

## TRAVAILLONS ENSEMBLE POUR AMÉLIORER NOS NOTES

Bien que cette situation ait été progressive, ce portrait global démontre que, au Canada, nous ne réussissons pas à maintenir nos enfants physiquement actifs. Nous avons tous la responsabilité de mieux soutenir nos enfants : des parents aux fonctionnaires, en passant par tout le système entre les deux. Nous ne devons plus simplement prendre acte, mais agir afin de fournir à nos enfants les occasions d'activité physique qu'ils méritent. Ce Bulletin vise à soutenir nos efforts.

Quelle est la prochaine étape ? Des intervenants clés de multiples secteurs se réuniront pour élaborer un plan d'action qui s'appuiera sur des initiatives déjà en place pour mieux informer la population et améliorer nos notes.

Jeunes en forme Canada cherche à promouvoir l'importance pour les enfants et les adolescents de pratiquer des activités physiques de qualité, accessibles et agréables. Nous travaillons en partenariat avec tous les secteurs afin d'accroître le nombre et la qualité des occasions d'activité physique.

Jeunes en forme Canada tient à remercier la Fondation canadienne des maladies du cœur, Kellogg Canada et les Instituts de recherche en santé du Canada pour leur soutien financier à la réalisation du Bulletin 2005.



## NOTE GLOBALE

D

Le Canada n'atteint pas la note de passage. Les enfants et les adolescents canadiens ne sont pas assez actifs chaque jour pour réaliser leur plein potentiel de croissance et de développement. Moins de la moitié de nos jeunes ne dépensent pas assez d'énergie pour maintenir un poids-santé ni développer leurs capacités cardiaques, pulmonaires et musculaires.

Ce que nous savons :

- On remarque une hausse alarmante de l'obésité infantile, qui laisse prévoir une augmentation dramatique du diabète de type 2 et de facteurs de risque associés à plusieurs autres maladies chroniques.
- Dans plusieurs catégories, les filles et les garçons de familles à faible revenu sont les plus vulnérables.
- Les jeunes ont besoin de bouger plus et d'être moins souvent assis. Les données révèlent une baisse de l'activité physique quotidienne et une augmentation du temps passé à la télé et à l'ordinateur.
- Les occasions de faire de l'activité physique à la maison, à l'école et dans le quartier sont insuffisantes. Les politiques et programmes manquent de ressources, d'organisation et de suivi.

Ce qu'il nous reste à savoir :

- Nous devons savoir où nous nous situons comme société et comment offrir à nos jeunes de meilleures possibilités de faire de l'activité physique.
- Nous devons obtenir des données plus à jour et plus complètes pour évaluer et améliorer nos connaissances des diverses catégories de ce bulletin.
- Nous devons avoir accès aux données en cours et en amorcer de nouvelles pour que chaque Bulletin annuel reflète notre situation et les mesures à prendre.

Le premier Bulletin annuel, publié par Jeunes en forme Canada, trace un portrait global des comportements face à l'activité physique et des possibilités qu'ont nos jeunes de faire de l'exercice là où ils vivent, jouent et étudient. Le portrait est sombre et illustre clairement ses effets insidieux sur la santé de nos enfants.

## ÉLABORATION DU BULLETIN ET MÉTHODOLOGIE DE RECHERCHE

Ce Bulletin 2005 a été amorcé dans le cadre du National Physical Activity Symposium, une rencontre réunissant des spécialistes et des universitaires de diverses disciplines. À la lumière des constats, ils ont proposé des indicateurs susceptibles d'évaluer la capacité du Canada à promouvoir l'activité physique chez les enfants et les adolescents.

Le Bulletin 2005 ne représente qu'une première étape. Plusieurs des indicateurs identifiés n'ont pu être évalués pour cette édition. Dans les cas où les données nationales disponibles ne permettaient pas une évaluation adéquate, nous avons indiqué la mention « INC », pour « incomplet ». Pour les prochaines éditions du Bulletin, les indicateurs et la méthodologie de collecte des données seront raffinés et tiendront compte de l'apport de spécialistes et d'intervenants de divers enjeux.

Les notes allouées dans ce Bulletin se fondent sur les données actuelles. Elles incluent des analyses de l'information émanant de plusieurs cycles de l'*Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes*, les résultats récents de l'*Enquête sur les comportements de santé des jeunes d'âge scolaire* et de l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes*, du *Sondage indicateur de l'activité physique* de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, ainsi que de diverses études et données propres à chaque catégorie.

Vous trouverez à [www.jeunesenforme.ca](http://www.jeunesenforme.ca) les actes du symposium et une version plus détaillée du Bulletin, avec explications et commentaires.

## CATÉGORIE – ACTIVITÉ/INACTIVITÉ PHYSIQUE

INDICATEUR	NOTE	COMMENTAIRES
Niveau d'activité	D	Au Canada, seuls la moitié des enfants sont assez actifs au quotidien pour assurer leur développement. Les activités courantes et non structurées, celles qui ont le plus d'effet sur la santé, sont en constant déclin.
Temps devant l'écran	C-	La moitié des jeunes regardent la télé au moins deux heures par jour et sont parmi les plus grands adeptes de l'ordinateur au monde. Ces enfants sont plus susceptibles de faire de l'embonpoint ou d'être obèses.
Pratique de sports	C+	De 55 à 60 % d'enfants de familles à faible revenu pratiquent un sport ; ce taux est de 70 à 80 % dans les familles à revenu moyen et élevé.

## CATÉGORIE – FAMILLE

INDICATEUR	NOTE	COMMENTAIRES
Activité physique en famille	D	En moyenne, 43 % des parents font une activité physique régulière avec leurs enfants.
Incitation à être actifs	C-	La moitié seulement des familles à faible revenu emmènent leurs enfants à des activités physiques, par rapport à 60 % pour l'ensemble des familles canadiennes.

## CATÉGORIE – ENVIRONNEMENT LOCAL

INDICATEUR	NOTE	COMMENTAIRES
Programmes accessibles et de qualité	C	Bien que les localités offrent des programmes récréatifs et sportifs accessibles et abordables, l'évaluation de leur qualité et de la participation diffère d'un lieu à l'autre.
Infrastructures locales	INC	Il semble que l'aménagement des localités peut favoriser ou freiner la pratique d'activités physiques, mais aucune évaluation des localités canadiennes n'a été entreprise.

## CATÉGORIE – MILIEU SCOLAIRE

INDICATEUR	NOTE	COMMENTAIRES
Cours d'éducation physique tous les jours	F	Selon un sondage Gallup 1998, 74 % des gens appuient l'idée de 30 minutes d'éducation physique par jour. En 2000, seulement 14 % des écoles primaires et 4 % des écoles secondaires le faisaient.
Personnel formé	D-	La moitié des écoles élémentaires et secondaires disposent d'une politique exigeant l'embauche de professeurs d'éducation.
Possibilités d'activité physique à l'école	INC	Les mesures de suivi actuelles ne permettent pas d'évaluer les activités offertes aux élèves durant les cours, les récréations et les heures périscolaires.

## CATÉGORIE – POLITIQUES

INDICATEUR	NOTE	COMMENTAIRES
Stratégies et investissements fédéraux	C-	Bien qu'il y ait un intérêt renouvelé pour l'activité physique, les stratégies progressent peu, et le financement fédéral de l'Unité de l'activité physique a chuté à 25 % de qu'il était au début des années 1990.
Stratégies/investissements provinciaux, territoriaux municipaux	INC	Les provinces, territoires et municipalités ont adopté des stratégies prometteuses, mais il n'existe aucune évaluation pancanadienne de leur financement et de leurs résultats.

## CATÉGORIE – SANTÉ

INDICATEUR	NOTE	COMMENTAIRES
Embonpoint/Obésité	F	Au Canada, le taux d'obésité infantile est passé de 2 % en 1981 à 10 % en 2001.
Facteurs de risque de maladies chroniques	INC	Il n'existe pas de données nationales nous permettant d'évaluer les conséquences de la prévalence de troubles cardiaques et du diabète de type 2.