

L'activité physique et l'emploi des fonds publics

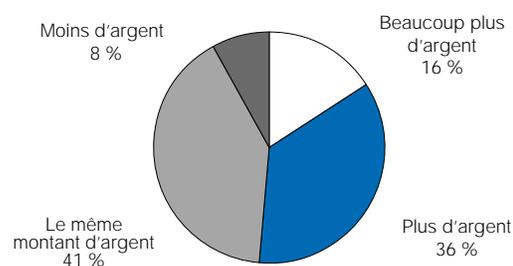
Il existe toute une documentation portant sur le fait que l'activité physique contribue à réduire les maladies chroniques et procure un vaste éventail de bienfaits pour la santé^{1,2}. Au Canada, la diminution de l'inactivité physique survenue de 1981 à 1995 a entraîné une baisse importante, au sein de la population, des risques estimatifs de décès prématuré causé par un mode de vie inactif : 8 % de moins de décès en raison de la coronaropathie, 4 % de moins de décès en raison du diabète de type II et 7 % de moins de décès en raison du cancer du côlon³. La baisse de ces grands risques pour la santé entraîne des économies considérables dans le coût des soins de la santé à l'échelle du pays.

En 1995, les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux ont reconnu que l'inactivité physique sapait la santé de la population canadienne et ont vu, dans une action concertée en vue de la réduire, le potentiel de contenir le coût des soins de la santé⁴. Par ailleurs, la plupart des gens au Canada (85 %) ont une opinion très positive de l'activité physique et, en général, plus de 90 % d'entre eux reconnaissent les avantages qu'elle procure (Bulletins n^{os} 25 et 26).

Les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux souhaitent vivement déterminer si la population canadienne désirent maintenir et accroître l'appui offert aux initiatives d'activité physique en raison du lien établi entre l'activité physique et la santé et de l'engagement, qu'ils venaient de prendre, de réduire le niveau d'inactivité physique au sein de la population. À cette fin, on a examiné dans le cadre du Sondage indicateur de l'activité physique en 1997 si, de l'avis de la population, les sommes que les gouvernements consacraient aux services, installations et pro-

Figure 1

OPINIONS SUR LES FONDS PUBLICS À CONSACRER À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE adultes de 18 ans ou plus



Sondage indicateur de l'activité physique en 1997, ICRCPMV

grammes soutenant l'activité physique devraient augmenter, diminuer ou demeurer identiques.

Comme l'indique la Figure 1, la vaste majorité de la population canadienne (93 %) estime que les sommes affectées au soutien de l'activité physique devraient augmenter ou demeurer identiques. En fait, 16 % des gens au Canada sont d'avis qu'il faudrait investir *beaucoup plus* d'argent dans les initiatives d'activité physique et 36 % jugent qu'il faudrait allouer *plus* d'argent à ce secteur. Le reste, soit 41 % de la population, considère que les gouvernements devraient maintenir au niveau actuel leurs dépenses dans le secteur de l'activité physique. Bref, très peu de gens au Canada pensent que les montants investis dans ce secteur vital devraient diminuer, malgré les pressions à la baisse exercées sur les budgets de l'activité physique et de la promotion de la santé à tous les paliers gouvernementaux. À l'heure actuelle, les montants que les gouvernements municipaux, provinciaux et territoriaux consacrent à l'activité physique varient sensiblement dans tout le pays tandis que, au niveau



fédéral, Santé Canada maintient ses dépenses annuelles dans ce secteur à 10 millions de dollars après une baisse de 25 % depuis les années 1980⁵.

Ces résultats donnent une orientation et un soutien importants aux initiatives des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux portant sur l'activité physique. À vrai dire, un soutien général si vaste est de bon augure quant à la capacité de ces gouvernements d'implanter des initiatives en vue d'atteindre le but commun qu'ils se sont fixé, soit réduire de 10 % le niveau d'inactivité physique de la population d'ici à l'an 2003⁶.

Différences selon l'âge et le sexe

Il existe des différences légères mais significatives entre les opinions des hommes et des femmes sur les montants alloués par les gouvernements à l'activité physique. Alors que les hommes sont plus portés que les femmes à se prononcer en faveur d'une augmentation des dépenses consacrées aux services, installations et programmes d'activité physique, les femmes ont plus tendance que les hommes à déclarer que les montants de ces dépenses devraient demeurer identiques. Malgré ces différences, peu d'hommes et de femmes estiment que les montants de ces dépenses devraient baisser. Les différences d'opinions entre les sexes peuvent, dans une certaine mesure, refléter les différences qui se manifestent entre eux sur le plan de la participation aux activités physiques les plus répandues, les hommes étant plus nombreux que les femmes à s'adonner à des sports ou à des activités qui, comme la bicyclette, requièrent des installations ou des pistes bénéficiant directement de l'appui des fonds publics.

Bien que chez les adultes de tous les âges se manifeste la même tendance à dire qu'il faudrait allouer *beaucoup plus* de dollars d'impôt aux initiatives d'activité physique, il existe des différences liées à l'âge entre les opinions en faveur d'une simple augmentation de ces dépenses et celles préconisant le maintien de ces dépenses au niveau actuel. Parmi les groupes d'âge les plus jeunes, les gens sont plus portés à penser que les gouvernements devraient consacrer *plus* de fonds au soutien de l'activité physique et tendent moins à dire que les montants de ces dépenses devraient demeurer identiques. Quant aux aînés, les activités auxquelles ils se livrent couramment (soit la marche, les exercices à la maison et le golf) ayant tendance à nécessiter relativement peu de services, de programmes et

d'installations, il est possible qu'ils estiment que la pratique de leurs activités nécessite moins le soutien des services gouvernementaux. Par ailleurs, le grand appui accordé par les jeunes adultes à l'augmentation des dépenses peut correspondre aux plus hauts taux, dont ils ont fait part, de participation à des activités structurées (comme les sports) et à des activités (comme la bicyclette en tant que moyen de transport) qu'une infrastructure de soutien, comme des pistes ou des voies réservées, rend plus sûres.

Différences socio-économiques

Les personnes qui ont un niveau d'études inférieur au diplôme d'études secondaires sont celles qui ont le plus tendance à déclarer que les gouvernements devraient investir *beaucoup plus* de fonds dans les services, installations et programmes d'activité physique (27 % par rapport à 13 à 15 % parmi les personnes dont le niveau d'études est supérieur). Des résultats semblables apparaissent quant au niveau de revenu : les gens dont les catégories de revenu sont basses ont plus tendance à déclarer qu'il faudrait allouer beaucoup plus de fonds à l'activité physique. Ces résultats peuvent, dans une certaine mesure, refléter le fait que les personnes dont les niveaux d'études et de revenu sont plus hauts perçoivent un moins grand nombre d'obstacles à la participation (Bulletin n° 4) et qu'elles sont plus en mesure d'opter pour, et de payer, des services, des programmes et des installations privés.

En comparaison des personnes appartenant aux autres catégories d'occupation, les étudiants tendent le plus à se prononcer en faveur d'une augmentation des dépenses gouvernementales destinées à l'activité physique. Vu l'interaction existant entre l'occupation, l'âge et le niveau de revenu, cette différence peut être attribuable en partie à des rapports sous-jacents liés à l'âge et au niveau de revenu. Les étudiants ayant tendance à être principalement des jeunes adultes et des personnes dont le niveau de revenu est bas, cela peut se refléter, du moins jusqu'à un certain point, dans le plus grand appui qu'ils accordent, par rapport au reste de la population, à l'augmentation des dépenses gouvernementales dans le secteur de l'activité physique.

Plus les gens vivent dans une grande communauté, plus ils ont tendance à penser que les gouvernements devraient investir plus de fonds publics dans le secteur de l'activité physique. Malgré l'interaction existant entre l'envergure de la commu-

nauté, l'âge, le niveau d'études et le niveau de revenu, le rapport entre l'envergure de la communauté et l'opinion des gens sur les dépenses gouvernementales ne semble pas dépendre de ces facteurs. L'opinion selon laquelle les fonds publics affectés à l'activité physique devraient augmenter peut refléter un plus grand besoin, dans les grandes communautés que dans les petites, d'une infrastructure de soutien, telle que des pistes cyclables, et une plus grande demande de services, d'installations et de programmes à prix abordable (Bulletin n° 28).

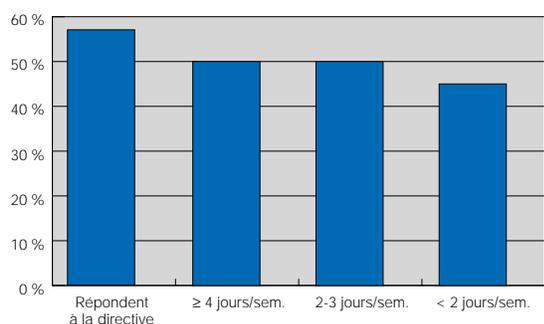
La situation de famille des gens influe sur l'opinion qu'ils ont de l'appui que prêtent les gouvernements à l'activité physique. Les personnes qui n'ont jamais été mariées, parmi lesquelles figurent beaucoup de jeunes adultes, sont plus portées que les autres à penser que les gouvernements devraient allouer plus de fonds aux initiatives d'activité physique. Par contre, les personnes mariées ou vivant à deux sont celles qui tendent le moins à avoir cette opinion. Indépendamment de leur situation de famille, les adultes sont uniformément d'avis que les gouvernements devraient maintenir ou accroître les dépenses dans ce secteur.

Niveau d'activité

En comparaison des personnes physiquement inactives, les personnes actives tendent à penser que les dépenses gouvernementales devraient augmenter dans le secteur de l'activité physique. Cette constatation est vraie que l'on se base sur la définition du niveau d'activité en fonction de la dépense de calories qu'entraîne l'activité physique ou sur la conformité ou non des gens aux lignes directrices du Guide d'activité physique canadien (Figure 2).

Figure 2

OPINIONS EN FAVEUR D'UNE AUGMENTATION DES DÉPENSES selon la conformité au Guide d'activité physique



Sondage indicateur de l'activité physique en 1997, ICRCPMV

Cela est peut-être attribuable au fait que, en faisant de l'activité physique, les gens se rendent compte que la pratique de l'activité physique nécessite le soutien de services, d'installations et de programmes publics. Par exemple, les gens qui choisissent d'utiliser la bicyclette comme mode de transport ont le plus tendance à dire que l'accès à des pistes, à des sentiers et à des espaces verts est une forme de soutien importante qui les aide à être actifs; ils sont suivis des gens qui se déplacent à pied (Bulletin n° 29). De plus, vu que les personnes actives sont plus portées que les autres à croire que l'activité physique est quelque chose de très important pour la santé (Bulletin n° 25), au moins une partie de la demande d'augmentation des dépenses peut être liée à une demande d'augmentation des dépenses favorisant la santé de la population. Mais ce n'est là qu'un élément de la réponse puisque la moitié des gens qui sont actuellement inactifs sont également en faveur du fait que les gouvernements allouent plus de fonds publics aux services, installations et programmes d'activité physique.

Comment faire une différence?

La population canadienne a manifestement déclaré qu'elle est consciente de l'importance que revêt l'activité physique pour la santé et le bien-être et qu'elle croit que les dollars qu'elle paie en impôt devraient servir à soutenir un mode de vie sain et actif au Canada. En conséquence, comment les gouvernements peuvent-ils mieux orienter leurs dépenses actuelles et futures dans ce secteur important? Pour faire une différence, les gouvernements — en réalité, les décideurs et les professionnels de tous les secteurs — devraient adopter une approche équilibrée

- en créant des milieux plus propices à l'activité physique,
- en engageant les gens à opter pour des choix actifs
- et en s'assurant qu'il y a suffisamment de ressources financières et humaines pour pouvoir concerner les efforts dans le but d'engager les gens dans l'activité physique et de créer des milieux soutenant l'activité physique.

Pour passer de la théorie à l'action, les professionnels et décideurs peuvent :

- réviser, perfectionner et adopter des politiques et des lois soutenant l'activité physique afin d'exercer une influence positive sur les milieux

physiques et sociaux dans lesquels la population canadienne travaille, vit et se distrait;

- examiner la conception des communautés locales en vue d'identifier et de mettre en oeuvre des changements soutenant la pratique d'activités physiques sûres et à un coût abordable;
- concevoir des programmes d'incitation innovateurs pour le milieu du travail, les écoles et les quartiers, ainsi que des dispositions dans le milieu des soins de la santé encourageant les gens à adopter et à conserver un mode de vie plus actif et les appuyant dans ce sens; identifier les obstacles à l'activité physique dans chacun de ces milieux et trouver des moyens pour les réduire;
- travailler de concert avec les professionnels d'autres secteurs pour équilibrer les ressources à l'aide d'efforts communs, en s'assurant que la population canadienne reçoit des messages cohérents de diverses sources et en recourant à différents moyens de communication pour cibler des groupes spécifiques que les moyens traditionnels permettent difficilement d'atteindre;
- créer des stratégies d'information exhaustives qui indiquent aux gens comment franchir les premières étapes pour devenir plus actifs et qui engagent ceux qui sont déjà actifs à le demeurer et à éviter des rechutes éventuelles; fixer aux gens des buts de participation qui leur procurent des avantages importants sur le plan de la santé —par exemple, le but fixé pour les adultes dans le Guide d'activité physique canadien.

Pour commander d'autres bulletins de cette série ou pour obtenir des tableaux détaillés sur le sujet présenté dans le présent bulletin, veuillez écrire à :

l'Institut canadien de la recherche sur
la condition physique et le mode de vie
185, rue Somerset ouest, bureau 201
Ottawa (Ontario)
K2P 0J2
téléphone : (613) 233-5528
télécopieur : (613) 233-5536
info@icrcp.ca

Subventionné en partie par Santé Canada

Références

- ¹ The Consensus Statement. (1994). Dans C. Bouchard, R.J. Shephard, & T. Stephens (éditeurs), *Physical activity, fitness and health: International proceedings and consensus statement*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- ² International Society of Sport Psychology. (1991). Physical activity and psychological benefits (Position statement). *ISSP Newsletter*, 2, 1-3.
- ³ Craig, C.L., Russell, S.J., Cameron, C., & Beaulieu, A. (1998). *Données repères sur l'activité physique en 1997*. Ottawa, Ont. : Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie.
- ⁴ Comité fédéral, provincial et territorial de la condition physique et des loisirs. (1996). *Un cadre d'action contre la sédentarité*. Ottawa, Ont. : Santé Canada.
- ⁵ Kennedy, M., & Starnes, R. (29 mai 1998). Fitness groups get second wind. *The Ottawa Citizen*, p. A2.
- ⁶ Communiqué. (8 août 1997). Rencontre des ministres fédéraux, provinciaux et territoriaux, Clear Lake, Manitoba.

Publié en novembre 1998

Sommes à consacrer à l'activité physique

Sondage indicateur de l'activité physique en 1997

	<i>Beaucoup plus d'argent</i>	<i>Plus d'argent</i>	<i>Le même montant</i>	<i>Moins d'argent</i>
TOTAL, 18 ANS ET PLUS	16 %	36 %	41 %	8 %
<i>femmes</i>	14	34	44	7
<i>hommes</i>	17	37	37	9
18-24	15	48	32	—
<i>femmes</i>	—	44	37	—
<i>hommes</i>	—	51	—	—
25-44	17	38	39	6
<i>femmes</i>	15	39	42	—
<i>hommes</i>	20	37	36	8
45-64	14	31	44	11
<i>femmes</i>	15	28	48	—
<i>hommes</i>	14	35	39	—
65+	—	27	48	—
<i>femmes</i>	—	—	50	—
<i>hommes</i>	—	—	—	—
NIVEAU D'INSTRUCTION				
<i>Inférieur au secondaire</i>	22	33	38	8
<i>Secondaire</i>	13	39	39	9
<i>Collégial</i>	15	34	45	—
<i>Universitaire</i>	15	36	41	8
REVENU FAMILIAL				
< 20 000 \$	21	40	32	—
20 000 \$ - 39 999 \$	16	37	40	7
40 000 \$ - 59 999 \$	13	38	42	—
≥ 60 000 \$	12	35	43	10
SITUATION D'EMPLOI				
<i>Employé à temps plein</i>	14	37	41	8
<i>Employé à temps partiel</i>	17	34	43	—
<i>Sans-emploi</i>	22	38	—	—
<i>Personne au foyer</i>	—	26	53	—
<i>Étudiant</i>	22	49	26	—
<i>Retraité</i>	16	29	42	—
POPULATION DE LA LOCALITÉ				
< 1 000	13	33	39	15
1 000 - 9 999	14	34	41	11
10 000 - 74 999	16	34	45	—
75 000 - 299 999	12	43	37	—
≥ 300 000	20	34	39	—

— L'insuffisance de l'échantillon ne permet pas la publication de ces données.

(suite)

	Beaucoup plus d'argent	Plus d'argent	Le même montant	Moins d'argent
COMPOSITION DE LA FAMILLE				
<i>Personne avec conjoint</i>	14 %	32 %	45 %	9 %
<i>avec enfants au foyer</i>	11	32	47	9
<i>sans enfants au foyer</i>	16	32	44	9
<i>... veuve, divorcée ou séparée</i>	18	35	38	9
<i>avec enfants au foyer</i>	–	–	36	–
<i>sans enfants au foyer</i>	18	33	38	–
<i>... jamais mariée</i>	20	47	28	5
<i>avec enfants au foyer</i>	–	–	–	–
<i>sans enfants au foyer</i>	21	47	26	–
DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE				
<i>Actifs (≥3 KKJ¹)</i>	20	39	36	5
<i>Modérément actifs (1,5-2,9 KKJ)</i>	13	36	46	–
<i>Peu actifs (0,5-1,4 KKJ)</i>	10	37	43	11
<i>Inactifs (<0,5 KKJ)</i>	21	24	37	18
GUIDE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE				
<i>Répondent à la directive²</i>	17	39	38	6
<i>≥ 4 jours/semaine</i>	13	36	43	8
<i>2-3 jours/semaine</i>	16	34	43	–
<i>< 2 jours/semaine</i>	17	28	40	15

1 Kilocalories/kilogramme de poids/jour; une dépense énergétique de 3 KKJ correspond à une marche d'une heure chaque jour.

2 Se conforment aux lignes directrices du Guide d'activité physique canadien portant sur la quantité suffisante d'activité physique hebdomadaire qui procure un vaste éventail de bénéfices pour la santé. Ce guide préconise SOIT 60 minutes d'activité d'intensité légère à vigoureuse tous les jours, SOIT 30 minutes d'activité d'intensité modérée 4 jours par semaine, OU SOIT 20 minutes d'activité vigoureuse 4 jours par semaine. Bien que le Guide d'activité physique canadien ait été conçu pour les adultes de 25 à 55 ans, on l'applique ici à tous les adultes de 18 ans ou plus aux fins de comparaisons relatives entre les groupes démographiques.

– L'insuffisance de l'échantillon ne permet pas la publication de ces données.