

L'Organisation mondiale de la santé dévoile son plan d'action pour l'activité physique et la santé 2018-2030

Date de publication : 12 novembre 2018

Source

World Health Organization (2018). **Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030 : more active people for healthier world**, 54 pages.

Ce plan d'action est proposé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) en réponse aux pays qui demandent que soient données des orientations actualisées et un cadre de mesures politiques efficaces et réalisables en vue d'accroître la pratique d'activités physiques de la population mondiale. À l'échelle mondiale, les faits démontrent que trois adolescents sur quatre et un adulte sur quatre ne suivent pas les recommandations de l'OMS en matière d'activité physique. Le plan d'action expose ainsi quatre objectifs atteignables en lien avec 20 mesures politiques. Selon l'OMS, ces mesures s'appliquent à l'ensemble des pays puisqu'elles prennent en compte les particularités de chacun dans les efforts qu'ils peuvent fournir pour augmenter la pratique d'activités physiques. Les quatre objectifs reflètent l'approche systémique souhaitée, visant ainsi tous les acteurs susceptibles d'influencer la pratique d'activités physiques.

En faisant la promotion d'une approche à plusieurs niveaux, le plan d'action s'est donné pour mission :

- d'améliorer l'accès aux environnements sécuritaires et propices à la pratique d'activités physiques;
- d'augmenter les occasions d'être physiquement actif.

Les objectifs			
Créer des sociétés actives	Créer des environnements actifs	Créer des individus actifs	Créer des systèmes actifs
Les mesures			
Mettre en œuvre des campagnes de marketing social	Intégrer des politiques de transport et d'urbanisme	Améliorer l'éducation physique et les programmes scolaires	Renforcer la gouvernance, la politique et le leadership

Promouvoir les bénéfices connexes	Améliorer le réseau cyclable et piétonnier	Intégrer l'activité physique au système de santé et des services sociaux	Améliorer et intégrer les systèmes de données
Organiser des événements sportifs de masse	Améliorer la sécurité routière	Offrir des programmes dans différents milieux	Enrichir la recherche et le développement
Développer les connaissances et les compétences des professionnels	Améliorer l'accès aux espaces publics	Améliorer l'offre aux personnes âgées	Élargir le plaidoyer
	Présenter des politiques de construction proactives	Prioriser les programmes pour les moins actifs	Développer des mécanismes de financement innovants
		Mettre en œuvre des initiatives communautaires	

Selon l'OMS, ces mesures devraient être sélectionnées en fonction du contexte du pays et adaptées aux besoins de sa population. Par conséquent, elle recommande que chaque pays évalue sa situation actuelle pour relever les politiques existantes, les possibilités à envisager et les lacunes à combler relativement à la pratique d'activités physiques. On trouve d'ailleurs dans les annexes du plan d'action, à l'intention des différents acteurs de la société, des façons de mettre en œuvre les mesures proposées. Par exemple, la mesure 2.2 vise à améliorer le réseau cyclable et piétonnier. En ce sens, l'OMS incite les municipalités à s'engager dans des discussions sur le transport et à promouvoir la mise en place d'un réseau piétonnier efficace.

Avec ce plan, l'OMS vise une réduction de 15 % de l'inactivité physique d'ici 2030 chez les adolescents et les adultes. Réussir à atteindre cette cible contribuerait non seulement à améliorer la santé physique, la santé mentale et la qualité de vie des personnes, mais cela aurait de surcroît une incidence bénéfique sur le développement social, culturel et économique de toutes les nations.

Marie-Pier Bélanger et Valérie Hervieux