

Lien entre la disponibilité d'équipements sportifs, la perception de la sécurité de l'environnement et le niveau d'activité physique des parents et des adolescents

Source

Kerr J et coll. (2008) **Exercise aids, neighborhood safety, and physical activity in adolescents and parents.** *Med Sci Sports Exerc* 40(7):1245-49.

Le premier but de cette étude était de déterminer si le niveau d'activité physique des parents et des adolescents est lié à la perception de la sécurité du quartier ainsi qu'à la disponibilité de l'équipement sportif et récréatif personnel (à utilisation intérieure et extérieure). Le deuxième but était d'explorer l'interaction possible entre la perception de la sécurité du quartier et la disponibilité de l'équipement et son effet sur le niveau d'activité physique. L'hypothèse des auteurs était la suivante : l'importance de l'équipement sportif et récréatif disponible à la maison sera plus grande dans un quartier perçu comme moins sécuritaire.

En tout, 878 adolescents (407 garçons et 471 filles) ainsi que 853 parents (721 femmes et 132 hommes) ont participé à l'étude. Dans un questionnaire, les parents ont décrit l'équipement disponible à la maison. Le niveau d'activité physique des adolescents a été évalué à l'aide d'une entrevue sur les activités des sept derniers jours. Les adolescents étaient considérés actifs s'ils pratiquaient une activité d'intensité moyenne ou élevée pendant un minimum de 60 minutes par jour, 5 jours par semaine. Le niveau d'activité physique des parents a été déterminé à l'aide de l'*International Physical Activity Questionnaire*. Les parents étaient considérés actifs s'ils pratiquaient au moins 150 minutes d'activité d'intensité moyenne ou élevée par semaine. Une partie du questionnaire *Neighborhood Environment Walkability Scale* a permis de connaître la perception qu'ont les parents de la sécurité de leur quartier.

Résultats

1. 32,5 % des garçons, 22,1 % des filles et 58,6 % des parents suivent les recommandations officielles d'activité physique.
2. La disponibilité de l'équipement est associée positivement avec le niveau d'activité physique des filles, c'est-à-dire que celles qui disposent d'équipements sportifs et récréatifs à la maison ont un niveau d'activité physique plus élevé que celles qui ont moins accès à de l'équipement.
3. On a observé, chez les filles, une interaction significative entre la perception de la sécurité du quartier et l'importance de la disponibilité de l'équipement.

4. La disponibilité de l'équipement sportif et récréatif à usage extérieur est associée positivement avec le niveau d'activité physique des filles, mais aucun lien n'a été observé avec la perception de la sécurité du quartier.
5. Il n'y a pas de lien entre la disponibilité de l'équipement (autant pour usage extérieur qu'intérieur), la perception de la sécurité du quartier et le niveau d'activité physique des garçons.
6. Le niveau d'activité physique des parents est associé positivement avec la disponibilité de l'équipement sportif et récréatif pour les deux types d'usage.
7. On a observé, chez les parents, une interaction entre la perception de la sécurité du quartier et l'importance de la disponibilité de l'équipement à usage extérieur.

Cette étude montre toute l'importance de la perception de la sécurité de l'environnement physique et social. Cette perception est un déterminant de l'activité physique plus important pour les filles que pour les garçons. Les auteurs émettent l'hypothèse que les garçons étant plus enclins à participer à des activités organisées et en groupe, la perception de la sécurité de l'environnement a une moins grande importance.

Comme la maison est un environnement perçu comme sécuritaire par les familles, les auteurs mentionnent l'émergence de nouvelles technologies pouvant aider à promouvoir l'activité physique auprès des jeunes.

Marie-Pierre Arsenault et Guy Thibault