

Les adolescents  
tarbais ne font  
pas assez de sport



Une étude du STAPS de Tarbes et de l'université de Huesca montre que les jeunes Tarbais ne sont pas assez sportifs. page 5

Revue de presse à usage strictement interne  
Toute reproduction ou diffusion sont interdites

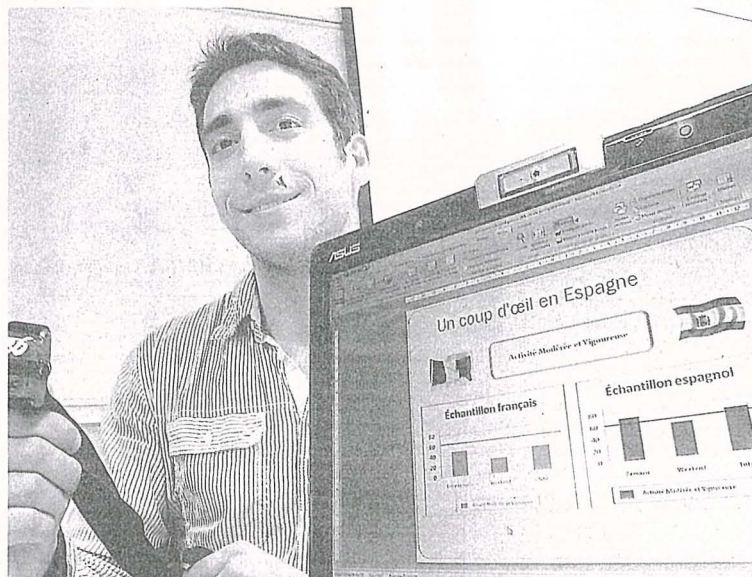
santé

# Les jeunes Tarbais ne font pas assez de sport

l'essentiel

Les adolescents tarbais pratiquent moins d'activité physique que leurs homologues espagnols : c'est ce que révèle une étude de des laboratoires de recherche du STAPS de Tarbes et de l'université de Huesca.

Le résultat est édifiant et significatif : les adolescents tarbais sont plus sédentaires que leurs camarades de Huesca. C'est ce que démontre une étude sur l'évaluation et la promotion de l'activité physique des adolescents menée par les laboratoires de recherche STAPS de l'université de Pau et des pays de l'Adour campus Tarbes et de l'université de Huesca. Près de 400 adolescents « répartis équitablement de chaque côté de la frontière » ont été équipés d'actimètres (capteurs détectant les mouvements), une expérience scientifique rarissime. **À Tarbes, l'étude concerné 162 élèves volontaires des collèges Vollaire et Desaix.** Grâce à ces capteurs qui ne sont pas submersibles et ne mesurent que très partiellement les acti-



C'est Alberto Aibar, doctorant espagnol, qui a réalisé le projet. /Photo DDM Laurent Dard.

tivités à faible mouvement de corps comme le vélo ou l'équitation, la durée des activités physiques « légères, modérées ou vigoureuses » a été quantifiée « tout au long d'une semaine ». Les premiers résultats révèlent

que les adolescents tarbais pratiquent moins d'activité physique que leurs homologues espagnols, 39 minutes « d'activité physique quotidienne modérée à vigoureuse » pour les adolescents tarbais contre 58 minu-

tes pour les jeunes filles espagnoles, 49 minutes pour nos compatriotes masculins contre 78 pour leurs voisins ibériques. « L'Organisation mondiale de la santé préconise pour les adolescents de pratiquer 60 minutes

d'activité quotidienne, explique Julien Bois, directeur du projet de recherche réalisé par un doctorant espagnol, Alberto Aibar. Seuls 16,7 % des sujets tarbais répondent à cette recommandation pour 58,3 % à leurs homologues espagnols. » L'étude montre aussi que des deux côtés de la chaîne des Pyrénées, l'activité physique est moins importante la semaine que le week-end.

« Des premières analyses indiquent que cette différence entre Français et Espagnols n'est pas imputable à des facteurs socio-économiques ou météorologiques. Nous allons continuer la recherche pour contrôler d'autres données : moyens de transport, motivation, influence de la famille, des camarades, du professeur d'éducation physique, durée du temps scolaire. À terme, ces mesures scientifiques seront très utiles pour réaliser une action de promotion de l'activité physique comme moyen de prévention et de lutte contre les maladies dans une société de plus en plus sédentaire », explique Julien Bois.

Cyrille Marqué

## TANGUY : « C'EST UNE EXPÉRIENCE INTÉRESSANTE »

Tanguy Repelin, âgé de 15 ans, est élève en 3<sup>e</sup> au collège Desaix à Tarbes. Comme 161 autres camarades, il a accepté de porter l'actimètre une semaine au mois de janvier et une semaine au mois de mars, « du lever au matin au coucher le soir ». « Je ne connais pas mes résultats. Les responsables de l'étude ne les ont pas communiqués par souci de confidentialité. Mais je pense que je fais partie des élèves sportifs : en dehors de l'éducation physique et sportive dans le



Tanguy Repelin est l'un des 162 jeunes qui ont participé à l'étude. /Photo Laurent Dard.

se et restent trop devant leur téléviseur ou leur écran d'ordinateur. »

temps scolaire, je pratique le handball dans un club, un peu de marche sportive. Pour me rendre au collège, j'effectue une partie du trajet à pied. C'est une expérience intéressante et qui n'est pas contraignante. J'ai accepté d'y participer pour aider l'étudiant-chercheur et pourquoi pas contribuer à modifier les pratiques. Certains jeunes de mon âge ne bougent pas as-