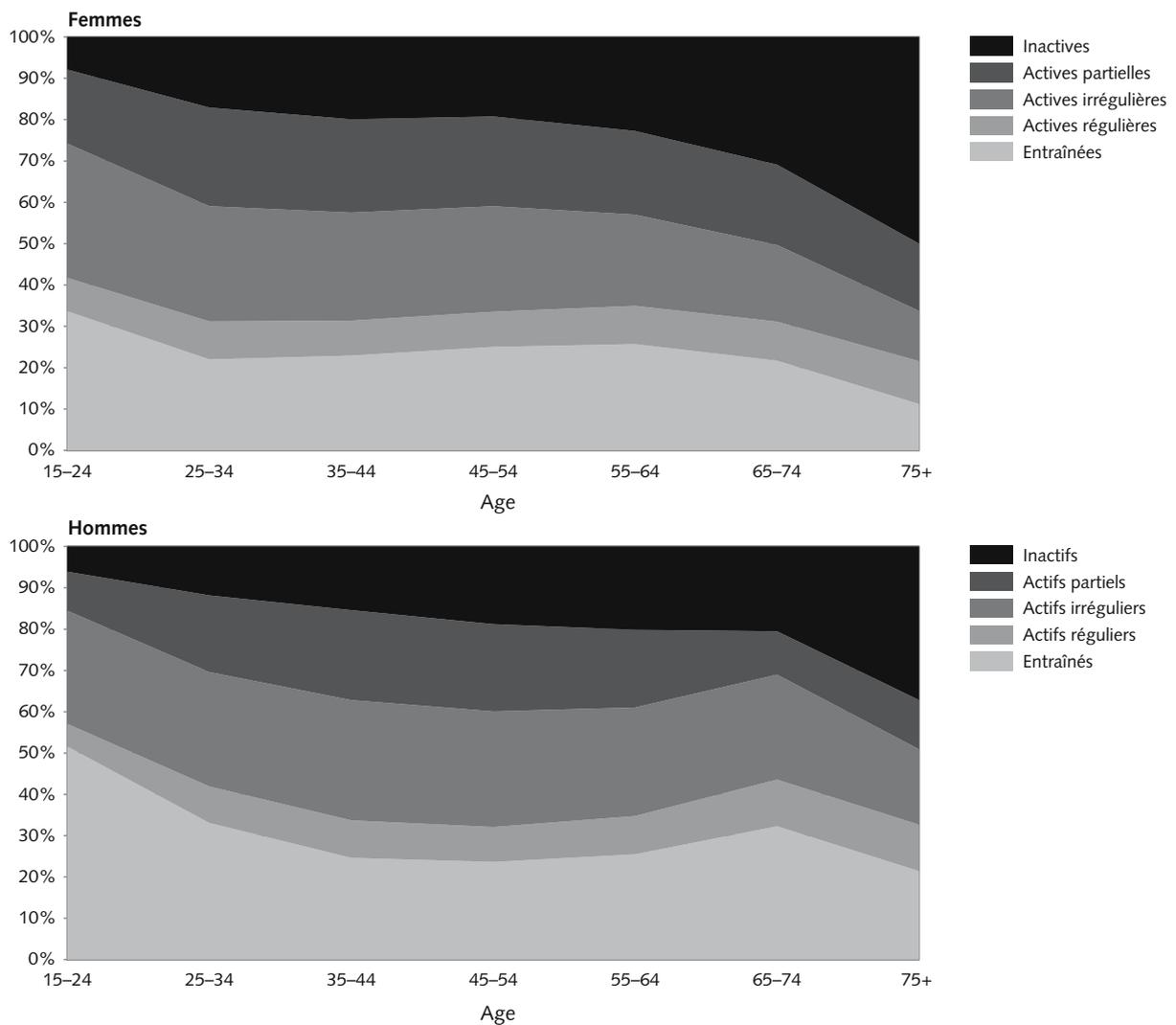
5 Différences selon l'âge et le sexe

Comme on peut s'y attendre, l'activité physique diminue avec l'âge. Toutefois, cette diminution ne suit pas une courbe régulière: les deux reculs les plus nets se produisent entre 20 et 30 ans, puis après 74 ans.

Voyons par ailleurs les différences entre les sexes: durant leur jeunesse, les hommes bougent nettement plus

que les femmes. Celles-ci rattrapent cependant leur retard au fil des ans, si bien qu'entre 35 et 65 ans, le niveau d'activité physique des deux sexes est comparable. A 65 ans – c'est-à-dire après la retraite – les hommes manifestent un regain d'activité, jusqu'à l'âge de 74 ans: à partir de là, leur dépense physique diminue sensiblement.

Répartition des femmes et des hommes entre les cinq niveaux d'activité physique, selon l'âge G 1



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, hommes: n=8272, femmes: n=10'447.

© Office fédéral de la statistique (OFS)

Si l'on se concentre sur les personnes qui font régulièrement de l'exercice, on constate, chez les femmes aussi, une légère augmentation à l'âge mûr. Elle a toutefois lieu plus tôt que chez les hommes et elle est moins marquée (G1).

L'étude des différentes formes de comportement liées à l'activité physique est également riche d'autres enseignements (G2) liés au sexe et à l'âge.

L'activité sportive décroît nettement avec l'âge. Ce phénomène est particulièrement marqué chez les hommes, qui sont nettement plus sportifs que les femmes durant leur jeunesse.

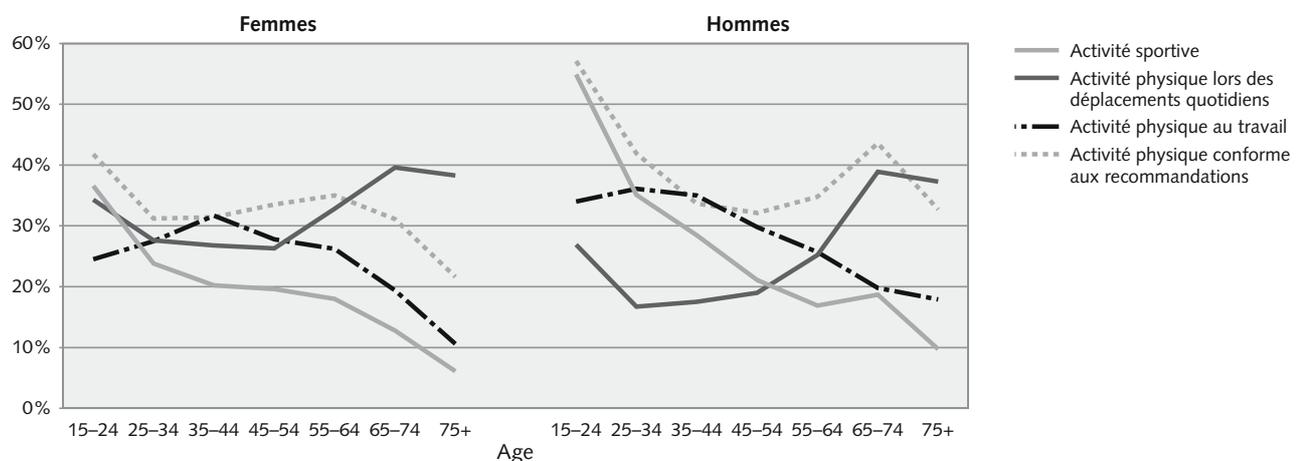
Il en va différemment de l'activité physique pratiquée pour se déplacer quotidiennement (trajets professionnels, achats et sorties). Là, ce sont les jeunes et les aînés qui affichent le niveau d'activité physique le plus élevé, tandis que les 25-54 ans se montrent très sédentaires. Le manque d'activité physique est particulièrement marqué chez les hommes, qui se dépensent moins que les fem-

mes, dans toutes les catégories d'âge. Plus des quatre cinquièmes des hommes âgés de 25 à 54 ans font moins de 30 minutes de marche ou de vélo quotidiennement pour leurs trajets.

Le fait que les 55-74 ans se déplacent au quotidien beaucoup plus souvent à pied ou à bicyclette que les 25-54 ans peut s'expliquer de deux manières: soit cette population recommence à circuler à pied en vieillissant ou à partir de l'âge de la retraite parce que ses activités se recentrent sur la vie de quartier; soit les chiffres témoignent d'une sédentarité croissante, plus marquée chez les jeunes que chez les aînés car ces derniers ont l'habitude de se déplacer à pied depuis leur plus jeune âge (voir également à ce sujet le chapitre 9).

Au travail, hommes et femmes bougent dans des proportions comparables. C'est entre 35 et 44 ans que leur niveau d'activité physique est le plus élevé, et ensuite il diminue.

Part des femmes et des hommes pratiquant différentes formes d'activité physique, selon l'âge G 2



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=18'719 (activité physique en général), 19'577 (activité sportive), 19'706 (activité physique lors des déplacements quotidiens), 18'376 (activité physique au travail).

© Office fédéral de la statistique (OFS)

6 Disparités régionales et cantonales

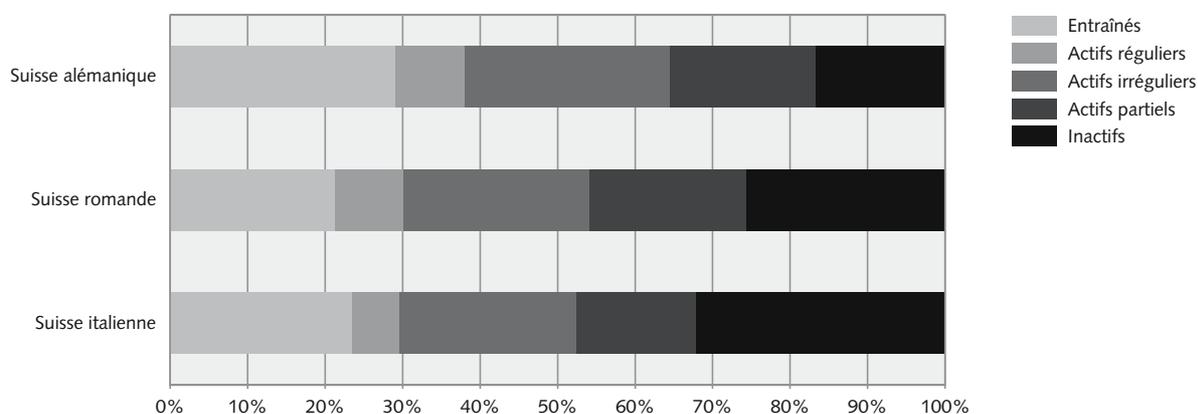
En Suisse romande et au Tessin, le manque d'activité physique est plus marqué qu'en Suisse alémanique. La part de personnes physiquement inactives est deux fois plus élevée au Tessin qu'outre-Sarine, et tandis que 40% ou presque des Suisses alémaniques ont un niveau d'activité physique conforme aux recommandations, seuls 30% de la population romande et tessinoise peuvent en dire autant (G3).¹

En Suisse alémanique, on fait plus souvent du sport qu'en Suisse romande ou au Tessin, mais ce n'est pas tout: dans leurs déplacements quotidiens aussi, les Alémaniques affichent un niveau d'activité physique nettement plus élevé que la moyenne.

Ces différences marquées entre régions linguistiques contrastent avec les faibles différences constatées entre les communes, compte tenu de leur taille, de leur type et de leur degré d'urbanisation. On bouge aujourd'hui autant (ou aussi peu!) dans les centres urbains que dans les régions rurales. Il existe toutefois une différence importante entre les citadins et les ruraux: au quotidien, les premiers se déplacent nettement plus souvent à pied ou à vélo que les seconds pour aller travailler, faire des achats ou sortir.

Répartition de la population entre les cinq niveaux d'activité physique, selon la région linguistique

G 3



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=12'573 (SA), 4'712 (SR), 1'434 (SI).

© Office fédéral de la statistique (OFS)

¹ Ces différences ne s'expliquent pas par une structure de population différente dans les trois régions linguistiques.

Les grandes disparités régionales que nous venons d'évoquer se confirment quand on compare le niveau d'activité physique d'un canton à l'autre: là encore, la ligne de fracture suit la frontière linguistique. Dans tous les cantons alémaniques, la population fait plus d'exercice que dans les cantons romands. Seul le canton de Bâle fait exception à la règle: un quart de ses habitants est complètement inactif, comme en Suisse romande (T6).

La population qui bouge le plus est celle du canton de Zoug (42% d'actifs contre seulement 12% d'inactifs). La lanterne rouge est le Tessin, où l'on compte plus d'inactifs que d'actifs.

Cette frontière linguistique se retrouve à l'intérieur même de certains cantons: en Valais et dans le canton de Fribourg – deux cantons bilingues –, la proportion d'inactifs est globalement faible par rapport à la Suisse romande, et cela s'explique en grande partie par le niveau d'activité physique des habitants alémaniques. Par contre, dans la partie francophone de ces deux cantons, la population a un niveau d'activité physique comparable à celui de Vaud ou de Genève.

T 6 Répartition de la population entre trois niveaux d'activité physique, selon le canton (en %)

	entraînés /actifs	actifs irréguliers / partiels	inactifs
Argovie	38,3	45,9	15,8
Bâle-Campagne	35,9	45,4	18,7
Bâle-Ville	35,8	39,2	25,0
Berne	39,1	41,9	19,0
Lucerne	35,5	47,9	16,6
Soleure	37,5	44,9	17,6
Saint-Gall	36,5	48,5	15,0
Zoug	41,5	46,1	12,4
Zurich	37,1	45,1	17,8
Autres cantons alémaniques	39,8	47,4	12,8
Fribourg	32,9	45,7	21,4
Genève	31,1	43,3	25,6
Jura	29,8	44,6	25,7
Neuchâtel	32,8	41,1	26,1
Vaud	29,0	46,3	24,7
Valais	32,4	45,8	21,8
Tessin	30,2	36,4	33,4

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n entre 1558 (Zurich) et 620 (Jura).
Ne sont cités que les cantons dans lesquels plus de 600 personnes ont été interrogées.

7 Différences entre la population suisse et la population étrangère

Les Suisses font plus d'exercice physique que les ressortissants étrangers vivant en Suisse. Seuls quelque 30% de la population étrangère atteignent le niveau d'activité physique recommandé, et un bon quart ne fait pour ainsi dire aucun exercice durant ses loisirs (G4).

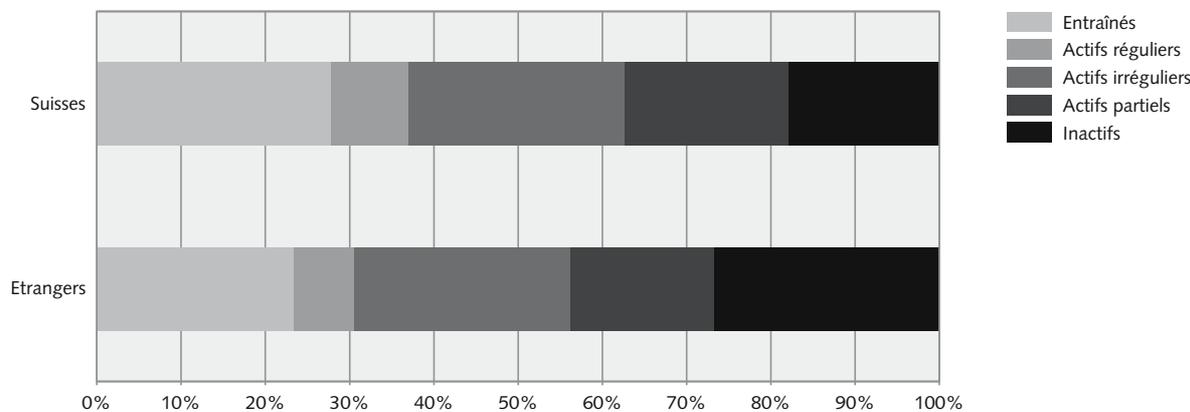
Les ressortissantes étrangères – en particulier les jeunes – atteignent beaucoup moins souvent le niveau d'activité physique recommandé que les Suissesses. En revanche, dans la deuxième moitié de la vie, un rapprochement très net entre les deux communautés s'effectue: les ressortissantes étrangères de plus de 50 ans sont

presque aussi souvent actives que les Suissesses du même âge. Chez les hommes, c'est exactement le contraire: les jeunes étrangers sont pratiquement aussi actifs que les jeunes Suisses mais à partir de 50 ans, on constate de grandes différences (G5).

L'important manque d'activité physique des jeunes étrangères apparaît également quand on considère leurs activités sportives: 58% des ressortissantes étrangères de 15 à 34 ans ne font jamais de sport, de gymnastique ou de mise en forme, contre 37% des Suissesses de cette tranche d'âge.

Répartition de la population entre les cinq niveaux d'activité physique, selon la nationalité

G 4

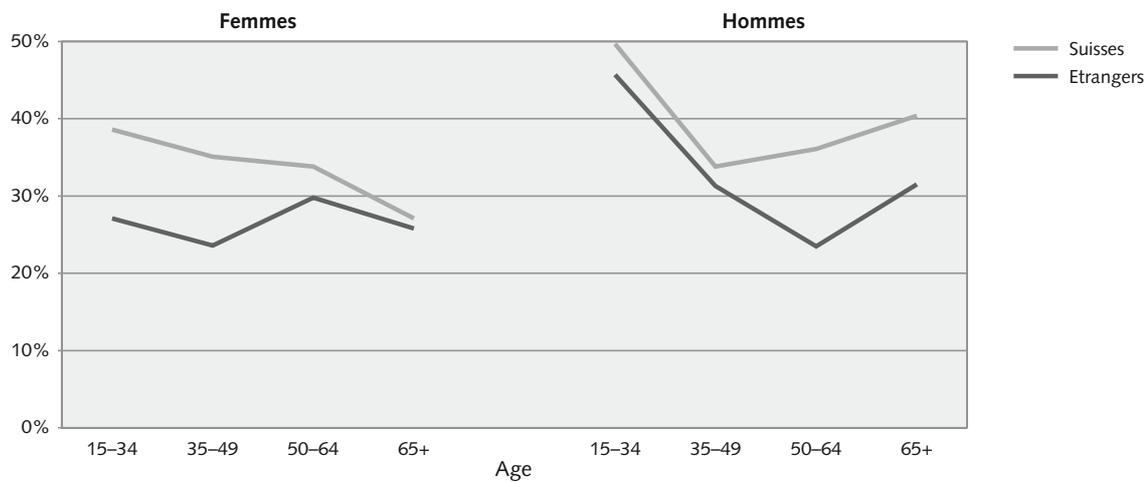


Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=18'719.

© Office fédéral de la statistique (OFS)

Part de personnes physiquement actives dans la population suisse et dans la population étrangère, selon le sexe et l'âge

G 5



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=18'719.

© Office fédéral de la statistique (OFS)

8 Différences selon la formation, la profession et le revenu

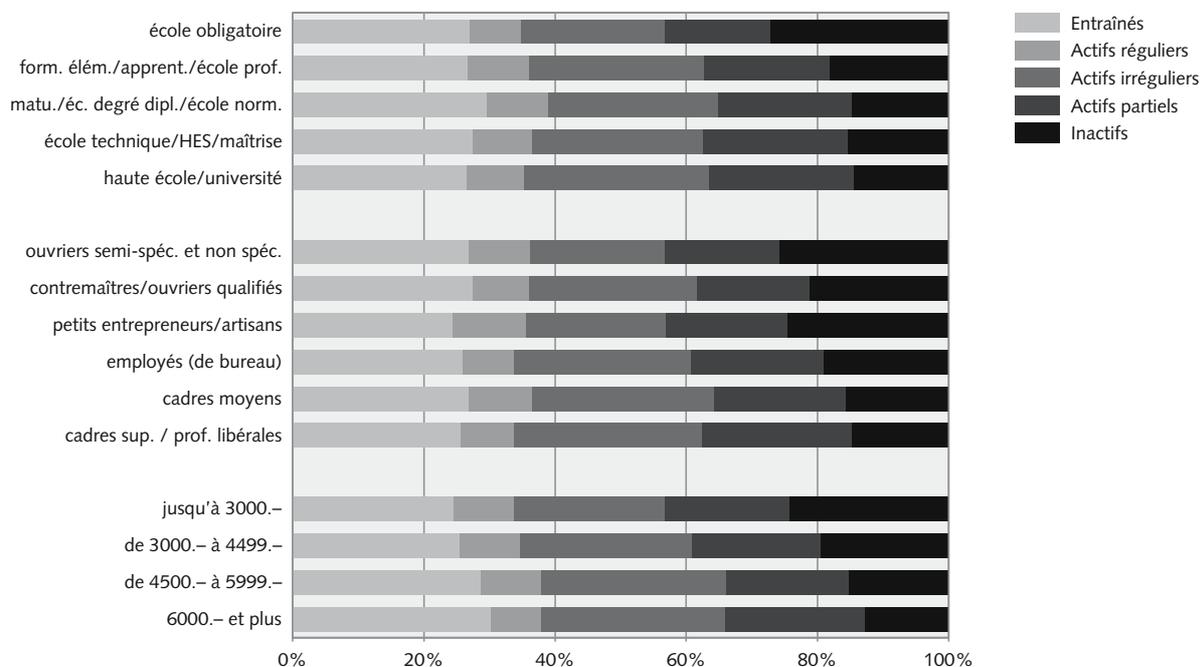
Les personnes qui ont un statut social élevé bougent plus que les membres des classes sociales inférieures. C'est quand on se réfère au revenu des ménages que la différence apparaît le plus nettement: plus leur revenu est élevé, plus les individus sont actifs physiquement. Avec un revenu d'équivalence des ménages plafonnant à 3000 francs, les individus sont deux fois plus souvent inactifs que ceux disposant d'un revenu de 6000 francs et plus.

En revanche, si l'on prend comme critère de comparaison la formation et la catégorie professionnelle, les différences ne sont sensibles que dans le groupe des inactifs. Autrement dit, quel que soit le statut social, la proportion de personnes ayant une activité physique conforme aux recommandations est à peu près identique (G6).

L'impact des différences sociales sur le niveau général d'activité physique tient surtout à un facteur: l'activité sportive. Par contre, si l'on distingue séparément l'activité physique pratiquée pour les déplacements quotidiens de l'activité physique au travail, le rapport entre activité physique et revenu s'inverse: les personnes dont le revenu est inférieur à 4500 francs par mois se déplacent plus souvent à pied ou à bicyclette que celles dont le revenu est supérieur à 4500 francs; et l'activité physique au travail caractérise plutôt les catégories professionnelles basses et les faibles revenus correspondants. Enfin, comparées aux classes sociales inférieures, les classes supérieures compensent plus souvent leur sédentarité au travail et dans la vie quotidienne par des activités sportives.

Répartition de la population entre les cinq niveaux d'activité physique, selon la formation, la catégorie professionnelle et le revenu

G 6



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, 18'696 (formation), 17'530 (catégorie professionnelle), 17'344 (revenu d'équivalence des ménages).

© Office fédéral de la statistique (OFS)

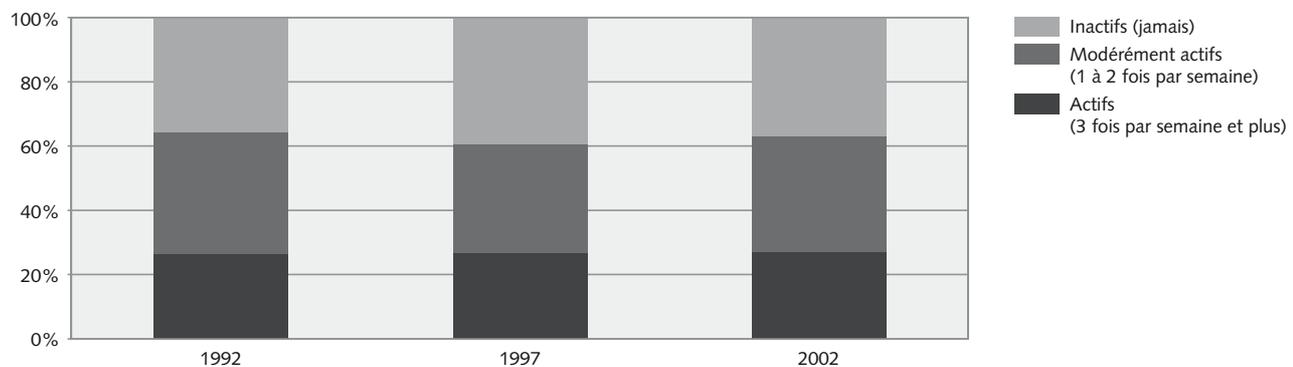
9 Evolution de l'activité physique de 1992 à 2002

De 1992 à 1997, la sédentarité a fortement augmenté: en cinq ans seulement, la proportion d'inactifs (c'est-à-dire de personnes qui ne transpirent jamais durant leurs loisirs) est passée de 36 à 40%, soit une

augmentation de 4 points.² Depuis, cette évolution a pu être enrayée: la proportion d'inactifs a recommencé à baisser entre 1997 et 2002, et aujourd'hui elle dépasse à peine celle de 1992 (G7).

Part de la population qui s'est dépensée physiquement (en transpirant ou sans transpirer) durant ses loisirs en 1992, 1997 et 2002

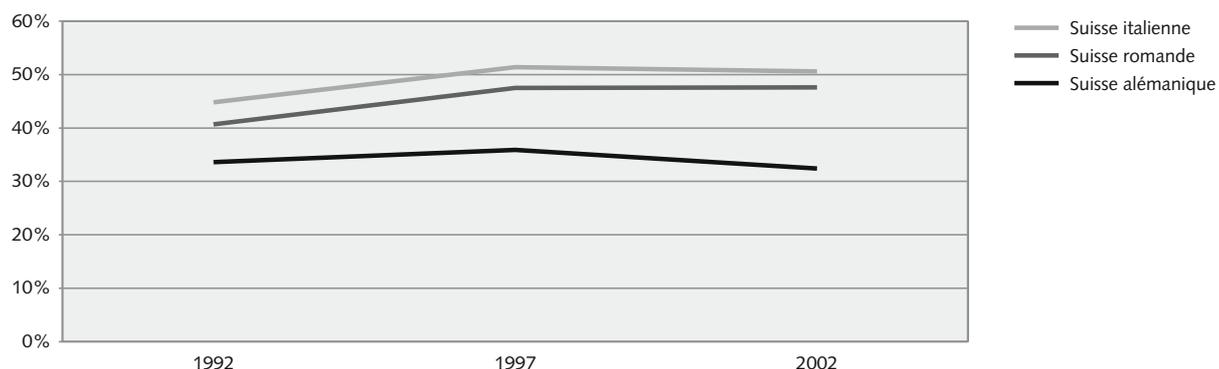
G 7



© Office fédéral de la statistique (OFS)

Part d'inactifs (pas de transpiration lors d'une activité physique durant les loisirs) dans les trois régions linguistiques en 1992, 1997 et 2002

G 8



Source: OFS, Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997 et 2002, n=18'654 (2002), 12'727 (1997), 15'288 (1992).

© Office fédéral de la statistique (OFS)

² Le nouvel indicateur de l'Office fédéral du sport ne peut pas être utilisé pour mesurer l'évolution dans le temps. En effet, les questions posées dans le cadre des enquêtes sur la santé de 1992 et 1997 portaient uniquement sur la fréquence de la sudation, et pas encore sur l'accélération de la fréquence cardiaque.

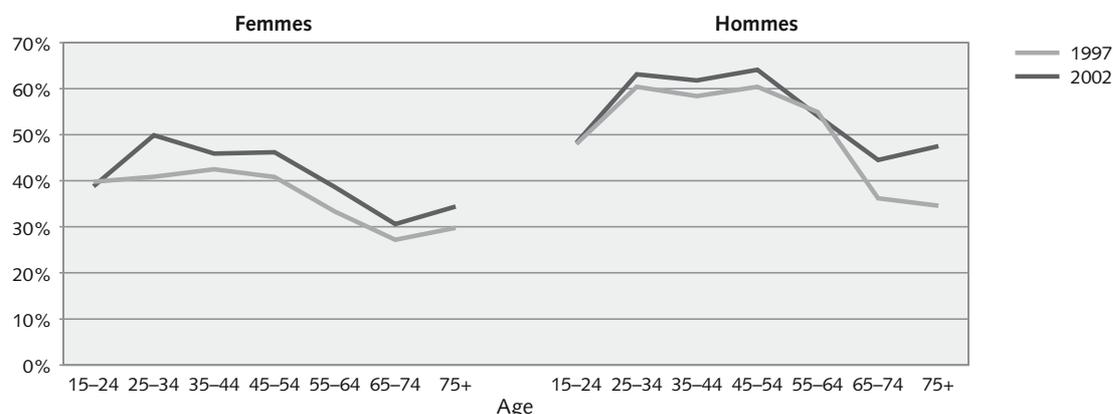
Le comportement de la population en matière d'activité physique a évolué différemment dans les trois régions linguistiques (G8). De 1992 à 1997, la sédentarité a gagné plus de terrain en Suisse romande et au Tessin qu'en Suisse alémanique. Si, depuis 1997, cette sédentarité est restée constante à un niveau élevé chez les latins, on peut observer un renversement de tendance en Suisse alémanique: en 2002, la proportion d'inactifs y était même légèrement inférieure à celle de 1992.

Bien que la situation générale ne se soit pas dégradée ces derniers temps – on constate même une légère amélioration en Suisse alémanique – le manque d'activité physique au quotidien est de plus en plus prononcé. La

proportion de personnes qui ne se déplacent presque jamais à pied ni à bicyclette quotidiennement est passée de 45 à 49% de 1997 à 2002. Cela concerne surtout les femmes, dont le déficit d'activité physique au quotidien se rapproche progressivement de celui des hommes (G9).

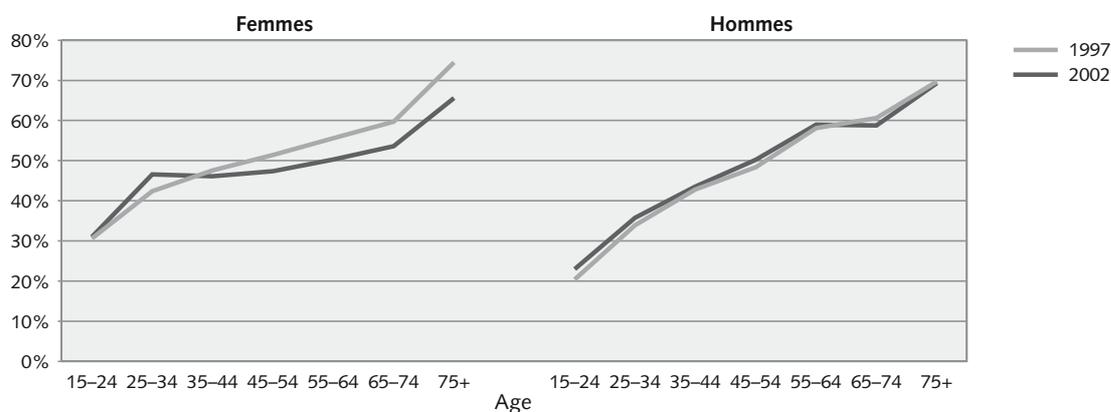
Les femmes d'âge mûr, au moins, compensent partiellement par des activités sportives leur manque d'activité physique au quotidien: chez les femmes de plus de 45 ans, la proportion d'inactives a diminué de 6 points en moyenne, entre 1997 et 2002 (G10). C'est dans cette catégorie de la population que le walking et les programmes de promotion de l'activité physique comme «Allez Hop» auraient le plus de chances de succès.

Part des femmes et des hommes n'effectuant jamais leurs trajets quotidiens à pied ni à bicyclette, selon l'âge, en 1997 et 2002 G 9



© Office fédéral de la statistique (OFS)

Part des femmes et des hommes qui ne font pas de sport, selon l'âge, en 1997 et 2002 G 10



Source: OFS, Enquêtes suisses sur la santé 1997 et 2002. Activité physique lors des déplacements: n=19'528 (2002), 12'941 (1997). Pratique sportive: n=19'706 (2002), 13'004 (1997).

© Office fédéral de la statistique (OFS)

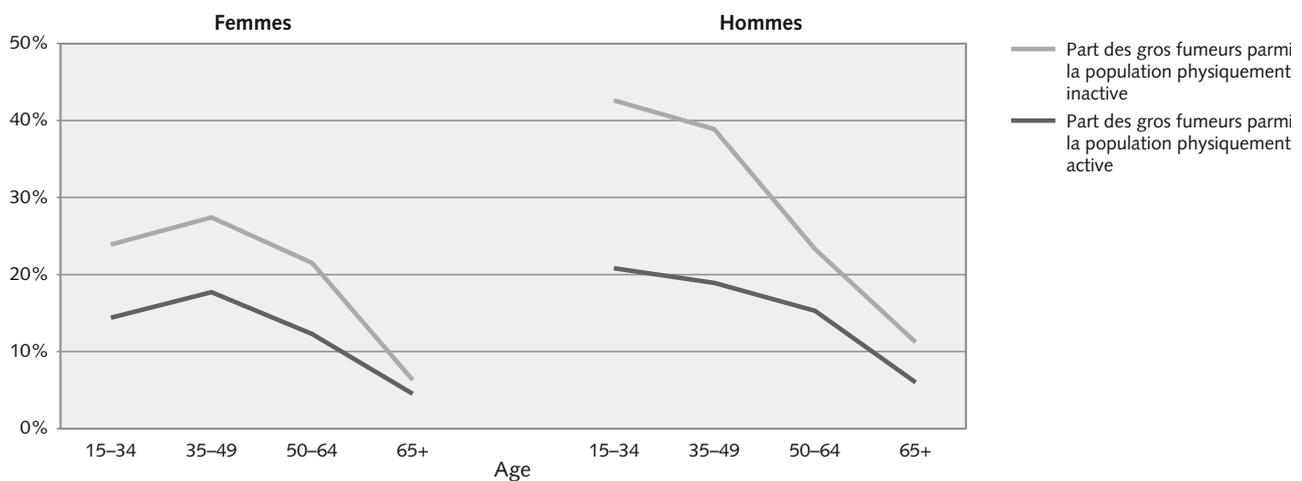
10 Activité physique et consommation de tabac

Les personnes qui font régulièrement de l'exercice se préoccupent davantage de leur santé que celles qui n'en font pas. Cette observation s'applique tant à l'attention portée à la santé en général qu'à certains comportements susceptibles d'y nuire, tels le tabagisme. On recense environ 30% de fumeurs parmi la population résidente suisse âgée de 15 ans et plus, dont 2/3 de gros fumeurs (10 cigarettes et plus par jour). Or, les personnes qui pratiquent régulièrement une activité physique fument nettement moins que celles qui ne bougent jamais ou qu'irrégulièrement. Cette constatation vaut particulièrement pour les jeunes, qui affichent de toute façon un taux de tabagisme supérieur à la moyenne (G11).

La corrélation entre le comportement en matière d'activité physique et la consommation de tabac est encore plus flagrante chez les sportifs. Les personnes qui ne se contentent pas simplement de faire de l'exercice, mais qui pratiquent véritablement du sport font en effet très souvent partie des non-fumeurs. Non seulement les sportifs commencent plus rarement à fumer, mais ils sont aussi plus enclins à arrêter que les non-sportifs. Il est difficile toutefois ici d'établir un lien de cause à effet car, si la pratique du sport peut inciter à abandonner la cigarette, un sevrage réussi peut aussi constituer un facteur de motivation propice à une augmentation de l'activité sportive, ces deux comportements étant dictés par la même préoccupation de santé.

Part des femmes et des hommes qui fument beaucoup parmi la population physiquement active ou inactive, selon l'âge

G 11



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=18'717.

© Office fédéral de la statistique (OFS)

11 Activité physique, alimentation et poids corporel sain

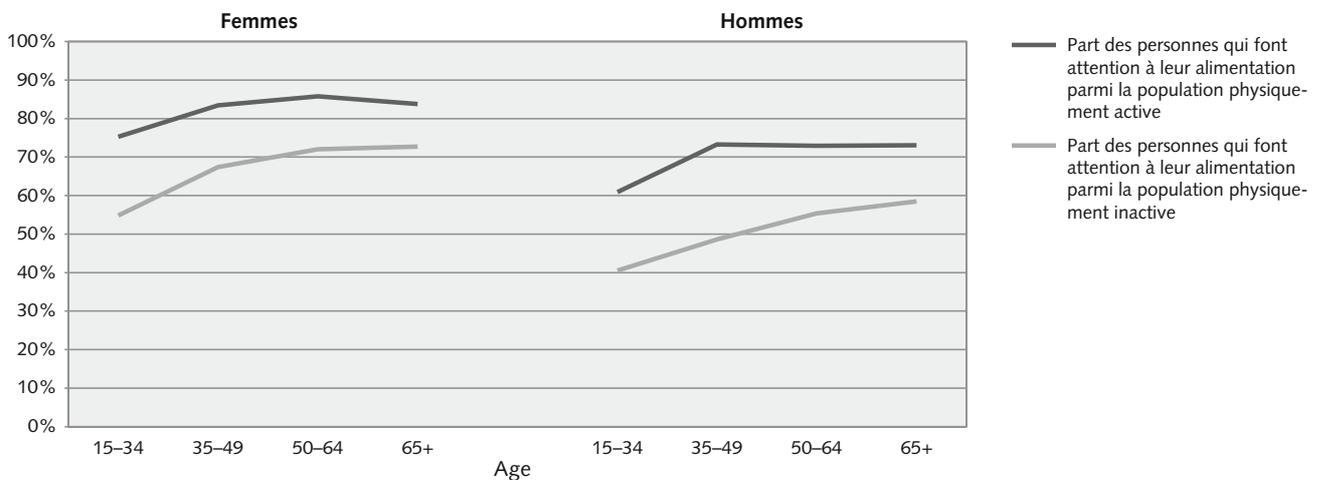
Il existe un lien étroit entre l'attention portée à l'alimentation et le comportement en matière d'activité physique. Quel que soit leur âge ou leur sexe, les personnes qui font régulièrement de l'exercice ont tendance à se préoccuper davantage de leur alimentation que les personnes inactives (G12). Les femmes et les personnes âgées en général font plus attention à ce qu'elles mangent que les (jeunes) hommes. Chez ces derniers, le souci de l'alimentation est très étroitement lié au comportement en matière d'activité physique, et plus particulièrement aux

habitudes sportives. Parmi les hommes inactifs âgés de 15 à 49 ans, ils ne sont pas même une petite moitié à se soucier de leur alimentation.

Il existe un lien analogue entre le comportement en matière d'activité physique et le poids corporel:³ parmi les personnes qui suivent les recommandations en matière d'activité physique, 31% présentent une surcharge pondérale (dont 6% d'obèses) contre 44% chez les personnes inactives (dont 11% d'obèses).

Part des femmes et des hommes qui se soucient de leur alimentation parmi la population physiquement active ou inactive, selon l'âge

G 12



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=18'708.

© Office fédéral de la statistique (OFS)

³ Le paramètre généralement utilisé pour catégoriser le poids corporel est le «Body Mass Index» (BMI) ou indice de masse corporelle. Il correspond au rapport entre le poids du corps en kilogrammes et la taille au carré en mètres (kg/m²). Sur la base de cet indice, l'OMS a déterminé des seuils permettant de classer les individus de plus de 18 ans dans différentes catégories: insuffisance pondérale: BMI inférieur à 18,5; poids normal: BMI entre 18,5 et 24,9; surcharge pondérale: BMI entre 25 et 29,9; obésité (adiposité): BMI égal ou supérieur à 30.

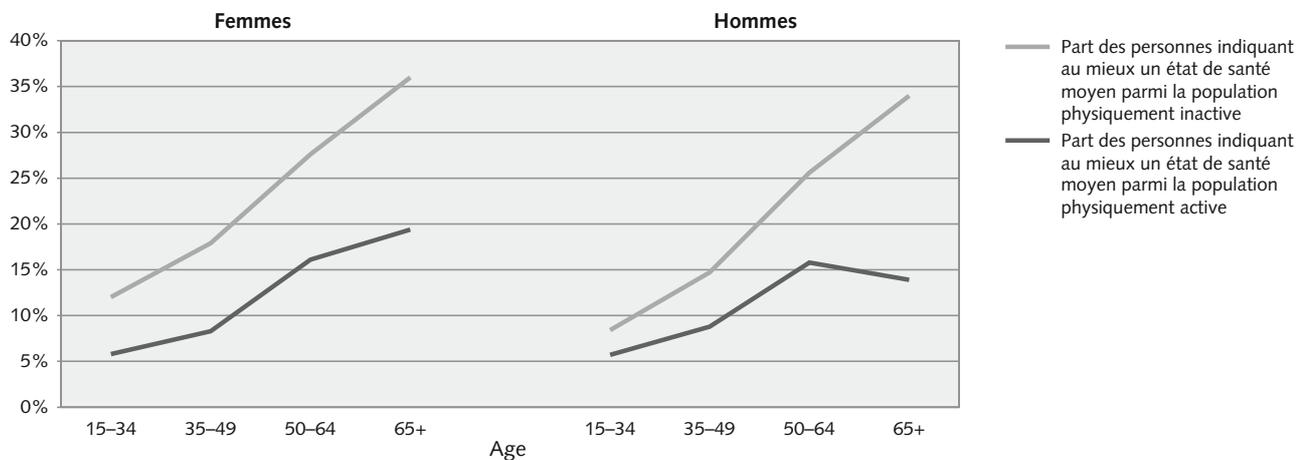
12 Activité physique et état de santé

La majeure partie de la population suisse se porte bien, voire très bien. Seuls 14% des personnes interrogées qualifient leur état de santé de moyen à mauvais. Les personnes qui font régulièrement de l'exercice se considèrent en bien meilleure santé que les personnes inactives. Dans tous les groupes d'âge, la part des personnes qui qualifient leur état de santé de moyen ou mauvais est presque deux fois plus élevée chez les personnes inactives que chez les actives (G13). La différence est particulièrement marquée chez les hommes de plus

de 65 ans. Les personnes de plus de 65 ans qui pratiquent régulièrement une activité physique s'estiment en aussi bonne santé que les personnes de 35 à 49 ans qui ne bougent pas.⁴

Comparées aux inactifs, les personnes qui font de l'exercice souffrent moins souvent de forts maux de dos (16% contre 9%), de troubles du sommeil (11% contre 6%), de faiblesse/fatigue (11% contre 5%), de diarrhée/constipation (5% contre 3%), de maux de ventre (5% contre 3%), de palpitations/tachycardie (2% contre 1%), de douleurs dans la poitrine (2% contre 1%).

Part des femmes et des hommes indiquant au mieux un état de santé moyen parmi la population physiquement active ou inactive, selon l'âge **G 13**



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n=18'715.

Pourcent de personnes ayant répondu «comme ci, comme ça», «mal» et «très mal» à la question: «Comment allez-vous en ce moment?».

© Office fédéral de la statistique (OFS)

⁴ On observe également une corrélation très significative entre le comportement en matière d'activité physique et l'estimation personnelle de l'état de santé si l'on se réfère à d'autres facteurs d'influence (tels que le sexe, l'âge, la région linguistique, le type de commune, la nationalité, la formation, la catégorie professionnelle, le revenu du ménage, la consommation de tabac, la consommation d'alcool et les habitudes alimentaires). Le comportement en matière d'activité physique est, après l'âge, le deuxième facteur d'influence le plus important (coefficient bêta > .10).

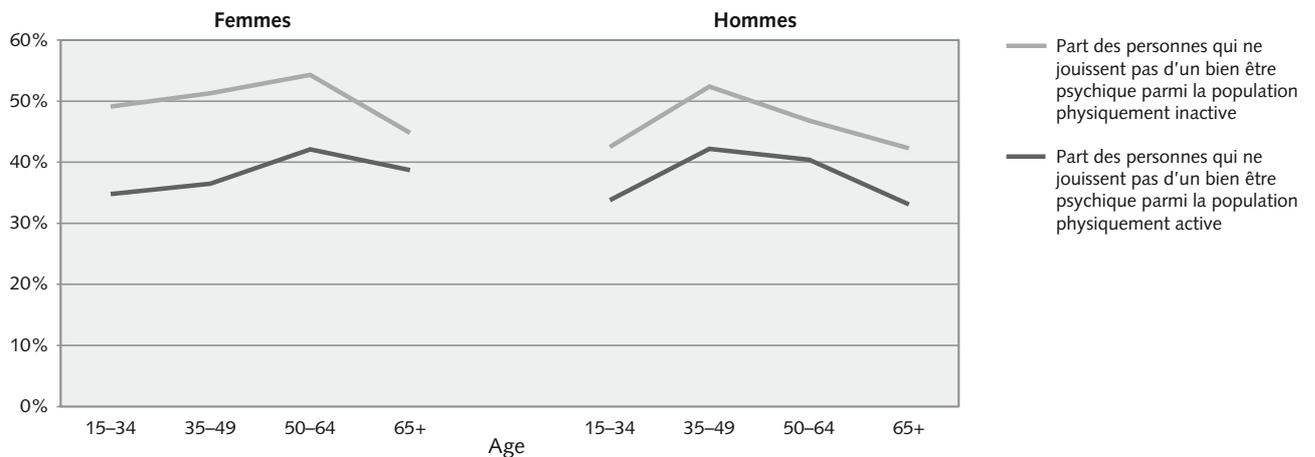
13 Activité physique et santé psychique

Le comportement en matière d'activité physique n'influe pas seulement sur la santé physique, mais également sur la santé psychique. Indépendamment de l'âge, les personnes qui font régulièrement de l'exercice se sentent nettement mieux sur le plan psychique que les personnes inactives. Elles sont 62% à faire état d'un bien-être psychique élevé contre 52% chez les personnes inactives. Les différences sont particulièrement marquées chez les femmes de 15 à 49 ans (G14).

L'activité physique et sportive est-elle vraiment bonne pour la santé? Les données recueillies ne permettent pas d'y répondre. Certes, elles montrent, et de façon indubitable, que les personnes actives se sentent mieux sur les plans physique et psychique et ont moins de troubles de santé. Mais elles ne permettent pas de déterminer si la pratique d'une activité physique régulière est plutôt la cause ou l'effet d'une bonne santé physique et psychique.

Part des femmes et des hommes qui n'ont pas de bien-être psychique élevé parmi la population physiquement active ou inactive, selon l'âge

G 14



Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n= 16'113 (CH).

L'indice OPTIMISM est calculé à partir de données relatives au bien-être psychique. Voir à ce sujet: OFS 2003c et Grob et al. 1990

© Office fédéral de la statistique (OFS)

14 Activité physique et accidents de sport et de jeu

L'activité physique et le sport contribuent, par les effets positifs qu'ils ont sur la santé physique et psychique, à diminuer les coûts de la santé. Mais ils occasionnent aussi des accidents qui ont, pour certains, des conséquences onéreuses. On recense annuellement quelque 300'000 accidents de sport en Suisse. Les frais d'assurance – ou coûts directs – découlant de ces sinistres se chiffrent à environ 1,1 milliard de francs. A cette somme s'ajoutent les coûts indirects, associés notamment aux pertes de productivité occasionnées par les jours de travail perdus par l'accidenté ou les proches qui le soignent et que l'on peut estimer à 2,3 milliards de francs (cf. bpa 2004, CSAA 2004, Allenbach et al. 2003, Smala et al. 2001).

Selon les données de l'Enquête suisse sur la santé de 2002, 8% de la population ont eu un accident de sport ou de jeu au cours de douze mois. Dans 5% des cas, la gravité de l'accident était telle qu'un traitement médical (ambulatoire ou hospitalier) s'est imposé. De façon générale, les jeunes gens ont plus fréquemment des accidents de sport et de jeu que les personnes âgées et, indépendamment de l'âge, les hommes sont plus touchés que les femmes.

Il est logique que les personnes qui bougent beaucoup soient plus exposées aux accidents sportifs. De fait, la fréquence des accidents parmi ces personnes est 3,5 fois plus élevée que chez les inactifs. On relèvera pourtant que, chez les personnes actives, les accidents sont souvent bénins (dans la moitié des cas environ) alors que, chez les personnes inactives, ils nécessitent dans deux tiers des cas un traitement médical (T7).

T 7 Part des personnes ayant eu un accident de sport et de jeu au cours de 12 mois, selon le niveau d'activité physique (en %)

	Personnes accidentées (total)	Personnes accidentées ayant suivi un traitement médical
<i>Niveau d'activité physique</i>		
inactif	3,3	2,4
actif irrégulier / partiel	7,3	4,6
actif (qui suit les recommandations en matière d'activité physique)	11,5	6,6
Total (ensemble de la population)	8,1	4,9

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 15'752.

On peut donc en déduire que, si les accidents de sport et de jeu sont certes moins courants chez les personnes inactives, ils sont en revanche plus graves. Ce raisonnement est corroboré par le tableau T8. Comme on peut le voir, chez les personnes inactives, les accidents de « sport » entraînent une incapacité de travail de 22 jours environ. Chez les personnes irrégulièrement ou partiellement actives, l'arrêt de travail est de 10 jours en moyenne contre 6 seulement pour les personnes actives. Du bilan global de ces observations, il ressort que le taux d'absentéisme des personnes actives victimes d'accidents de sport ou de jeu n'est guère plus élevé que celui des inactifs, et même un peu inférieur à celui des personnes partiellement actives. On dénombre annuellement, pour 1000 personnes inactives, un total de quelque 550 journées d'incapacité de travail à cause d'accidents de sport et de jeu contre environ 640 pour les personnes actives et 690 pour les personnes partiellement actives. La corrélation entre le comportement en matière d'activité physique et le nombre de journées d'incapacité de travail n'a rien à voir avec l'âge puisqu'on le retrouve dans chaque groupe d'âge, de même que chez les personnes qui effectuent des travaux astreignants.

Ce qui vaut pour le comportement en matière d'activité physique vaut aussi, dans une moindre mesure toutefois, pour les habitudes sportives à proprement parler: comme on pouvait s'y attendre, les sportifs sont plus souvent victimes d'accidents de sport et de jeu que les non-sportifs (16% contre 4%). Mais la durée de convalescence moyenne est nettement plus courte chez les premiers que chez les seconds (7 jours contre 13 jours). Pourtant, contrairement à ce que nous avons vu plus haut, les deux effets ne transparaissent pas dans le bilan général, les sportifs comptabilisant deux fois plus de journées d'incapacité de travail pour cause d'accidents de sport et de jeu que les non-sportifs (1050 journées d'incapacité de travail pour 1000 sportifs contre 434 pour 1000 non-sportifs).

T 8 Incapacité de travail moyenne après un accident de sport et de jeu, selon le niveau d'activité physique (en jours et en %)

	Incapacité de travail moyenne (nombre de journées)	Part des personnes accidentées ayant manqué plus de 10 jours ouvrables (%)	Nombre de journées perdues dues à des accidents de «sport» pour 1000 personnes interrogées
<i>Niveau d'activité physique</i>			
inactif	21,5	37,5	553
actif irrégulier / partiel	9,8	17,3	688
actif (qui suit les recommandations en matière d'activité physique)	6,3	14,9	643
accidentés (total)	8,9	17,5	645

Source: OFS, Enquête suisse sur la santé 2002, n = 1144 (tous les accidentés), 80 (inactifs), 498 (actifs partiels), 565 (actifs); uniquement les personnes ayant subi un accident de sport ou de jeu au cours de 12 mois. Les calculs sont fondés sur des données non pondérées.

15 Bibliographie

Allenbach, R., Salvisberg, U. et Brügger O. (2003): Accidents prioritaires: Circulation routière, sport, habitat et loisirs. Berne: Bureau suisse de prévention des accidents.

bpa, Bureau suisse de prévention des accidents (2004): Les accidents en Suisse: Statistique 2004. Berne: Bureau suisse de prévention des accidents.

CSAA; Commission des statistiques de l'assurance-accidents (éd.) (2004): La statistique des accidents LAA 2004. Lucerne.

Grob, A., Lüthi, R. et Flammer, A. (1990): Berner Fragebogen zum Wohlbefinden (Form für Jugendliche, Form für Erwachsene): Berne: Université, Institut de psychologie.

Lamprecht, M. et Stamm H. (2005): Bewegung, Sport, Gesundheit in der Schweiz. Rapport de recherche de l'Observatoire suisse de l'activité physique et du sport Macolin/Zurich: OFSPO/L&S Sozialforschung und Beratung AG.

Marti, B. et Hättich, A. (1999): Bewegung – Sport – Gesundheit: Epidemiologisches Kompendium. Berne, Stuttgart, Vienne: Haupt.

Martin, B., Lamprecht, M., Calmonte R., Raeber P.-A. Marti B. (2000): Körperliche Aktivität in der Schweizer Bevölkerung: Niveau und Zusammenhänge mit der Gesundheit. Prise de position scientifique rédigée en commun par l'OFSP, l'OFSP et le Réseau santé et activité physique Suisse. Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie 48 (2), p. 87-88.

Martin, B., Beeler, I., Szucs T., Smala A., Brügger O., Casparis C., Allenbach R., Raeber P.-A. et Marti B. (2001): Volkswirtschaftlicher Nutzen der Gesundheitseffekte der körperlichen Aktivität: erste Schätzung für die Schweiz. Prise de position scientifique rédigée en commun par l'OFSP, l'OFSP, le bpa, la SUVA, l'ISPM et le Réseau santé et activité physique Suisse. Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie 49 (2), p. 84-86.

Office fédéral du sport (OFSP), Office fédéral de la santé publique (OFSP), Promotion Santé Suisse et Réseau santé et activité physique Suisse (2002): Activité physique et santé. Document de base. Macolin: OFSP.

OFS, Office fédéral de la statistique (2003a): Enquête suisse sur la santé 2002. Le déroulement de l'enquête en bref. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique.

OFS, Office fédéral de la statistique (2003b): Pondération de l'Enquête suisse sur la santé 2002. Document 3.5. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique.

OFS, Office fédéral de la statistique (2003c): Enquête suisse sur la santé 2002: Les indices. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique.

Smala, A. M., Beeler, I. et Szucs, T. (2001): Die Kosten der körperlichen Inaktivität in der Schweiz. Zurich: département d'économie médicale de l'Institut de médecine sociale et préventive et de l'hôpital universitaire.

Programme des publications de l'OFS

En sa qualité de service central de statistique de la Confédération, l'Office fédéral de la statistique (OFS) a pour tâche de rendre les informations statistiques accessibles à un large public.

L'information statistique est diffusée par domaine (cf. verso de la première page de couverture); elle emprunte diverses voies:

<i>Moyen de diffusion</i>	<i>N° à composer</i>
Service de renseignements individuels	032 713 60 11 info@bfs.admin.ch
L'OFS sur Internet	www.statistique.admin.ch
Communiqués de presse: information rapide concernant les résultats les plus récents	www.news-stat.admin.ch
Publications: information approfondie (certaines sont disponibles sur disquette/CD-Rom)	032 713 60 60 order@bfs.admin.ch
Banque de données (accessible en ligne)	032 713 60 86 www.statweb.admin.ch

Informations sur les divers moyens de diffusion sur Internet à l'adresse
www.statistique.admin.ch → Services → Les publications de Statistique suisse.

Santé

- Habitudes alimentaires en Suisse. État de la situation et développements observés sur la base des données recueillies lors des Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997 et 2002, STATSANTE 2/2005, Neuchâtel 2005, n° de commande 515-0502, 32 pages, gratuit
- Santé et comportements vis-à-vis de la santé en Suisse 1992-2002, Neuchâtel 2005, n° de commande 213-0207, 93 pages, Fr. 14.–
- Enquête suisse sur la santé 2002, Premiers résultats, Dépliant, Neuchâtel 2003, n° de commande 213-0202, gratuit
- Enquête suisse sur la santé 2002, Tableaux standards niveau suisse, CD-Rom, Neuchâtel 2004, n° de commande 213-0205-01, Fr. 300.– prix de base (pour usage commercial, prix sur demande)
- Enquête suisse sur la santé 2002, Rapport de méthodes, Neuchâtel 2005, n° de commande 338-0030, 69 pages, gratuit
- Santé et comportements vis-à-vis de la santé en Suisse 1997, Neuchâtel 2000, n° de commande 213-9702, 125 pages, Fr.19.–
- Enquête suisse sur la santé, Inégalité sociale et santé en Suisse, Exploitation spéciale du questionnaire sur la santé 1997, Neuchâtel 2002, n° de commande 213-9707, 115 pages, Fr. 16.–
- Statistique de causes de décès, Causes de mortalité 2001 et 2002, Neuchâtel 2005, n° de commande 069-0200, 72 pages, Fr. 9.–
- Statistique du traitement et de l'assistance ambulatoires dans le domaine de l'alcool et de la drogue, Prises en charge ambulatoires des problèmes de dépendance en 2002, Neuchâtel 2004, n° de commande 229-0200, Fr. 12.–
- Coût et financement du système de santé en 2002, Résultats détaillés 2002 et évolution récente, Neuchâtel 2004, no de commande 026-0200, 67 pages, Fr. 10.–
- Coûts de la santé en Suisse, Evolution de 1960 à 2000, STATSANTE 1/2003, Neuchâtel 2003, n° de commande 515-0301, 30 pages, gratuit
- Statistique médicale 2003, Tableaux de la statistique de la santé 2003, Résultats (tableaux standards), Actualités OFS, Neuchâtel février 2005, n° de commande 532-0501-05, gratis
- Emploi dans le domaine de la santé, Faits et tendances à la lumière des chiffres des recensements des entreprises 1995, 1998 et 2001, StatSanté 2/2004, n° de commande 515-0402, gratuit

Le présent rapport donne une image différenciée du comportement de la population suisse en matière d'activité physique.

Il est important d'en savoir plus sur les habitudes de la population dans ce domaine dans une perspective de promotion de la santé et de maîtrise des coûts de la santé.

L'Observatoire «Sport et activité physique Suisse», mis en place par l'Office fédéral du sport, a pour tâche principale d'observer les changements de comportement en matière d'activité physique. C'est dans ce cadre que s'inscrit le présent rapport. Se fondant sur les Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997 et 2002, il décrit la situation actuelle et les changements d'habitude de la population résidente de la Suisse pour ce qui est de l'activité physique; il présente également les différences de comportement sous leurs diverses facettes.

Réalisée tous les 5 ans par l'Office fédéral de la statistique, l'Enquête suisse sur la santé fait partie du programme pluriannuel de la statistique fédérale. Les échantillons de personnes auprès desquelles elle est effectuée sont représentatifs de la population âgée de 15 ans et plus et résidant de manière permanente en Suisse.

Cette publication s'adresse aussi bien aux professionnels de la santé qu'au grand public.

Numéro de commande

515-0601

Commandes

Tél.: 032 713 60 60

Fax: 032 713 60 61

E-mail: order@bfs.admin.ch

Prix

gratuit

ISBN 3-303-14100-2

