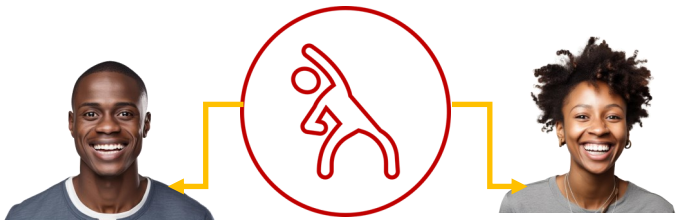
Activité physique et sédentarité

Exploitation des données du Baromètre Santé de 2021

Septembre 2025

L'OMS a émis des recommandations en activité physique pour les adultes. L'analyse des données du baromètre santé de Santé Publique France en 2021 offre un aperçu du suivi de ces recommandations dans la population Guadeloupéenne.

Activité physique



68 % **54 %**

Pourcentage de personnes suivant les recommandations de l'OMS

150 minutes d'activité modérée
ou 75 minutes intenses
ou une combinaison équivalente des deux
au cours des 7 derniers jours

Recommandations de l'OMS

Minimum deux séances de renforcement musculaire
au cours des 7 derniers jours

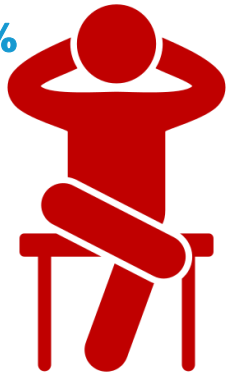
30 % **15 %**

Pourcentage de personnes suivant les recommandations de l'OMS

Déterminants de sédentarité

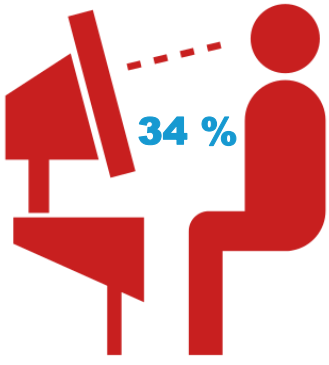
Temps passé assis
plus de 7h par jour

14 %



8 %

Temps passé assis plus de 2h par jour sans se lever



34 %

Proportion de Guadeloupéens restant plus de 3 heures par jour devant un écran de loisirs

FINANCEMENT

ars Agence de Santé Guadeloupe Saint-Martin Saint-Barthélemy

Source : Données de l'enquête du Baromètre Santé 2021, Santé Publique France
Rapport en ligne sur www.orsag.fr

ORSaG Observatoire Régional de la Santé de Guadeloupe