

# LE PRIX DE L'INACTIVITÉ

## Mesurer l'incidence considérable du sport, de l'activité physique et des loisirs au Canada

Le lien entre l'activité physique régulière et la santé est bien établi. Malgré tout, l'inactivité physique demeure un problème mondial et une des plus grandes causes de décès dans le monde. Ici au Canada, approximativement la moitié (51 %) des adultes canadiens (de 18 à 79 ans) et 72 % des enfants et des adolescents (de 5 à 17 ans) ne sont pas suffisamment actifs selon les lignes directrices recommandées. Le lien entre l'activité physique régulière et la santé, en termes de réduction du risque de morbidité et de mortalité pour certaines maladies non transmissibles, a été bien établi. Plus précisément, l'inactivité physique est un facteur de risque modifiable lié à des affections telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et la dépression, qui peuvent tous entraîner des coûts de santé considérables.

Outre le défi de l'inactivité physique et de ses conséquences, le Canada (et le monde) a été contraint de réagir à plusieurs crises graves, notamment l'incidence croissante des changements climatiques et de la pandémie mondiale, qui ont eu de graves répercussions tant sur la santé et le bien-être individuel que collectif. Le secteur du sport, de l'activité physique et des loisirs

**Pour quantifier la contribution du sport, de l'activité physique et des loisirs à notre société, leurs incidences ont été analysées en fonction de quatre catégories – incidences sociales, sanitaires, environnementales et économiques.**

a joué un rôle essentiel dans la gestion et l'atténuation de ces répercussions.

Bien que le secteur du sport, de l'activité physique et des loisirs soit un contributeur essentiel à la création de personnes saines, de collectivités vibrantes et inclusives, et à une économie florissante, les décideurs de tous les paliers de gouvernement de même que des organismes et des institutions doivent fréquemment justifier les investissements dans le sport, l'activité physique et les loisirs.

Ils ont besoin de mesures de résultats quantifiables qui démontrent la pertinence de l'investissement dans ces composantes de base de la collectivité.

L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (ICRCP) et l'Association canadienne des parcs et des loisirs (ACPL) ont collaboré dans le but de fournir aux décideurs et aux responsables des politiques de tous les ordres du gouvernement, aux organismes non gouvernementaux et aux chercheurs, des données concrètes et détaillées ainsi que de l'information sur l'incidence sociale, sanitaire, environnementale et économique du sport, de l'activité physique et des loisirs. Ces données ont été recueillies dans le cadre d'un processus crédible et objectif.

Pour quantifier la contribution du sport, de l'activité physique et des loisirs à notre société, leurs incidences ont été analysées en fonction de quatre catégories – incidences sociales, sanitaires, environnementales et économiques. Le cadre des indicateurs (77 au total) qui a guidé les travaux était dérivé de diverses sources : politiques nationales, cadres stratégiques et stratégies, travaux étrangers, littérature et sources internes.

## L'INCIDENCE

Sur une base annuelle, le sport, l'activité physique et les loisirs présentent les répercussions financières suivantes :

**37,2 milliards \$**  
à l'économie



**13,6 milliards \$**  
en incidences sociales  
pour les personnes et  
les collectivités



**42,5 milliards \$**  
en incidences  
environnementales



**3,9 milliards \$**  
en incidences  
sanitaires



Étant donné que ces chiffres évaluent des constructions ou des concepts différents, ces montants ne peuvent pas être additionnés.

### Incidence économique

Un des objectifs de ce projet était de déterminer l'incidence économique totale du secteur du sport, de l'activité physique et des loisirs. Pour ce faire, les données économiques obtenues auprès de Statistique Canada ont été analysées et résumées. L'incidence économique du sport, de l'activité physique et des loisirs a été dérivée de la somme des valeurs du produit intérieur brut (PIB) du sport et des loisirs, ainsi que des ventes au détail de matériel de sport, d'activité physique et de loisirs. **L'incidence économique du sport, de l'activité physique et des loisirs a été estimée à 37,2 milliards de dollars en 2022 (c.-à-d. 8,8 milliards de dollars provenant des loisirs et du divertissement, 6,9 milliards de dollars du secteur du sport et 21,5 milliards de dollars des ventes au détail).**

Bien qu'ils ne soient pas inclus dans l'estimation globale de l'incidence économique du sport, de l'activité

**Des bénéfices dans l'industrie du divertissement et des loisirs ont été observés au cours de la dernière décennie, la marge bénéficiaire la plus élevée ayant été enregistrée en 2021.**

physique et des loisirs, et ce, pour diverses raisons (p. ex. moment et duplication de données), d'autres facteurs économiques importants ont également été pris en compte dans le cadre de ce projet. Ce type de données comprend la contribution financière du tourisme sportif, les activités de fonctionnement de l'industrie du sport, de l'activité physique et des loisirs (c.-à-d. les ventes opérationnelles, les dépenses et la marge bénéficiaire) et l'incidence du sport, de l'activité physique et des loisirs sur l'emploi. Ce projet a révélé qu'en 2021, les industries du groupe « autres divertissements et loisirs » ont déclaré 9,6 milliards de dollars en revenus opérationnels et 8,9 milliards de dollars en dépenses pour arriver à une marge bénéficiaire de 7,7 % (c'est-à-dire une augmentation par rapport aux 4,8 % par rapport à l'année précédente). Cette croissance observée est importante puisqu'elle représente un retour aux niveaux précédant la pandémie et qu'elle se situe au même niveau (et dans certains cas supérieure) à celle des autres industries. En effet, alors que des bénéfices dans l'industrie du divertissement et des loisirs ont été observés au cours de la dernière décennie, la marge bénéficiaire la plus élevée a été enregistrée en 2021.

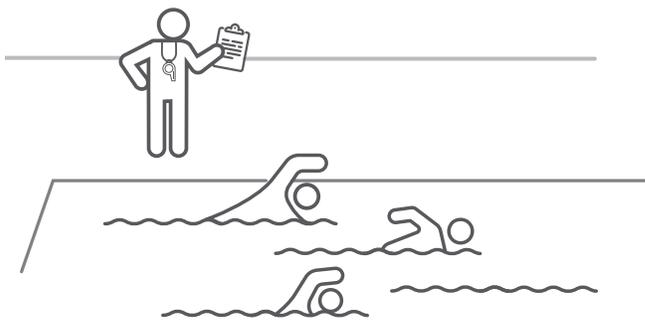
Dans le cadre du projet, on a également exploré l'investissement du gouvernement dans l'infrastructure de sport et des loisirs. En 2022, les gouvernements fédéral, provinciaux/territoriaux et municipaux ont investi approximativement 2 milliards de dollars dans l'infrastructure de sport, de l'activité physique et des loisirs. De ce montant, une portion non négligeable (1,5 milliard de dollars) provenait des gouvernements municipaux. Malgré tout, les résultats du sondage de l'ICRCP sur l'incidence sociale, sanitaire, économique et environnementale ont permis de déterminer que de nombreux Canadiens (61 %) appuient l'augmentation de la contribution financière du gouvernement dans le sport, l'activité physique et les loisirs.

## Incidence sociale

Ce projet explore ensuite l'incidence économique en ce qui concerne les bienfaits sociaux (c. à d. bénévolat). Le sport et les loisirs ne pourraient exister sans les bénévoles, ce qui rend ces derniers essentiels à la santé et au bien-être de la collectivité. Selon le Sondage indicateur du sport de 2020 de l'ICRCP, 27 % des adultes indiquent du bénévolat dans une activité liée au sport. Si l'on considère les heures de bénévolat, le sport et les loisirs (105 heures par année) arrivent troisièmes parmi les organismes représentés, suivis des hôpitaux (111 heures par année) et des organismes religieux (110 heures par année). La valeur du bénévolat a été estimée en fonction du total des heures de bénévolat au Canada et du taux horaire moyen dans l'industrie du divertissement et des loisirs. **La valeur du bénévolat au Canada a été estimée à 13,6 milliards de dollars en 2020.**

Bien qu'aucune valeur monétaire ne leur ait été attribuée dans le cadre de ce projet, les avantages pour la santé physique et mentale, décrits dans la littérature, concernant le soutien social, les liens sociaux, la cohésion et la solitude sont importants. Étant donné la relation entre les liens sociaux et la santé de la population, et la reconnaissance croissante du fait que l'activité physique est une

**La valeur du bénévolat au Canada a été estimée à 13,6 milliards de dollars en 2020.**



méthode efficace pour aider à augmenter la cohésion sociale, il est raisonnable de conclure que l'investissement dans l'activité physique a le potentiel de réaliser des gains considérables en matière de capital social. La relation entre le sport, l'activité physique et les loisirs et la criminalité et les comportements à risque (par exemple par la promotion de comportements prosociaux), la réussite scolaire, l'emploi et le développement des compétences de la vie courante n'a pas non plus de valeur monétaire, mais elle est discutée dans la littérature.



## Incidence environnementale

L'environnement physique et construit (c.-à-d. les conditions environnantes où les personnes vivent, travaillent et jouent) a été reconnu comme étant un déterminant important de la santé. Par exemple, les parcs, les forêts et les autres espaces verts ont démontré avoir une incidence positive sur la santé mentale et ont été liés à l'augmentation de l'activité physique. Au contraire, la pollution de l'air, l'exposition aux contaminants (p. ex. nitrogène, oxydes de soufre, particules fines et ozone) et les effets des changements climatiques ont le potentiel d'affecter négativement la santé globale, de même que la participation au sport, à l'activité physique et aux loisirs. Bien que le Canada présente des niveaux plus faibles de pollution de l'air comparativement à d'autres autres pays du monde, l'exposition aux polluants aériens a entraîné des répercussions directes et indirectes sur le système de soins de santé canadien comme les visites à l'hôpital et à l'urgence, les hospitalisations, la réduction de la productivité ou les décès prématurés. Étant donné l'importance de la santé et du bien-être, ce rapport décrit les répercussions environnementales sur le sport, l'activité physique et les loisirs en particulier, en examinant l'augmentation du transport actif, du transport en commun, des parcs et des espaces verts.

Bien qu'il ne soit pas inclus dans l'estimation globale de l'incidence environnementale, ce projet a permis d'estimer le coût de la modification des comportements en faveur des modes de transport actifs, au détriment de l'utilisation des véhicules privés. Le transport actif consiste à se déplacer grâce à l'activité humaine ou à des aides à la mobilité humaine (comme des vélos, des vélos assistés, des trottinettes, des fauteuils roulants, des patins à glace), et il a été reconnu pour son rôle important dans l'atténuation de la pollution de l'air. Bien que ces calculs puissent être très complexes, les

**Une conversion de 1 % de l'utilisation d'un véhicule privé au transport actif pourrait réduire les émissions de gaz à effet de serre et donner lieu à d'importantes économies s'élevant à 564 millions de dollars par année.**



chercheurs dans le cadre de ce projet ont utilisé un modèle simpliste pour tenter de déterminer une valeur approximative associée à la réduction des émissions de gaz à effet de serre (c.-à-d. dioxyde de carbone, méthane et oxyde d'azote) reliées à la réduction de l'utilisation des voitures. Selon ces calculs, une conversion de 1 % de l'utilisation d'un véhicule privé au transport actif pourrait réduire les émissions de gaz à effet de serre et donner lieu à d'importantes économies s'élevant à 564 millions de dollars par année, une conversion de 5 % pourrait mener à 2,82 milliards de dollars d'économie par année, alors qu'une conversion de 10 % entraînerait des économies de 5,64 milliards de dollars par année.

Les réseaux de transport en commun sont tout aussi importants. Plus spécialement, la promotion de l'utilisation du transport en commun pourrait être bénéfique non seulement pour l'environnement et les dépenses familiales (p. ex. les familles peuvent économiser approximativement 10 000 \$ par année en utilisant le transport en commun) mais pourrait aussi augmenter les niveaux d'activité et ainsi mener à des économies substantielles des coûts de la santé publique et des soins de santé, en général. En outre, le passage de la voiture au transport actif présente des avantages économiques supplémentaires, comme la réduction du nombre d'accidents mortels de la circulation.

Selon les données sur l'infrastructure de 2020, la valeur de remplacement des trottoirs dont l'état est mauvais, très mauvais ou acceptable s'élève à approximativement 6,9 milliards de dollars. En ce qui concerne les autres actifs essentiels comme les passerelles, les sentiers pavés et les pistes non pavées, la valeur de remplacement estimée est de 562 millions de dollars pour ceux qui sont en mauvais ou très mauvais état, et 1,5 milliard de dollars supplémentaires pour ceux dont l'état est acceptable (pour un total d'environ 9 milliards de dollars).

En plus des coûts déjà mentionnés par rapport aux investissements dans le transport actif (9,0 milliards de dollars), la valeur totale estimée de remplacement des biens d'infrastructure publique essentiels reliés aux installations de sport, d'activité physique et de loisirs qui sont soit dans un très mauvais état, un mauvais état ou dans un état acceptable s'élèveraient approximativement à 33,5 milliards de dollars. **Si l'on additionne ces valeurs, l'incidence environnementale du sport, de l'activité physique et des loisirs a été estimée à 42,5 milliards de dollars en 2020, selon la valeur de remplacement des installations de sport et de loisirs et l'infrastructure du transport actif.** L'investissement dans l'infrastructure peut aider à rendre ces installations plus accessibles et abordables, et par conséquent, faciliter leur utilisation.

## Incidence sanitaire

La dernière section du rapport résume les répercussions du sport, de l'activité physique et des loisirs sur la santé. Être physiquement actif offre de nombreux bienfaits; par exemple, il existe des preuves accablantes dans la littérature qui démontrent ce rôle dans la prévention et/ou la gestion de la morbidité et de la mortalité liées à diverses maladies non transmissibles; à l'amélioration des capacités cognitives et à la santé mentale globale. Malgré ces nombreuses preuves, l'inactivité continue d'être une préoccupation mondiale pour la santé tant au Canada que dans de nombreuses parties du monde.

Plus spécialement, l'inactivité physique est un facteur de risque modifiable relié à diverses maladies non transmissibles et à divers troubles mentaux, comme la cardiopathie, l'hypertension, le cancer du sein et du côlon,



**Une diminution de 10 % de l'inactivité chez les adultes canadiens pourrait donner lieu à des économies de 629 millions de dollars par année dans les coûts de soins de santé.**

le diabète de type 2 et la dépression. Selon les statistiques canadiennes, environ quatre Canadiens sur dix signalent un de ces problèmes de santé chroniques. De plus, la maladie chronique la plus prévalente au Canada est l'hypertension qui touche approximativement un quart de la population adulte. Étant donné l'ampleur de nos connaissances par rapport au lien entre l'inactivité physique, les maladies chroniques et les coûts élevés de soins de santé nécessaires pour traiter ces maladies, ce projet cherchait à offrir une estimation à jour des coûts des soins de santé qui pourraient être atténués en réduisant l'inactivité physique. À cette fin, **les coûts en soins de santé de l'inactivité physique ont été estimés à 3,9 milliards de dollars (3,87 milliards de dollars et 36,9 millions de dollars en coûts directs et indirects reliés à la mortalité respectivement) en 2022.**

Les maladies les plus coûteuses relevées dans le rapport sont le diabète de type 2 (1,6 milliard de dollars), la cardiopathie (1,2 milliard de dollars), suivie de la dépression (409 millions de dollars). Lorsqu'on calcule l'incidence économique de la réduction de l'inactivité, on estime qu'une diminution de 10 % de l'inactivité chez les adultes canadiens pourrait donner lieu à des économies de 629 millions de dollars par année dans les coûts de soins de santé reliés aux huit maladies chroniques (p. ex. cardiopathie, AVC, diabète de type 2, cancer du sein et du côlon, hypertension, ostéoporose et dépression).

## SOMMAIRE

Ce projet a permis de recueillir une quantité notable de données sociales, sanitaires, environnementales et économiques, dans le but de démontrer l'importance du sport, de l'activité physique et des loisirs dans ces quatre domaines. Les résultats révèlent que les investissements dans le sport, l'activité physique et les loisirs ont le potentiel de donner lieu à d'importants gains économiques, sanitaires, sociaux et environnementaux. Une description détaillée de la méthode, des résultats et des références est accessible dans le rapport complet.

## PASSER LE MESSAGE

Dans le cadre du projet, l'ICRCP et l'ACPL ont produit un ensemble de produits de connaissance faciles à utiliser qui résume les principaux résultats du cadre de recherche et qui offre des façons pratiques d'aider à « plaider la cause » du sport, de l'activité physique et des loisirs. Ce projet offre une évaluation cohérente partout au pays.

Pour en savoir plus, visitez [www.evaluer-limpact.ca](http://www.evaluer-limpact.ca).

---

## REMERCIEMENTS

L'ICRCP et l'ACPL souhaitent remercier la firme Raymond Chabot Grant Thornton pour leur importante contribution aux données dans le rapport. L'ICRCP et l'ACPL souhaitent également remercier Parcs Canada, le Conseil du sport, de l'activité physique et des loisirs (CSAPL) ainsi que le Réseau canadien de formation des parcs et des loisirs d'avoir financé cette initiative. Sans leur soutien, ce projet n'aurait pu voir le jour. Les opinions exprimées dans le présent document ne représentent pas nécessairement celles de ces agences. Nous souhaitons également remercier le comité spécialisé et le comité de mobilisation du savoir de nous avoir accordé du temps, prodigué des conseils et offert leur expertise, et souligner leur travail.

### Où aller chercher l'information :

Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (ICRCP) et Association canadienne des parcs et loisirs (ACPL), « Le prix de l'inactivité : Mesurer l'incidence considérable du sport, de l'activité physique et des loisirs au Canada, Sommaire des résultats », 2023, ICRCP et ACPL, Ottawa, Ontario, Canada.



L'institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie  
230 - 2733 chemin Lancaster, Ottawa, ON K1B 0A9  
[www.cfri.ca/fr](http://www.cfri.ca/fr)



L'Association canadienne des parcs et loisirs  
1180, chemin Walkley, case postale 83069  
Ottawa, ON, K1V 2M5  
[www.cpra.ca/fr](http://www.cpra.ca/fr)