

Prévalence de la Dépendance à l'Exercice Physique Chez les Sportifs en Salle d'Antananarivo

Jockman Ludger RAZAFILISY¹, Hiarenantsoa Herilanja RATOBIMANANKASINA², Ravonirina Eric ALSON³, Holy Ainamalala RAZAKANDRAINY⁴, Bertille Hortense RAJAONARISON⁵, Jean de la Croix RASOLONJATOVO⁶, Adeline RAHARIVELO⁷

¹Service de Neuro-Psychiatrie Centre Hospitalier Universitaire Analakininina Toamasina

²Service de Neuro-Psychiatrie, Centre Hospitalier Universitaire Analakininina Toamasina

³Service de Psychiatrie, Centre Hospitalier Universitaire Joseph Raseta Befelatanana Antananarivo

⁴Service de Santé Mentale, Centre Hospitalier des Soins et de Santé Publique Analakely Antananarivo

⁵Faculté de Médecine, Université d'Antananarivo

⁶Faculté de Médecine, Université de Toamasina

⁷Faculté de Médecine, Université d'Antananarivo



Abstract – Introduction : L'objectif de cette étude est de décrire la prévalence de la dépendance à l'exercice physique chez les sportifs en salle de la ville d'Antananarivo.

Méthodes : Il s'agit d'une étude transversale descriptive menée du 15 Novembre 2019 au 24 Décembre 2020 auprès des sportifs en salle de la ville d'Antananarivo. L'outil de mesures est l'échelle EDS-R dans sa version Française.

Résultats : Au total, trois cent quatre-vingt-quatre participants ont été retenus dans cette étude avec une prédominance féminine (59,90%). Les participants sont dans la majorité des cas des célibataires (54,69%) et des adultes jeunes de 20 à 30 ans (63,28%). A noter que 11,72% des participants sont des chômeurs. La prévalence de la dépendance à l'exercice physique dans cette étude est de 15,63%.

Conclusion : Une prévalence non négligeable de la dépendance à l'exercice physique a été retrouvée.

Keywords – Centre de remise en forme, Dépendance, Exercice physique, Madagascar.

I. INTRODUCTION

La dépendance à l'exercice physique se définit par un besoin impérieux d'activité physique qui conduit à une intensité d'exercice extrême et engendre des symptômes physiologiques et psychologiques [1]. Elle représente une forme de dépendance comportementale qui repose non seulement sur le critère d'intensité et de fréquence, mais aussi la relation que l'individu entretient avec sa pratique [2, 3] qui pourrait être à l'origine des nombreux effets néfastes pour la santé [4, 5].

Il n'existe pas d'activité sportive pathogénomique de l'addiction au sport, même si les sports individuels sont les plus souvent incriminés [6]. La prévalence de l'addiction au sport varie d'une population des sportifs à l'autre [7].

A Madagascar, peu de données existent pour décrire et comprendre l'épidémiologie de la dépendance à l'exercice physique. Ainsi, cette étude a été réalisée pour mieux disposer de données épidémiologiques précises sur la dépendance à l'exercice physique dans notre pays.

II. METHODES

C'est une étude observationnelle descriptive transversale menée auprès des sportifs en salle de la ville d'Antananarivo incluant les clients réguliers et consentants des salles de sports. Elle s'est déroulée entre le 15 Novembre 2019 et le 24 Décembre 2020.

Les tranches d'âge, le genre, le statut professionnel et le statut matrimonial sont les variables socio-démographiques évaluées dans cette étude et seront détaillées dans les résultats.

L'Exercise Dependance Scale Revised (**EDS-R**) dans sa version française a été utilisée pour évaluer le niveau de dépendance à l'exercice physique. Il s'agit d'une échelle pertinente pour évaluer la dépendance à l'exercice physique et valide sur le plan international avec une qualité psychométrique satisfaisante. C'est une échelle à 7 items dont le format de réponse est de type Likert à 6 points allant de jamais à toujours [8].

Selon cette échelle, la population d'étude est subdivisée en 2 groupes :

- Non dépendant à l'exercice physique
- Dépendant à l'exercice physique

Les données ont été analysées à l'aide du logiciel Statistical Analysis System de SAS Software dans sa version universitaire.

III. RESULTATS

3.1. Caractéristiques de la population selon les variables socio-démographiques :

L'échantillon est constitué de 384 sujets sportifs en salle. Il s'agit d'une population d'étude à prédominance féminine avec un sex-ratio de 0.67. L'âge de la population d'étude varie de 17 à 46 ans avec une moyenne d'âge de 24,84 ans (écart-type = 5,86) et une médiane d'âge de 24 ans. Plus de la moitié de la population d'étude appartient à la tranche d'âge de 20 à 30 ans. Dans la majorité des cas, les participants sont des célibataires. Selon le statut professionnel, une prédominance des employés des secteurs privés a été notée (41,15%). Le tableau ci-dessous (Tableau I) illustre la répartition de la population d'étude selon les variables socio-démographiques.

3.2. Epidémiologie de la dépendance à l'exercice physique

Dans cette étude, 15,63% (n = 60) des sportifs en salle ont présenté une dépendance à l'exercice physique. Soixante-sept virgule dix-neuf pourcent sont non dépendant asymptomatique et 17,19% sont non dépendant symptomatique.

La dépendance à l'exercice physique prédomine chez les sujets de genre masculin (55% des sujets dépendants), chez les sportifs dans la tranche d'âge de 20 à 30 ans (66,67% des sportifs dépendants), chez les célibataires (56,67% des sportifs dépendants). Elle a été retrouvée chez 15,28% des étudiants, 10,81% des employés de secteur publique, 16,46% des employés de secteur privé et 17,78% des sans-emploi. Le tableau ci-dessous (Tableau II) montre la répartition de la dépendance à l'exercice physique selon les variables socio-démographiques.

Tableau I : Caractéristiques socio-démographiques des sportifs en salle

| Paramètres | Valeur absolue (n) | Pourcentage |
|----------------|--------------------|-------------|
| Genre : | | |
| Masculin | 154 | 40,10 |
| Féminin | 230 | 59,90 |

| | | |
|-------------------------------|-----|-------|
| Age (en année) : | | |
| < 20 | 75 | 19,53 |
| [20 – 30 [| 243 | 63,28 |
| [30 – 40 [| 56 | 14,58 |
| ≥ 40 | 10 | 2,60 |
| Statut matrimonial : | | |
| Célibataire | 210 | 54,69 |
| Marié | 155 | 40,36 |
| Divorcé | 19 | 4,95 |
| Statut professionnel : | | |
| Sans emploi | 45 | 11,72 |
| Employé de secteur public | 37 | 9,64 |
| Employé de secteur privé | 158 | 41,15 |
| Etudiant | 144 | 37,50 |

Tableau II : Dépendance à l'exercice et paramètres socio-démographiques

| Paramètres | Dépendance à l'exercice physique | |
|------------------------------------|----------------------------------|-------------------------|
| | <i>OUI</i> | <i>NON</i> |
| Population totale (n = 384) | 15,63% (n = 60) | 84,38% (n = 324) |
| Genre : | | |
| Masculin | 33 | 121 |
| Féminin | 27 | 203 |
| Age (en année) : | | |
| < 20 | 11 | 64 |
| [20 – 30 [| 40 | 203 |
| [30 – 40 [| 9 | 47 |
| ≥ 40 | 0 | 10 |
| Statut matrimonial : | | |
| Célibataire | 34 | 176 |
| Marié | 23 | 132 |
| Divorcé | 3 | 16 |

Statut professionnel :

| | | |
|---------------------------|----|-----|
| Sans emploi | 8 | 37 |
| Employé de secteur public | 4 | 33 |
| Employé de secteur privé | 26 | 132 |
| Etudiant | 22 | 122 |

IV. DISCUSSION

Malgré qu'elle soit été menée chez une population des sportifs en salle, cette étude a permis d'avoir un aperçu sur la prévalence de la dépendance à l'exercice physique à Madagascar, où les données sur cette forme de dépendance comportementale restent indisponibles.

Les caractéristiques socio-démographiques de la population concordent avec les données nationales récentes sur la démographie à Madagascar, qui est un Pays caractérisé par une population jeune et à prédominance féminine [9, 10]. La forte proportion des participants célibataires pourrait être expliquée par l'hypothèse que ce groupe de population dispose beaucoup plus de temps libre au quotidien comparé aux sujets mariés qui sont majoritaires à Madagascar [11].

Durant la période de cette étude, une proportion non négligeable des sujets sans emploi a été notée, ceci pourrait être liée au fait qu'une partie de cette étude a été réalisée après la période de confinement dû à la pandémie de coronavirus. En effet, une perte considérable d'emploi a été attribuée à cette période de confinement à Madagascar en particulier dans les zones urbaines [12].

La dépendance à l'exercice physique a été retrouvée chez 15,63% des sportifs en salle avec l'échelle EDS-R.

Cette prévalence est assez faible et nettement inférieure à celle retrouvée dans l'étude de Lejoyeux M chez les sportifs en salle de la ville de Paris (42%) [13]. Cette différence pourrait être expliquée par le fait que dans les Pays développées la société est dite de consommation. Cette société de consommation pourrait détruire les valeurs familiales de base et la cohésion entre les cellules sociales à l'origine d'une désorganisation [14]. Les gens créent ainsi des conduites d'adaptation qui représentent des substituts de mode de vie dont fait partie l'addiction [14].

Par contre, une prévalence beaucoup plus basse a été retrouvée dans une étude menée par Tello G. chez une population de commando, soit 7,8% [15]. Par ailleurs, des auteurs ont avancé que la prévalence de la dépendance à l'exercice reste variable d'une population d'étude à l'autre, et d'une échelle de mesure à l'autre [7, 16].

V. CONCLUSION

Cette étude a été réalisée auprès des sportifs en salle de la ville d'Antananarivo. Il s'agit d'une première étude réalisée sur la dépendance à l'exercice physique dans notre Pays et a permis d'avoir un aperçu sur la prévalence de ce trouble chez les sportifs notamment les sportifs en salle dans un contexte Malagasy. Une prévalence non négligeable de cette forme de dépendance comportementale a été ainsi notée. Malgré tout, les résultats ne reflètent qu'une partie de l'épidémiologie de la dépendance à l'exercice physique dans notre grande île. D'autres études supplémentaires à grandes échelles et multicentriques incluant les autres disciplines sportives sont alors souhaitables pour mieux cerner l'épidémiologie de cette forme de dépendance comportementale.

REFERENCES

- [1] Hubert K. Addiction au sport et profil anxio-dépressif. [Thèse]. Médecine : Nancy ; 2016. 75p. Accessible à <https://hal.univ-lorraine.fr/hal-01932331>
- [2] Fron M. Les addictions dans les pratiques sportives et les pratiques sportives dans l'addiction : étude comparative des antécédents sportifs chez les patients hospitalisés en addictologie au CHU de Nantes. [Thèse]. Médecine : Nantes ; 2017. 116p. Accessible à <http://archive.bu.univ-nantes.fr/pollux/show.action?id=4ae50a1d-eb30-420c-bdbd-af02994a5f41>
- [3] Kern L. Dépendance et exercice physique : une échelle de dépendance à l'exercice physique. Psychol Française. 2007 ; 52 :403-16

- [4] Marquez S, De La Vega R. La adicción al ejercicio : un trastorno emergente de la conducta. *Nutr Hosp.* 2015 ; 31 (6) : 2384-91
- [5] Berczik K, Szabo A, Griffiths MD, Kurimay T, Kun B, Urban R et al. Exercise Addiction : symptoms, diagnosis, epidemiology and etiology. *Subst Use Misuse.* 2012; 47:403-17
- [6] Petit A, Lejoyeux M. La dépendance à l'exercice physique. *Rev Med Liège.* 2013 ;68 (5-6):331-9
- [7] Marques A, Peralta M, Sarment H, Loureiro V, Gouveia ER, De Matos MG. Prevalence of risk for exercise dependence: a systematic review. *Sports Med.* 2019; 49: 319-30
- [8] Kern L. Validation de l'adaptation française de l'échelle de dépendance à l'exercice physique : l'EDS-R. *Prat Psychol.* 2007 ;13 :425-41
- [9] Institut National des Statistiques, Cellule Centrale d'Exécution du Recensement. Troisième Recensement Général de la Population et de l'Habitation (RGPH-3). Madagascar : INSTAT ; 2019. Accessible à https://www.instat.mg/wp-content/uploads/Rapport-Prelim-2019_ver_final.pdf
- [10] Ministère de l'économie et des finances. Feuille de route sur le dividende démographique à Madagascar. Ministère de l'économie et des finances, Madagascar ; Septembre 2019. Accessible à http://www.mefb.gov.mg/assets/vendor/ckeditor/plugins/kcfinder/upload/files/FRDD%20DEMDIV%20%20finale_%20sans_tab.pdf
- [11] Institut National des Statistiques, UNICEF. Multiple Indicator Cluster Surveys (MICS) Madagascar 2018. Accessible à https://www.instat.mg/wp-content/uploads/INSTAT_MICS-2018ResumeStatistiqueVE_08-2019.pdf
- [12] Institut National des Statistiques. Impact du COVID-19 sur les conditions de vie des ménages : enquête à haute fréquence par téléphone auprès des ménages (EHTM). INSTAT Madagascar ; Juin 2020. Accessible à <https://www.instat.mg/enquete-sur-impact-du-covid-19-ehm/covid-19/>
- [13] Lejoyeux M, Avril M, Richoux C, Embouazza H, Nivoli F. Prevalence of exercise and other behavioral addictions among clients of a Parisian fitness room. *Compr Psychiatry.* 2008;49:353-8
- [14] Véléa D. L'addiction à l'exercice physique. *Psychotropes* 2002 ; 3(8) :39-46
- [15] Tello G, Jouvion A, Boulard JF, Marimoutou C, Cazenave N, Théfenne L. Addiction au sport et blessures au Centre national d'entraînement commando. *Sci Sports.* 2011 :1-9
- [16] Szabo A, Griffiths MD, Demetrovics Z. Exercise Addiction. *Neuropathology of Drug Addictions and Substance Misuse*, 2016; Vol.3; Chapter 97:984-92