

Comment expliquer l'effet du statut socioéconomique sur le niveau d'activité physique?

Source

Lindström M et coll. (2001) **Socioeconomic differences in leisure-time physical activity: The role of social participation and social capital in shaping health related behaviour.** Social Science and Medicine 52(3):441-51.

Le fait d'allouer peu de temps aux activités physiques durant les loisirs est fortement associé à un faible niveau de scolarité et à un faible statut socioéconomique. De plus, la mortalité et la morbidité reliées aux problèmes cardiovasculaires sont plus élevées chez les groupes de milieu socioéconomique moins favorisé. Il semble donc exister un lien entre milieu socioéconomique et niveau d'activité physique, le tout se reflétant sur la santé de la population.

La présente étude a pour but de découvrir si :

1. les différences socioéconomiques ont un effet sur le niveau d'activité physique de la population suédoise pendant ses loisirs;
2. Les ressources psychosociales (réseau et soutien social) peuvent être associées au niveau d'activité physique de la population;
3. les différences de ressources psychosociales disponibles peuvent expliquer en partie l'effet du statut socioéconomique sur le niveau d'activité physique.

Les auteurs divisent les ressources psychosociales en deux grandes catégories comprenant deux facteurs chacune, soit :

1. le réseau social, qui comprend :
 - a. l'engagement social, c'est-à-dire la façon dont une personne prendra part aux activités de groupes formels ou informels,
 - b. l'ancrage social, c'est-à-dire la perception d'appartenance à des groupes formels ou informels, et la manière dont cette appartenance et cet ancrage social sont vécus par la personne;
2. le soutien social, qui comprend :
 - c. le soutien instrumental, c'est-à-dire l'accès à des conseils, de l'information, des services pratiques et des ressources matérielles,
 - d. le soutien émotionnel, c'est-à-dire l'accessibilité à des soins et à des encouragements ainsi que le sentiment de confiance.

Les résultats de l'étude confirment que les personnes vivant dans un milieu socioéconomique plus défavorisé risquent davantage d'être dans le quartile le plus faible de niveau d'activité physique. Ils indiquent que pour un niveau socioéconomique donné, l'engagement social est un important déterminant du niveau d'activité physique pendant les loisirs.

Conclusions

Des mesures pourraient réduire :

- la prévalence de problèmes cardiovasculaires reliés à de mauvaises habitudes de vie comme la sédentarité;
- les effets du statut socioéconomique sur le niveau d'activité physique de la population ciblée.

Il faudrait faire la promotion d'un milieu communautaire fort et intégré, en plus de favoriser la cohésion sociale.

Dans l'ensemble, l'attention devrait se déplacer des comportements individuels à risque vers des engagements civils et sociaux.

Pour la mise en œuvre de telles mesures, les auteurs proposent les actions suivantes :

1. améliorer l'environnement physique;
2. promouvoir l'activité physique de groupe;
3. adopter des politiques municipales et organisationnelles faisant la promotion de l'activité physique;
4. assurer le soutien gouvernemental aux organismes sportifs qui encadrent les jeunes.

Marie-Pierre Arsenault et Guy Thibault