

# LA PRATICA FISICA E SPORTIVA DURANTE LA CRISI SANITARIA

## QUALI INSEGNAMENTI SOCIOLOGICI DAL LOCKDOWN DEL 2020 in FRANCIA?

Pr. William GASPARINI



- **I PARADOSSI DEL LOCKDOWN SULL'ATTIVITÀ FISICA**

- calo degli sport di club, aumento del tempo dedicato allo schermo, stile di vita sedentario

ma

- Sport e attività fisica più auto-organizzati e connesso

e

- Riappropriazione dello spazio pubblico per la mobilità attiva di prossimità/vicinanza

- La crisi sanitaria ha accentuato i cambiamenti nel mondo dello sport e dell'attività fisica





- Primavera 2020 :
- l'influenza del lockdown



**Cosa ci dicono i sondaggi (... online)  
sul primo lockdown ?**



# « La pratica fisica e sportiva dei francesi durante il primo lockdown 2020 » (Indagine INJEP - pubblicato nel febbraio 2021)

- Il 53% dei francesi ha fatto almeno un'attività: camminate urbane/passeggiate, jogging e fitness = le 3 attività più frequenti
- Il 38% dei francesi ha dichiarato di aver rallentato le proprie attività sportive
- Il 20% dei francesi ha dichiarato di aver fatto più sport (camminate/passeggiate, jogging e fitness)

## INDAGINE REALIZZATO IN MAGGIO 2020 (FFEPGV)

- \*Il 66% dei francesi ha praticato almeno una volta alla settimana (a casa o fuori)
- \*Il 41% della popolazione dice di fare meno sport che in una « situazione normale »
- \*Il 19% dei francesi non aveva nessuna attività fisica
- Ragioni della diminuzione dell'attività fisica durante il lockdown : mancanza di spazio nella casa, difficoltà tra il telelavoro e bambini a casa...

## **Durante il lockdown, le abitudini di vita cambiano attraverso le generazioni**

- Il 43% degli anziani ha praticato l'attività fisica all'aperto, in particolare la camminata attiva
- La maggior parte dei 18-24 anni (50%) preferisce l'attività fisica a casa (fitness e la cyclette/bicicletta d'appartamento).
- Fitness = lo sport più praticato a casa (40%) - poi camminate (13%), yoga (8%)



# INDAGINE « SANTÉ PUBLIQUE FRANCE » GIUGNO 2020

- Quasi 6,5 ore seduto al giorno durante il lockdown
- L'impatto del lockdown sul tempo passato seduti e davanti a un schermo era più elevato per i giovani
- Quasi 6 persone su 10 facevano meno di 30 min/giorno di attività fisica durante il lockdown

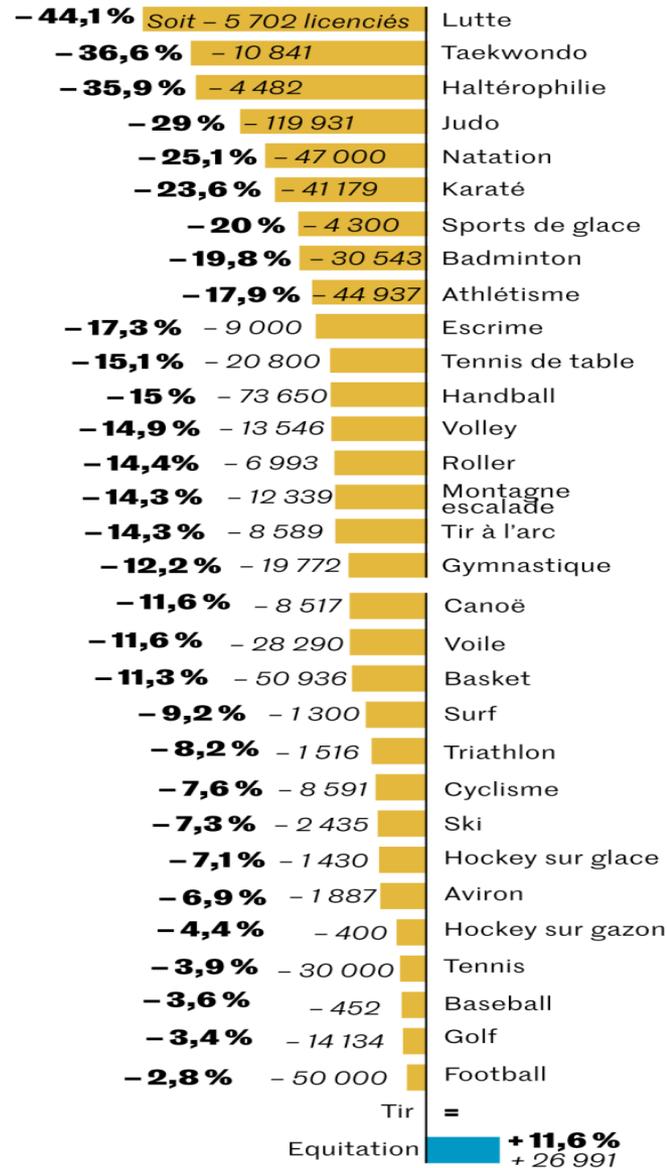


# L'influenza del covid-19 sulle pratiche sportive in club



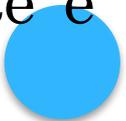
## Une baisse généralisée, mais d'ampleur variable

Evolution du nombre de licenciés par fédération sportive entre octobre 2019 et octobre 2020, en %\*



\* Sur 33 des 36 fédérations olympiques. Manquent les chiffres pour les fédérations de boxe, rugby et pentathlon

# QUALI SONO LE LEZIONI SOCIOLOGICHE ?

- i francesi hanno favorito:
    - una pratica più individuale a casa con applicazioni online
    - a piedi e in bicicletta
  - la crisi sanitaria non ha colpito tutti i francesi allo stesso modo
  - principali ragioni della diminuzione dell'attività fisica : mancanza di spazio, difficoltà tra il telelavoro e i bambini a casa, covid-19, ...
  - un aumento delle disuguaglianze sociali nella salute e un divario digitale (digital divide)
- 

- Fra i Francesi che hanno consacrato più tempo a mantenersi in forma sono prevalenti le classi medie e superiori.
- Il confinamento in case con poco spazio non ha permesso di praticare alcuna attività fisica.



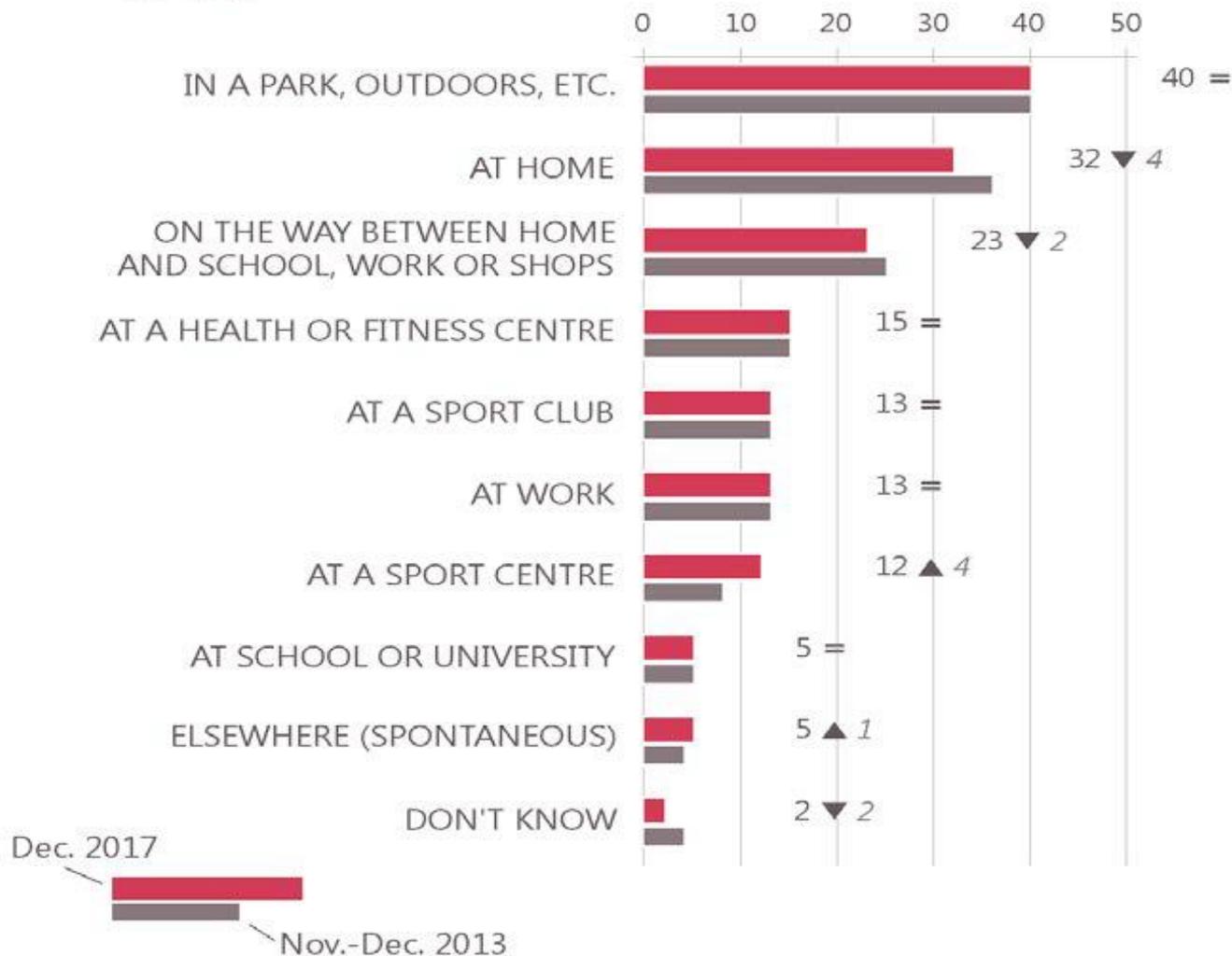
## UNA PRATICA FISICA ALL 'APERTO

- lo sport/attività fisica principale = all'aperto (50%)
- 20% a casa.



# IN CONFRONTO PRIMA DEL LOCKDOWN : DOVE GLI EUROPEI HANNO FATTO SPORT IN 2017 ?

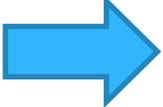
**QB7** Earlier you said you engage in sport or another physical activity, vigorous or not. Where do you do this? (MULTIPLE ANSWERS POSSIBLE)  
(% - EU)

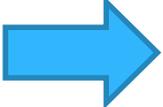


- **La crisi sanitaria ha accelerato i cambiamenti/mutamenti sociali che sono in corso da molti anni**
- I mondi sportivi più favoriti dai francesi sono:
  - abbastanza flessibile in termini di organizzazione
  - abbastanza autonomo
  - relativamente non costoso
  - di prossimità e all'aperto
  - con un obiettivo di salute



- Le associazioni sportive e i municipi devono rispondere a questa nuova domanda

 città attive accessibili a tutti con attività fisica di prossimità

 Une prescrizione medicale di attività fisica



## STRASBOURG : DES AIRES DE FITNESS SUR LES VITABOUCLES



# PARIS

PARCOURS SPORTIF DE LA CEINTURE VERTE SUR 40 KM LE LONG DU PÉRIPHÉRIQUE  
PARISIEN, EN ACCÈS LIBRE POUR COURIR LE JOUR ET LA NUIT



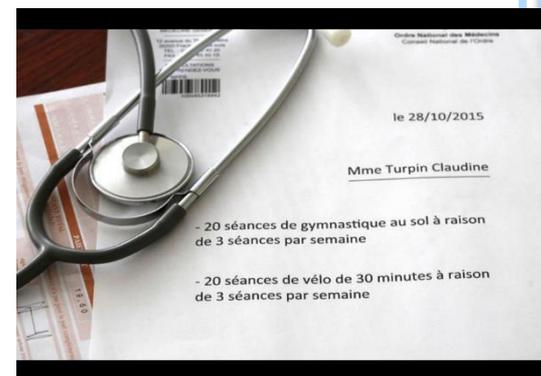
# LES QUAIS DE LA SEINE - PARIS



# Una offerta di attività fisica per la salute.

La legge del 26 gennaio 2016 prevede, nell'articolo 144 « la prescrizione, da parte del medico curante, dell'attività fisica adattata alla patologia, alle capacità fisiche e al rischio medico del paziente».

- In Francia: le prescrizioni mediche per l'attività fisica sono in aumento da 2 anni



# STRASBURGO

- persone che soffrono di una patologia tra: obesità, diabete di tipo II, malattie cardiovascolari, cancro del seno, del colon, i soggetti trapiantati di organo, il covid lungo...
- Oggi, più di 300 medici (medico di famiglia) di Strasburgo prescrivono attività fisica per i loro pazienti (attività gratuita il primo anno poi una tariffazione proporzionale al reddito)
- Attualmente, a Strasburgo, più di 4000 beneficiari, e soprattutto delle donne

A Strasburgo è stato il primo strumento di sanità pubblica di questo tipo in Francia.



SPORT EN SOCIÉTÉ

Sous la direction de  
**WILLIAM GASPARINI**  
et **SANDRINE KNOBÉ**



## LE SPORT-SANTÉ

DE L'ACTION PUBLIQUE  
AUX ACTEURS SOCIAUX

PRESSES UNIVERSITAIRES DE STRASBOURG