

Covid: des parlementaires alarment sur la sédentarité, "une bombe à retardement sanitaire"

gouvernement | sport | éducation | santé

Paris, France | AFP | mercredi 21/07/2021 - 12:27 UTC+2 | 500 mots

Des parlementaires alarment, dans un rapport rendu public mercredi, sur le manque d'activité physique des Français accentué par la pandémie, évoquant "une bombe à retardement sanitaire", tout en appelant les autorités à développer des actions pour contrer cette tendance.

Le constat dressé dans ce rapport parlementaire est sans appel: les "ravages" de la sédentarité gagnent du terrain, un phénomène accentué par le Covid, avec désormais 54% des hommes et 44% des femmes de 18 à 74 ans "en situation de surpoids ou obèses", selon le rapport.

Les deux rapporteurs du texte, les députés Régis Juanico (Génération.s) et Marie Tamarelle-Verhaeghe (LREM), estiment que la "prise de conscience" de la réalité de cette "bombe sanitaire à retardement" et les actions de l'Etat sont "clairement insuffisantes".

"Ce rapport est avant tout une alerte", explique à l'AFP Régis Juanico (Génération.s), "la crise que nous avons traversé a aggravé tous les indicateurs".

Les parlementaires évoquent également les dégâts du temps passé devant les écrans notamment pour les plus jeunes, assurant que près de la moitié des 11-17 ans présentent "un risque sanitaire très élevé" en passant plus de 4h30 devant un écran cumulé avec moins de 20 mn d'activité par jour.

Paradoxalement, cette crise sanitaire, avec son lot de confinements et de restrictions de pratique sportive, a également souligné le besoin d'activité physique, une "thérapeutique particulièrement efficace pour prévenir les maladies chroniques, les surmonter", souligne le rapport.

Parmi leur 18 propositions pour tenter d'infléchir cette tendance, les parlementaires préconisent notamment de définir l'activité physique et sportive comme "grande cause nationale" dès 2022, à deux ans des JO à Paris, et d'en faire "une priorité de santé publique".

- Ecole, levier essentiel -

Les parlementaires rappellent également dans leur rapport que remplacer 30 minutes de sédentarité par jour par 30 minutes d'activité physique "réduit de 17% la mortalité prématurée", et que 30 minutes d'activité physique modérée "réduit le risque d'accident cardio-vasculaire de 30% en moyenne".

Pour les rapporteurs, l'école doit devenir un levier essentiel dans cette nouvelle approche, et préconisent notamment de passer de deux à trois heures obligatoires d'EPS par semaine au lycée.

Ils conseillent également de s'appuyer sur la dynamique des prochains JO à Paris dans trois ans pour "ancrer l'activité physique et sportive dans le socle des apprentissages" à travers l'école.

Si le ministère de l'Education, en association avec le comité d'organisation des Jeux olympiques et paralympiques (Cojo), a expérimenté cette année dans plusieurs académies l'initiative des 30 minutes par jours d'activité physique, les parlementaires estiment qu'il faut aller plus loin.

Ils proposent notamment d'intégrer cette pratique de 30 minutes d'activité par jour "dans la formation des enseignants", et de "généraliser" ce dispositif dans tous les établissements scolaires.

cto/vk

