

Le style et les pratiques parentales influent sur l'activité physique chez les enfants de 10 à 11 ans

Source

Jago R et coll. (2011) **Parenting styles, parenting practices, and physical activity in 10-11-year olds**. *Preventive Medicine* 52(1-3):44-7.

Plusieurs enfants ne font pas au moins le volume minimal recommandé d'activité physique. Les parents ont une importante influence sur les comportements des enfants, notamment sur la pratique d'activités physiques. Le style parental peut être décrit comme la façon avec laquelle un parent communique avec son enfant.

Quatre *styles parentaux* ont été définis : le parent autocratique (*authoritarian*; sévère, qui demande l'obéissance); le parent démocratique (*authoritative*; équilibré, qui utilise le raisonnement); le parent permissif (*permissive*; indulgent, qui acquiesce à toutes les demandes) et le parent désengagé (*uninvolved*; près de la négligence).

Les *pratiques parentales* peuvent, quant à elles, être définies comme les comportements adoptés dans une situation ou un contexte spécifique. Par exemple, ce qu'un parent pourrait faire pour faciliter la pratique d'activités physiques chez son enfant fait partie des pratiques parentales.

Une récente étude états-unienne menée auprès de 76 enfants indique que ceux avec une mère permissive étaient les plus actifs et que le soutien parental sur le plan logistique était associé avec une plus grande pratique d'activités physiques (Hennessy et coll., 2010). Les chercheurs de la présente étude ont voulu savoir s'ils obtiendraient les mêmes résultats avec des enfants du Royaume-Uni.

Un total de 792 enfants de 10 ou 11 ans ont porté un accéléromètre (pour un minimum de trois jours, avec au moins 500 minutes d'enregistrement chaque jour) entre avril 2008 et mars 2009. Les principales données examinées étaient la moyenne du nombre de mouvements enregistrés par minute (*mean accelerometer counts per minute* ou CPM) et la moyenne du temps consacré à l'activité physique d'intensité moyenne ou élevée par jour (en minutes) (*mean minutes of moderate to vigorous intensity physical activity per day* ou MVPA).

Les chercheurs ont évalué le style de la mère seulement (à l'aide du *Children's Report of Parent Behavior Inventory*). Étant donné que très peu d'entre elles ont été classées dans la catégorie « désengagée », on a

omis les observations liées aux mères de cette catégorie. Le soutien parental sur le plan de la logistique a été apprécié auprès des deux parents, à l'aide du *Activity Support Scale*. Les résultats indiquent que les garçons atteignent de plus grandes MVPA et CPM que les filles. Les garçons bénéficient d'un plus grand soutien logistique de leurs parents que les filles. De plus, l'activité physique chez les enfants diffère selon le style de la mère. Les filles avec une mère permissive avaient une plus grande MVPA, tandis que les garçons avec une mère permissive avaient un plus grand volume d'activité physique (CPM). Le soutien logistique parental était associé avec une plus grande pratique d'activités physiques chez les deux sexes.

Le lien entre le style permissif et de plus hauts niveaux d'activité physique ne va pas dans le même sens que la plupart des recherches effectuées à ce jour, mais va dans le même sens que l'étude états-unienne citée précédemment. Ces résultats ne devraient pas nécessairement être utilisés pour valoriser le style parental permissif. Plus de recherches sont nécessaires pour tenter de comprendre pourquoi les enfants ayant une mère permissive ont un niveau d'activité physique plus élevé. En attendant, les stratégies de promotion de l'activité physique chez les jeunes devraient valoriser le soutien logistique parental.

Véronique Ouellet St-Denis, Karima Djellouli et Guy Thibault