



Fiche d'information

Mortalité liée à l'inactivité physique en Suisse en 2017

En 2017, 1287 décès étaient causés par l'inactivité physique en Suisse, ce qui représente 2% du total des décès. Certaines maladies sont particulièrement liées à l'inactivité physique. Ainsi, les maladies cardiovasculaires ont contribué à 71% à ces décès et les cancers du sein et du côlon ont contribué ensemble à 22%. Les femmes sont deux fois plus concernées que les hommes et la tranche d'âge des 75+ est celle qui est la plus touchée. Cette étude a été réalisée par la ZHAW sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique OFSP.

CHIFFRES CLÉS

1287 décès

causés par l'inactivité physique
en 2017

2%

du total des décès
en Suisse

**Les femmes et
les 75+**

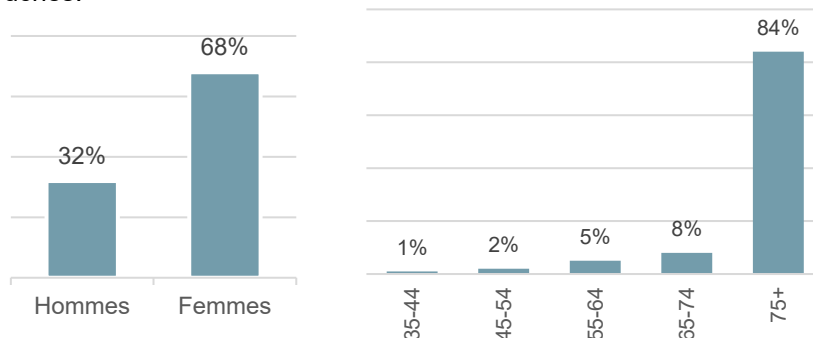
sont les plus touchés par les
décès en lien avec l'inactivité
physique

PRINCIPALES CONCLUSIONS

Décès liés à l'inactivité physique

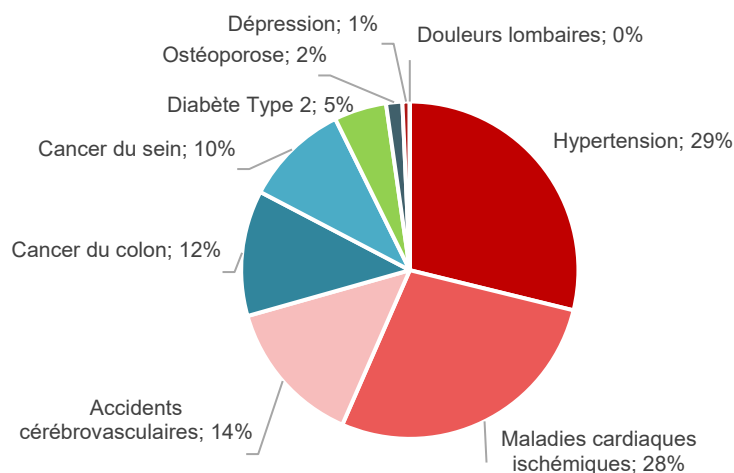
L'inactivité physique a été définie comme moins de 150 minutes par semaine d'activité physique à intensité moyenne ou moins de 75 minutes par semaine d'activité physique à haute intensité.

En Suisse, 1287 décès sont estimés en lien avec l'inactivité physique en 2017. Les femmes et les personnes de 75 ans et plus sont les plus touchés.



Les maladies cardiovasculaires sont les principales causes de mortalité et représentent 71% des décès. Le cancer du côlon (12%) et du sein (10%) sont ensuite les maladies les plus fréquentes.

Décès dus à l'inactivité physique en Suisse en 2017, par causes principales



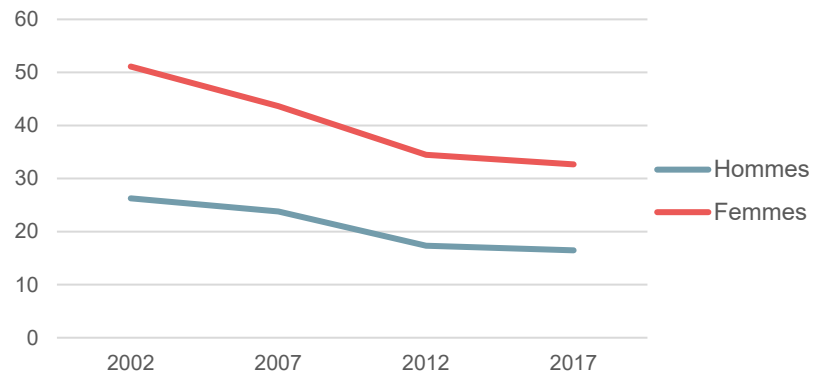
Evolution stable

depuis 2012

Evolution du nombre de décès

L'évolution en nombre absolu et par 100'000 habitants montre une baisse du nombre de décès en lien avec l'inactivité physique entre 2002 et 2012, puis une stabilisation. Les décès en lien avec l'hypertension et les AVC sont en augmentation alors que les cardiopathies ischémiques diminuent fortement. Les autres maladies ont une évolution plutôt stables.

Taux de mortalité attribuable à l'inactivité normalisé selon le sexe pour 100'000 habitants



En raison des effets bénéfiques de l'activité physique sur la santé, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande aux adultes au moins 2,5 heures d'activité physique d'intensité modérée ou 1,25 heure à haute intensité par semaine. Par conséquent, les personnes ne respectant pas ces directives sont considérées comme physiquement inactives. La prévalence en matière d'activité physique est calculée à partir de l'Enquête suisse de la santé et les décès à partir de la Statistique suisse des causes de décès.

L'analyse se concentre sur 9 maladies : cardiopathie ischémique, accident vasculaire cérébral, hypertension, diabète de type 2, cancer du sein, cancer du côlon, ostéoporose, lombalgie et dépression.

SOURCE

Syleouni, M-E., Vinci L., Mattli R. (2020). *Physical inactivity attributable deaths in Switzerland in 2017*. Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. ZHAW [LINK]

MonAM : Mortalité liée à l'inactivité physique [LINK]

CONTACT

Office fédéral de la santé publique OFSP

Division Prévention des maladies non transmissibles

Section Bases scientifiques

BAGncdGrundlagen@bag.admin.ch

DATE

Novembre 2020