

## Relation entre l'environnement familial et l'évolution du poids des enfants

### Source

Timperio A et coll. (2008) **Family physical activity and sedentary environments and weight change in children.** *International Journal of Pediatric Obesity* 3(3):160-7.

Même s'il n'est pas prouvé que le poids des enfants est le corollaire de celui des parents, l'environnement familial peut influencer sur le premier, car c'est à la maison que les enfants adoptent ou non de saines habitudes de vie.

Dans cette étude qui s'est étendue sur trois ans, Timperio et ses collaborateurs ont examiné le lien entre l'environnement familial (favorable à l'activité physique ou à la sédentarité) et la prise ou la perte de poids d'enfants de 10 à 12 ans.

Plusieurs aspects de la dynamique familiale ont été examinés : modèles de comportement, soutien des parents à l'égard des activités physiques de leur enfant et règles familiales. Les données proviennent du *Children living in active neighbourhoods survey* de 2001 et 2004.

Les résultats portent sur 344 enfants; 85 % viennent de familles nucléaires et 44,2 % sont des garçons.

### Résultats

1. la majorité des enfants n'ont pas changé de catégorie de poids;
2. les garçons de mères obèses sont plus actifs que ceux de mères de poids normal;
3. les filles avec un IMC normal reçoivent plus d'encouragement à faire de l'activité physique que celles dont l'IMC est plus élevé;
4. chez les garçons, seul le nombre de jeux sédentaires (jeux vidéo, ordinateur) disponibles à la maison est lié au poids, car ceux qui en possèdent le plus se trouvent dans les catégories de poids les plus élevées;
5. chez les filles, c'est le niveau d'activité physique de la fratrie et la disponibilité de l'équipement sportif à la maison qui influent sur leur poids. Ainsi, celles qui ont des frères et des sœurs actifs et qui ont accès à un vaste éventail d'équipements sportifs sont dans la catégorie de poids inférieure (IMC normal).



Cette étude montre qu'un environnement familial sédentaire ou actif est lié respectivement à la prise ou à la perte de poids des jeunes lors du passage de l'enfance à l'adolescence.

Marie-Pierre Arsenault et Guy Thibault