

DÉTERMINANTS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE LA SANTÉ

FAMILLE ET PAIRS

En Flandre, 84% des parents et proches déclarent encourager leurs enfants à la pratique de sport et d'activité physique^{TOYBOX, ENERGY}. En revanche, seulement 10% des parents d'enfants d'âge préscolaire et 26% des parents d'adolescents pratiquent chaque jour au moins 30 minutes d'activité physique quotidiennement à une intensité au moins modérée. 83% des adolescents rapportent que leurs proches prennent souvent/toujours part à du sport ou à de l'activité physique^{ENERGY}.

Au regard du manque d'informations valides et représentatives relatives à l'influence des parents et des pairs en Wallonie, une note «Données incomplètes» a été attribuée à cet indicateur.

INC

8

ÉCOLE

Presque tous les adolescents belges (94%) rapportent qu'ils prennent part à 2 heures d'éducation physique par semaine à l'école^{2014 ECA}. Les écoles primaires et secondaires flamandes obtiennent un score de 57% et 52%, respectivement, au niveau des politiques et programmes investis en matière d'activité physique^{2012 VIGÉZ}. En Communauté française de Belgique, 32% des écoles secondaires obtiennent un score de promotion de l'activité physique scolaire supérieur ou égal à 50%^{SNYERS ET AL. 2014}.

B-

9

COMMUNAUTÉ ET ENVIRONNEMENT CONSTRUIT

En Flandre, 61% et 34% des adolescents de 13 à 14 ans rapportent qu'ils disposent dans leur quartier de sentiers piétonniers et de pistes cyclables, respectivement. 91% et 90% des adolescents ne sont pas d'accord avec le constat affirmant que le trafic dense dans les rues avoisinantes rendrait dangereux le déplacement à pied ou à vélo, respectivement. 28% des adolescents déclarent qu'ils peuvent jouer en sécurité dans les rues de leur quartier^{DE MEESTER ET AL. 2014}.

INC

En l'absence d'informations représentatives relatives à l'environnement au-delà du quartier d'habitation ou à l'environnement construit en Wallonie, une note «Données incomplètes» a été attribuée à cet indicateur.

10

STRATÉGIES ET ENGAGEMENTS POLITIQUES

De nombreux déterminants de l'activité physique et de la santé notés dans ce bulletin font l'objet de politiques locales et nationales qui visent à améliorer la situation actuelle. La promotion de l'activité physique à l'école fait figure de point central dans les stratégies et engagements politiques actuels. La législation de chaque communauté impose un minimum de deux heures d'éducation physique par semaine dans les écoles primaires et secondaires, tandis que les initiatives soulignant le lien entre l'éducation physique et les autres opportunités de pratique d'activité physique au sein de la communauté ont suscité davantage d'attention durant ces dernières années. En outre, les projets scolaires relatifs à l'activité physique et à l'alimentation saine bénéficient d'un soutien financier provenant d'administrations publiques (locales).

C+

11



KU LEUVEN



MÉTHODOLOGIE ET RÉSULTATS DÉTAILLÉS

Une version longue et plus détaillée de ce bulletin est disponible sur le site internet www.activehealthykids.org. Cette forme longue du bulletin apporte des informations plus précises sur les ressources utilisées ainsi que sur le processus d'attribution des notes.

Une publication scientifique reposant sur ce bulletin 2016 a été publiée dans le Journal of Physical Activity and Health.

ÉTAPES A SUIVRE

Ce bulletin 2016 est le premier bulletin de la pratique d'activité physique chez les enfants et les adolescents en Belgique. Avec le soutien (financier) de particuliers ou d'organismes, nous aspirons à publier d'autres bulletins dans le futur. Si vous souhaitez apporter votre soutien à cette initiative, merci de contacter le Professeur Jan Seghers de la KU Leuven (jan.seghers@kuleuven.be) pour plus d'informations.

REMERCIEMENTS

Ce bulletin a été réalisé par un groupe de chercheurs de la KU Leuven (Prof. Jan Seghers), l'Université de Gand (Prof. Greet Cardon), l'Université de Liège (Prof. Marc Cloes) et l'Institut Scientifique de Santé Publique (WIV-ISP) (Dr. Karin De Ridder). La version française a été traduite par le Dr. Alexandre Mouton et le Prof. Marc Cloes de l'Université de Liège. Nous souhaitons remercier la contribution apportée par les autres membres du groupe de travail, par les chercheurs des universités impliquées qui ont contribué à la synthèse des données, et par les nombreux partenaires ayant participé aux réunions préparatoires en Flandre et en Wallonie.



KU LEUVEN



BULLETIN 2016 DE LA PRATIQUE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS BELGES



Le bulletin 2016 "Active Healthy Kids Belgium" est la première version proposée au niveau belge. Ce bulletin apporte une évaluation systématique, critique et actuelle du niveau d'activité physique, des comportements de santé associés et de l'état de santé des enfants et des adolescents belges.

Ce bulletin devrait être utilisé comme un outil de sensibilisation, de plaidoyer pour un débat public et politique, ou encore comme support au développement de recherches futures.

LES 11 INDICATEURS SONT GROUPÉS EN DEUX CATÉGORIES:

ACTIVITÉ PHYSIQUE, COMPORTEMENTS DE SANTÉ ASSOCIÉS, ET ÉTAT DE SANTÉ

- 1 Activité physique globale 
- 2 Participation à des sports organisés 
- 3 Jeu actif 
- 4 Transport actif 
- 5 Comportements sédentaires 
- 6 Comportements alimentaires 
- 7 Statut pondéral 

DÉTERMINANTS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE LA SANTÉ

- 8 Famille et pairs 
- 9 École 
- 10 Communauté et environnement construit 
- 11 Stratégies et engagements politiques 

ABRÉVIATIONS
 ECA = Enquête de Consommation Alimentaire
 SSE = Statut Socio-Economique
 HBSC = Health Behaviour in School-aged Children

BULLETIN BELGE 2016

Dans ce premier bulletin belge, des grades sont attribués à 11 indicateurs, groupés en 2 catégories (voir à gauche).

Les notes attribuées reposent sur les résultats d'enquêtes menées récemment en Belgique à une échelle nationale et régionale. Ces données ont été confrontées à des valeurs de référence (par exemple, le % d'enfants rencontrant les recommandations en matière d'activité physique) et déterminées par le % d'enfants et d'adolescents belges qui atteignent ce niveau. Pour chaque indicateur, les notes sont octroyées en fonction d'un système de classification prédéterminé (voir ci-dessous).

- A** Nous y parvenons avec une grande majorité des enfants et des adolescents (81%-100%)
- B** Nous y parvenons avec bien plus de la moitié des enfants et des adolescents (61%-80%)
- C** Nous y parvenons avec environ la moitié des enfants et des adolescents (41%-60%)
- D** Nous y parvenons avec bien moins de la moitié des enfants et des adolescents (21%-40%)
- F** Nous y parvenons avec très peu des enfants et des adolescents (0%-20%)
- INC** (Données incomplètes), lorsque les données belges sont insuffisantes pour assigner une note

Les notes du bulletin peuvent aussi se voir assigner un symbole '-' ou '+' afin de préciser la présence ou l'absence de différences liées à l'âge, au genre, à la région (Flandre versus Wallonie), ou au statut socio-économique (SSE). Un '-' ou un '+' peut aussi être assignés en fonction de la présence d'une tendance négative ou positive, respectivement.

Les notes présentées dans ce bulletin apportent une évaluation de « l'état de la nation », c'est-à-dire de la situation actuelle en matière d'activité physique et de santé chez les enfants et les adolescents belges.



ACTIVITÉ PHYSIQUE, COMPORTEMENTS DE SANTÉ ASSOCIÉS, ET ÉTAT DE SANTÉ

ACTIVITÉ PHYSIQUE GLOBALE

Les résultats, mesurés de manière objective, montrent que seulement 7% des enfants de 6 à 9 ans et 2% des jeunes de 10 à 17 ans atteignent les recommandations internationales en pratiquant au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à élevée^{2014 ECA}. En revanche, 96% des enfants de 3 à 5 ans respectent les recommandations internationales en pratiquant au moins 180 minutes d'activité physique quotidienne de toute intensité confondue. Aucune différence importante n'est observée en fonction de la région, du niveau socio-économique ou du genre, excepté chez les enfants de 6 à 9 ans : les garçons et les enfants issus d'un milieu à statut socio-économique défavorable atteignent davantage les recommandations que les autres.

F+

PARTICIPATION À DES SPORTS ORGANISÉS

56% des parents d'enfants de 3 à 9 ans rapportent que leur enfant est membre d'un club sportif, tandis que 75% des jeunes de 10 à 17 ans signalent qu'ils participent activement à au moins une activité sportive durant leurs loisirs^{2014 ECA}.

La participation à des activités sportives est plus courante chez les garçons (adolescents), chez les enfants flamands, et chez les enfants et adolescents issus d'un milieu à statut socio-économique moyen à favorable.

2

JEU ACTIF

A peu près 80% des parents d'enfants de 3 à 9 ans rapportent que leur enfant participe à du jeu actif durant la semaine et le week-end. 26% et 29% des jeunes de 10 à 17 ans déclarent prendre part principalement à des activités sportives/jouées respectivement durant les récréations et les temps de midi à l'école^{2014 ECA}.

Le jeu actif est plus présent chez les garçons (adolescents), en Flandre, chez les adolescents issus d'un milieu à statut socio-économique moyen à défavorable, et chez les enfants issus d'un milieu à statut socio-économique favorable.

3

TRANSPORT ACTIF

Presque 50% des parents d'enfants de 3 à 9 ans rapportent que leur enfant utilise un mode de transport actif en se déplaçant à pied ou à vélo pour se rendre à l'école^{2014 ECA}. 40% des adolescents se déplacent activement sur le chemin de l'école. Le transport actif est plus commun en Flandre, chez les enfants issus d'un milieu à statut socio-économique défavorable et chez les adolescents issus d'un milieu statut socio-économique favorable.

4

C-

C+

C-

ACTIVITÉ PHYSIQUE, COMPORTEMENTS DE SANTÉ ASSOCIÉS, ET ÉTAT DE SANTÉ

COMPORTEMENTS SÉDENTAIRES

65% des enfants de 3 à 5 ans respectent les recommandations internationales en limitant le temps passé devant un écran durant les loisirs à moins d'une heure par jour durant la semaine, alors qu'ils ne sont que 25% à respecter ces recommandations durant le week-end. Chez les enfants et les adolescents d'âge scolaire, les recommandations préconisent une exposition aux écrans durant les loisirs limitée à 2 heures par jour. 89% et 46% des enfants de 6 à 9 ans respectent ces recommandations durant la semaine et le week-end, respectivement. Par contre, seuls 45% et 16% des jeunes de 10 à 17 ans rencontrent ces recommandations durant la semaine et le week-end. Ces directives sont davantage appliquées chez les filles, chez les enfants wallons et les adolescents flamands, et chez les enfants et adolescents issus d'un milieu à statut socio-économique moyen à favorable.

D-

5

COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES

85% des enfants et 65% des adolescents belges prennent un petit-déjeuner chaque matin^{2014 ECA}. 3% des enfants flamands d'âge préscolaire ne consomment jamais de boissons contenant du sucre ajouté^{TOYBOX}. De même, 5% des adolescents flamands et 12% des adolescents wallons^{2013 HBSC} déclarent qu'ils ne consomment jamais de boissons contenant du sucre ajouté.

69% des parents d'enfants d'âge préscolaire rapportent que leurs enfants consomment au moins 100 grammes de fruit par jour^{TOYBOX}, tandis que seulement 19% des adolescents flamands et 22% des adolescents wallons déclarent consommer au moins deux fruits par jour^{2013 HBSC}.

A cause de la disparité des résultats obtenus, mais aussi du manque de données représentatives à l'échelon national pour chaque sous-indicateur, une note «Données incomplètes» a été attribuée à cet indicateur.

STATUT PONDÉRAL

Les données obtenues de façon objective montrent que 76% des enfants (3-9 ans) et 72% des adolescents (10-17 ans) ont un statut pondéral normal^{2014 ECA}. La prévalence du surpoids, comprenant l'obésité, est de 16% chez les enfants et de 18% chez les adolescents^{2014 ECA}.

La prévalence du surpoids est plus importante chez les adolescents wallons et chez les enfants et adolescents issus d'un milieu à statut socio-économique moyen à défavorable.

7

D

