

## Les préoccupations parentales en tant qu'obstacles à la pratique de l'activité physique chez les enfants et adolescents

VOLUME 14, NUMÉRO 7 - 2017

Par Emilie Belley Ranger \*

Ce bulletin est produit pour les besoins spécifiques d'un de nos partenaires. Exceptionnellement, il est repris dans son intégralité scientifique. Le lecteur y retrouvera la pertinence concernant les préoccupations visant à soutenir la pratique d'activité physique (AP) chez les enfants et adolescents.

L'auteure explore la diversité des préoccupations parentales en matière de sécurité, les effets de la surprotection parentale sur le jeu et l'activité physique (AP), les effets de la surprotection parentale sur le transport actif et les effets du soutien parental à la pratique de l'AP des enfants et adolescents.

Les éléments de conclusion invitent à réserver du temps au jeu non structuré et au jeu structuré afin de promouvoir un mode de vie physiquement actif.

Veillez noter que la bibliographie complète est disponible à la fin de ce bulletin.

Selon la norme canadienne, les enfants âgés de 5 à 17 ans devraient faire 60 minutes d'activité physique (AP) quotidienne, d'intensité moyenne à élevée (APMÉ). Or, seulement 9 % des Canadiens satisfont à cette norme (ParticipACTION, 2015). L'APMÉ diminue entre l'enfance et l'adolescence et entre l'adolescence et le début de l'âge adulte (Bradley, McRitchie, Houts, Nader & O'Brien, 2011; Ortega et coll., 2013). En contrepartie, la sédentarité augmente entre l'enfance et l'adolescence, mais aucun changement ne s'observe entre l'adolescence et le début de l'âge adulte (Ortega et coll., 2013). En comparant les filles avec les garçons, on constate que, déjà vers l'âge de 6 ans, les filles sont moins engagées dans l'APMÉ que les garçons (Langer, Crain, Senso, Levy & Sherwood, 2014). À l'adolescence, l'APMÉ des filles et leur participation à des sports organisés diminuent alors que la marche et le vélo augmentent sur une période de deux ans (Saunders, Hume, Timperio & Salmon, 2012).

Ces constats sont d'autant plus consternants que les bénéfices de l'AP sont avérés pour tous. L'AP

contribue à une meilleure santé physique (cardiovasculaire et métabolique) et favorise la santé mentale et émotionnelle (diminution de l'anxiété et de la dépression, augmentation des habiletés sociales) (McPhie & Rawana, 2015). Pour sa part, le jeu en plein air procure des bienfaits, notamment la prévention de la myopie et une meilleure défense immunitaire (Ferland, 2012), et il est lié à de meilleurs résultats scolaires, notamment en mathématiques (Domazet et coll., 2016). Le jeu actif contribue au développement d'habiletés, de la confiance en soi, de la capacité à résoudre des problèmes et de la capacité à connaître ses propres limites (ParticipACTION, 2015).

Plusieurs facteurs contribuent à la diminution marquée de l'AP, en particulier la présence continue des écrans et les préoccupations parentales en matière de sécurité. La surprotection vise bien sûr la sécurité des enfants, mais la prise de risques et les défis jouent un rôle important dans le jeu de l'enfant et dans son développement (Sandseter & Sando, 2016). Le jeu

est utile pour tester ses propres limites ou développer ses habiletés motrices (Dugas & Point, 2014; Sandseter & Sando, 2016; Shackell, Butler, Doyle & Ball, 2008). De même, les bénéfices santé du jeu risqué sont supérieurs aux bénéfices de l'évitement du jeu extérieur risqué (Brussoni et coll., 2015).

Bien que les contraintes de sécurité concernent à la fois les parents et les intervenants, nous allons nous attarder dans ce bulletin aux préoccupations parentales. Nous allons les explorer en tant qu'obstacles à la pratique de l'AP chez les enfants et les adolescents.

## **DIVERSITÉ DES PRÉOCCUPATIONS PARENTALES EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**

Dans la littérature consultée, il est question de surprotection parentale, d'hyperparents et de parents hélicoptères. ParticipACTION (2015) résume l'objectif de la surprotection parentale comme visant à assurer la sécurité des jeunes en les gardant soient à proximité ou à l'intérieur du domicile. Pour Janssen (2015), les parents hélicoptères montrent une forme d'hyperparentalité. Les parents hélicoptères essaient de résoudre les problèmes de leurs enfants et de les protéger de tous dangers tandis que l'hyperparentalité se résultant d'un côté de la prise en charge complète des responsabilités des enfants jusqu'à de l'autre côté à des exigences de performances élevées à l'égard des enfants (Janssen, 2015). Or, cette surprotection peut nuire à la résilience de ces enfants et favoriser l'apparition de maladies chroniques (ParticipACTION, 2015). Divers auteurs considèrent que le style parental des « parents hélicoptères » est lié à une hausse de la dépression et à une diminution de la satisfaction envers la vie, ainsi qu'à une baisse de l'autonomie (Schiffrin et coll., 2014). Ces auteurs mentionnent aussi que ce style parental va à l'encontre du développement de compétences, de la confiance et du bien-être.

Une étude menée auprès de jeunes adultes fait ressortir que les préoccupations parentales sont liées aux exigences de la société moderne (Carver, Timperio, & Crawford, 2008; Holt, Lee, Millar, & Spence, 2015; Inter IKEA Systems, 2015). De jeunes adultes ont constaté que durant leur

enfance et leur adolescence, la communauté veillait sur tous les jeunes, ce qui renforçait la perception de la sécurité. L'effritement de la cohésion sociale au sein de la communauté force alors les parents à ne compter que sur eux-mêmes pour la sécurité de leurs enfants (Holt et coll., 2015). Malgré le mythe de la sécurité en milieu rural, ces préoccupations sont également présentes dans ce milieu (Lee et coll., 2015).

Les préoccupations parentales plus nuancées que l'hyperparentalité, quant à elles, ont trait aux craintes des parents à l'égard de la sécurité de leur(s) enfant(s) consistant en majeures parties les craignes liées au danger de la route et à l'égard des étrangers (Carver, Timperio, & Crawford, 2008). La littérature montre plusieurs types de préoccupations, notamment à l'égard de l'environnement bâti, de l'espace public, de l'environnement social, des obligations scolaires et des conditions météorologiques. L'environnement bâti regroupe à la fois l'espace public et la sécurité routière (Boekhoven, 2009). Par ailleurs, les enfants qui vivent dans le même quartier depuis plus de neuf ans ont une plus grande mobilité indépendante, ce qui suggère que la confiance dans l'environnement bâti est plus grande (Mittra, Faulkner, Buliung, & Stone, 2014). Cela s'applique également aux enfants d'âge moyen de 11 ans (Santos, Pizarro, Mota & Marques, 2013) et aux adolescents (Esteban-Cornejo et coll., 2016).

La mobilité indépendante se définit comme la liberté d'un enfant de se déplacer dans son quartier sans la supervision d'un adulte (ParticipACTION, 2016). Elle contribue à une pratique accrue de l'AP (Stone, 2014) et au transport actif (Carver, Timperio, Hesketh & Crawford, 2010). Il a été constaté que les préoccupations parentales limitent la mobilité indépendante des enfants d'âge scolaire (Carroll, Witten, Kearns & Donovan, 2015). La sécurité routière (Boekhoven, 2009; Carver et coll., 2008), la densité de la circulation automobile (Lee et coll., 2015; Noonan, Boddy, Knowles, & Fairclough, 2016) et la distance des aires de jeu (Grzywacz, Arcury, Trejo, & Quandt, 2016) complètent les préoccupations parentales liées à l'environnement bâti.

L'environnement social renvoie essentiellement à la peur des étrangers et aux conséquences possibles des rencontres avec ces derniers (Carver et coll., 2008). Un environnement social connu et perçu comme sécuritaire favorise la pratique de l'AP tant chez les enfants (Mitra et coll., 2014) que chez les adolescents (Esteban-Cornejo et coll., 2016; Saimon, Choo & Bulgiba, 2015). En revanche, ne pas connaître le voisinage nuit à la pratique de l'AP (Grzywacz et coll., 2016). Les étrangers, les actes criminels (D'Haese, Van Dyck, De Bourdeaudhuij, Deforche & Cardon, 2015; Noonan et coll., 2016), la peur de l'enlèvement et l'intimidation (Lee et coll., 2015; Inter IKEA Systems, 2015) sont toutes des formes de craintes relatives à l'environnement social.

Les obligations scolaires (Saimon et coll., 2015) et les mauvaises conditions météorologiques constituent également des contraintes tant pour de jeunes enfants d'âge préscolaire (Grzywacz et coll., 2016) que pour des adolescents (Saimon et coll., 2015). Pour pallier ce sentiment d'insécurité, les parents renforcent leur surveillance en imposant des limites de temps et d'espace, en reconduisant leurs enfants et adolescents dans des lieux précis, en sélectionnant certains amis et en leur fournissant un téléphone cellulaire (Lee et coll., 2015).

### **EFFETS DE LA SURPROTECTION PARENTALE SUR LE JEU ET L'AP**

Des parents d'enfants d'âge préscolaire ont identifié plusieurs pratiques parentales pouvant affecter la pratique de l'AP chez leurs enfants. Les attentes et la perception des parents en matière de sécurité de leur quartier sont des facteurs qui influencent l'acquisition des habiletés motrices (Québec en Forme, 2012). La préoccupation à l'égard de la sécurité affecte négativement la pratique de l'AP (Suen, Cerin & Wu, 2015). Elle l'entrave carrément chez les jeunes (Carver et coll., 2008; Inter IKEA Systems, 2015; Jeunes en forme, 2012; Saimon et coll., 2015) alors que le jeu en plein air sans supervision parentale la favorise (Schoeppe, Duncan, Badland, Oliver & Browne, 2014).

Les préoccupations parentales s'exercent par l'évitement du jeu à l'extérieur ou une surveillance accrue. Elles limitent le temps de jeu

à l'extérieur (Shackell et coll., 2008), l'activité physique (Québec en Forme, 2012b) et l'AP en milieu naturel (Suzuki, 2012). Les contraintes associées à la surveillance font partie des prédicteurs de l'AP chez les enfants de 9 à 12 ans (Tung, Ng, Chin & Taib, 2016). Une faible crainte de la criminalité, une faible connectivité des rues et l'accessibilité à des terrains variés (pistes cyclables, trottoirs, équipements récréatifs, etc.) favorisent chez les enfants la pratique de l'AP dans les rues avoisinantes et dans le quartier (D'Haese et coll., 2015).

Les préoccupations semblent liées également au genre et à l'âge. Ainsi, les parents des filles affichent davantage de contraintes liées aux activités à l'extérieur comparativement aux garçons (Carver et coll., 2010). Les parents de filles semblent accorder plus d'importance à l'environnement social dans les parcs alors que les parents de garçons semblent plus concernés par la sécurité liée à l'environnement dans les espaces de jeu ouverts et non structurés. Il en ressort que d'une part les préoccupations parentales sont genrées et que d'autre part le choix des lieux par les enfants l'est peut-être tout autant (Fueyo et coll., 2016). Relativement à l'âge, les parents d'enfants présentent plus de comportements d'évitement et de supervision que les parents d'adolescents (Carver et coll., 2010). Malgré tout, la surprotection parentale peut constituer un enjeu à l'adolescence à un moment où les jeunes désirent acquérir davantage d'autonomie (Inter Ikea Systems, 2015). Le milieu joue également un rôle dans la pratique de l'AP. En milieu défavorisé, les contraintes parentales semblent avoir un effet moindre sur la pratique de l'AP des enfants que dans les milieux mieux nantis (Noonan et coll., 2016).

Plus fort encore, la surprotection parentale et l'hyperparentalité constituent des obstacles majeurs au jeu libre (Janssen, 2015; Lee et coll., 2015). Plus précisément, la surprotection parentale restreint l'autonomie et la capacité d'autorégulation et le développement des enfants (Projet Espaces, 2015). À l'inverse, les perceptions du soutien des parents à l'autonomie de jeunes adolescents (10 à 14 ans) sont indirectement liées à l'intention de ces derniers de participer à des activités extérieures non

compétitives (Christiana, Davis, Wilson, McCarty & Green, 2014). Les enfants devraient avoir la possibilité de prendre des risques et de tester leurs limites (Projet Espaces, 2015), ce qui permet de développer une plus grande résilience (Inter Ikea Systems, 2015).

Toutefois, les effets des préoccupations parentales sur la pratique de l'AP ne font pas consensus dans la littérature. Des études n'ont trouvé aucun lien significatif entre les perceptions parentales inclinant à redouter le crime et les étrangers et l'APMÉ d'enfants âgés de 6 à 11 ans (Kneeshaw-Price et coll., 2015), et entre les perceptions parentales à l'égard de la sécurité du voisinage, la qualité de l'environnement pour la marche et la cohésion sociale et l'APMÉ d'enfants de 9 à 11 ans (Uys et coll., 2016). Des paramètres méthodologiques pourraient expliquer ce manque de consensus.

### **EFFETS DE LA SURPROTECTION PARENTALE SUR LE TRANSPORT ACTIF**

Le transport actif contribue à augmenter la pratique de l'AP (Lalonde & Robitaille, 2014; Larouche, Saunders, Faulkner, Colley & Tremblay, 2014; Pica et coll., 2012). Plusieurs études voient un lien entre les préoccupations parentales et le transport actif des enfants et adolescents. La perception de la sécurité constitue un frein à l'activité physique et au transport actif des jeunes (Carver et coll., 2008; Janssen, 2015; Québec en Forme, 2012b), même si une revue systématique de la littérature montre que les bénéfices de l'AP et du transport actif pour la santé compensent largement les risques liés à la pollution et aux blessures (Mueller et coll., 2015). Plus précisément, le transport actif des adolescents est positivement lié à la perception de la sécurité routière (trafic), à la sécurité vis-à-vis des étrangers et à une faible perception de la criminalité (Esteban-Cornejo et coll., 2016). Une autre étude nuance cette observation en affirmant que les contraintes parentales freinent le transport actif des enfants et des adolescents excepté les adolescents garçons (Carver et coll., 2010).

En revanche, une étude auprès d'enfants de 9 à 11 ans montre l'absence de lien entre les pratiques parentales d'AP et le transport actif (Jago et coll.,

2014). Cela suggère que d'autres paramètres sont en jeu pour expliquer le choix d'un mode de transport actif ou passif vers l'école; la distance entre la maison et l'école est en fait le meilleur prédicteur du transport actif. C'est ce que corrobore Fueyo (2016) en mentionnant que la distance entre le domicile et le parc est corrélée négativement avec l'utilisation du parc par des enfants de 9 à 11 ans.

### **EFFETS DU SOUTIEN PARENTAL À LA PRATIQUE DE L'AP DES ENFANTS ET ADOLESCENTS**

Les parents ont en leurs possessions des moyens de favoriser la pratique d'AP via un support parental à l'AP et via leur propre pratique d'AP. En effet, plusieurs études montrent des liens entre le support parental et l'AP de leurs enfants (Langer et coll., 2014; McKee, Murtagh, Boreham, Nevill & Murphy, 2012; Morrissey, Janz, Letuchy, Francis & Levy, 2015; Yao & Rhodes, 2015). Néanmoins, l'influence parentale et l'influence des pairs varient selon le genre et l'âge et s'inscrivent dans un processus de maturation selon une étude longitudinale. À l'adolescence, le soutien parental est moins influent que le soutien des pairs notamment car l'importance accordée au soutien familial décroît avec l'âge (Morrissey et coll., 2015). Quand le soutien des parents est apparent, des auteurs soutiennent que c'est le soutien du parent de même sexe qui est associé à l'AP (Kirby, Levin & Inchley, 2011). Ainsi, davantage de recherches sont nécessaires en ce sens (Davids & Roman, 2014).

La pratique de l'AP des parents et même la pratique conjointe de l'AP entre parents et enfants renforcent la pratique de l'AP de ces derniers (Li, Kwan, King-Dowling & Cairney, 2015; McKee et coll., 2012; Sebire et coll., 2016). Toutefois, des auteurs ont cependant relevé la piètre qualité de certaines études s'intéressant à l'influence de la pratique de l'AP des parents sur leurs enfants (Troost, McDonald, & Cohen, 2013).

### **CONCLUSION**

D'autres recherches longitudinales sont requises pour mieux comprendre les facteurs les plus importants pour prédire l'AP chez les jeunes enfants (Li et coll., 2015), le transport actif et son

effet sur l'AP, et comment la mobilité indépendante des enfants soutient le jeu actif (ParticipACTION, 2016). Il convient de réserver du temps au jeu non structuré à l'extérieur et au jeu structuré afin de promouvoir un mode de vie physiquement actif (Gray et coll., 2015).

Dans les espaces publics, il convient d'aménager des aires de jeu permettant aux enfants d'expérimenter des risques et des défis. Les enfants doivent apprendre à gérer certains risques eux-mêmes. C'est une part essentielle de la croissance et de la maturation, et le jeu doit être considéré comme un moyen privilégié de développement. Il devient alors essentiel de ne pas retirer le risque du jeu et de ne pas aseptiser le jeu (Shackell et coll., 2008). Une solution passe par le développement ou la modification des environnements bâtis visant à atténuer les préoccupations parentales liées à la sécurité de leurs enfants (ParticipACTION, 2016).

## RÉFÉRENCES

- Boekhoven, B. (2009). Danger! Enfants en jeu? Occupation des temps libres des enfants et des adolescents *Tendances contemporaines de la famille* (pp. 29). Ottawa : Institut Vanier de la famille.
- Bradley, R., McRitchie, S., Houts, R., Nader, P., & O'Brien, M. (2011). Parenting and the decline of physical activity from age 9 to 15. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 33.
- Brussoni, M., Gibbons, R., Gray, C., Ishikawa, T., Sandseter, E. B. H., Bienenstock, A., . . . Janssen, I. (2015). What is the relationship between risky outdoor play and health in children? A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 12(6), 6423-6454.
- Carroll, P., Witten, K., Kearns, R., & Donovan, P. (2015). Kids in the City: children's use and experiences of urban neighbourhoods in Auckland, New Zealand. *Journal of Urban Design*, 20(4), 417-436.
- Carver, A., Timperio, A., & Crawford, D. (2008). Playing it safe: The influence of neighbourhood safety on children's physical activity—A review. *Health & Place*, 14(2), 217-227.
- Carver, A., Timperio, A., Hesketh, K., & Crawford, D. (2010). Are children and adolescents less active if parents restrict their physical activity and active transport due to perceived risk? *Social Science & Medicine*, 70(11), 1799-1805. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.02.010>
- Christiana, R. W., Davis, M., Wilson, M. G., McCarty, F. A., & Green, G. T. (2014). Factors Related to Rural Young Adolescents' Participation in Outdoor, Noncompetitive Physical Activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(4), 509-518. doi: 10.1080/02701367.2014.961049
- D'Haese, S., Van Dyck, D., De Bourdeaudhuij, I., Deforche, B., & Cardon, G. (2015). The association between the parental perception of the physical neighborhood environment and children's location-specific physical activity. *BMC Public Health*, 15(1), 1.
- Dauids, E. L., & Roman, N. V. (2014). A systematic review of the relationship between parenting styles and children's physical activity. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, 20(Supplement 2: 1), 228-246.
- Domazet, S. L., Tarp, J., Huang, T., Gejl, A. K., Andersen, L. B., Froberg, K., & Bugge, A. (2016). Associations of physical activity, sports participation and active commuting on mathematic performance and inhibitory control in adolescents. *PloS one*, 11(1), e0146319.
- Esteban-Cornejo, I., Carlson, J. A., Conway, T. L., Cain, K. L., Saelens, B. E., Frank, L. D., . . . Sallis, J. F. (2016). Parental and

- Adolescent Perceptions of Neighborhood Safety Related to Adolescents' Physical Activity in Their Neighborhood. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1-9. doi: 10.1080/02701367.2016.1153779
- Ferland, F. (2012). *Viens jouer dehors! : pour le plaisir et la santé*. Montréal: Éditions du CHU Sainte-Justine.
- Fondation David Suzuki. (2012). *Projet Nature, rapport final*. Vancouver: Fondation David Suzuki.
- Fueyo, J. L., Garcia, L. M. T., Mamondi, V., Alencar, G. P., Florindo, A. A., & Berra, S. (2016). Neighborhood and family perceived environments associated with children's physical activity and body mass index. *Preventive medicine*, 82, 35-41.
- Gray, C., Gibbons, R., Larouche, R., Sandseter, E. B. H., Bienenstock, A., Brussoni, M., . . . Pickett, W. (2015). What is the relationship between outdoor time and physical activity, sedentary behaviour, and physical fitness in children? A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 12(6), 6455-6474.
- Grzywacz, J. G., Arcury, T. A., Trejo, G., & Quandt, S. A. (2016). Latino Mothers in Farmworker Families' Beliefs About Preschool Children's Physical Activity and Play. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 18(1), 234-242.
- Holt, N. L., Lee, H., Millar, C. A., & Spence, J. C. (2015). 'Eyes on where children play': a retrospective study of active free play. *Children's Geographies*, 13(1), 73-88.
- Inter Ikea System (2015). *The Play Report 2015*. Leiden: Inter IKEA Systems.
- Jago, R., Wood, L., Sebire, S. J., Edwards, M. J., Davies, B., Banfield, K., . . . Montgomery, A. A. (2014). School travel mode, parenting practices and physical activity among UK Year 5 and 6 children. *BMC Public Health*, 14(1), 1.
- Janssen, I. (2015). Hyper-parenting is negatively associated with physical activity among 7-12year olds. *Preventive medicine*, 73, 55-59.
- Jeunes en forme Canada. (2012). *Le jeu actif est-il en voie d'extinction? Bulletin de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada*. Toronto.
- Kirby, J., Levin, K. A., & Inchley, J. (2011). Parental and peer influences on physical activity among Scottish adolescents: a longitudinal study. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(6), 785.
- Kneeshaw-Price, S. H., Saelens, B. E., Sallis, J. F., Frank, L. D., Grembowski, D. E., Hannon, P. A., . . . Chan, K. G. (2015). Neighborhood crime-related safety and its relation to children's physical activity. *Journal of Urban Health*, 92(3), 472-489.
- Lalonde, B., & Robitaille, É. (2014). *L'environnement bâti autour des écoles et les habitudes de vie des jeunes, État des connaissances et portrait au Québec* (pp. 63). Québec.
- Langer, S. L., Crain, A. L., Senso, M. M., Levy, R. L., & Sherwood, N. E. (2014). Predicting child physical activity and screen time: parental support for physical activity and general parenting styles. *Journal of pediatric psychology*, 39(6), 633-642.
- Larouche, R., Saunders, T. J., Faulkner, G. E. J., Colley, R., & Tremblay, M. (2014). Associations between active school transport and physical activity, body composition, and cardiovascular fitness: a systematic review of 68 studies. *Journal of physical activity & health*, 11(1).
- Lee, H., Tamminen, K. A., Clark, A. M., Slater, L., Spence, J. C., & Holt, N. L. (2015). A meta-study of qualitative research examining determinants of children's independent active free play. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 12, 5. doi: 10.1186/s12966-015-0165-9

- Li, Y.-C., Kwan, M. Y., King-Dowling, S., & Cairney, J. (2015). Determinants of physical activity during early childhood: A systematic review. *Advances in Physical Education*, 5(02), 116.
- McKee, D. P., Murtagh, E. M., Boreham, C., Nevill, A. M., & Murphy, M. H. (2012). Seasonal and annual variation in young children's physical activity. *Medicine and science in sports and exercise*, 44(7), 1318-1324.
- McPhie, M. L., & Rawana, J. S. (2015). The effect of physical activity on depression in adolescence and emerging adulthood: A growth-curve analysis. *Journal of adolescence*, 40, 83-92.
- Mitra, R., Faulkner, G. E., Buliung, R. N., & Stone, M. R. (2014). Do parental perceptions of the neighbourhood environment influence children's independent mobility? Evidence from Toronto, Canada. *Urban Studies*, 0042098013519140.
- Morrissey, J. L., Janz, K. F., Letuchy, E. M., Francis, S. L., & Levy, S. M. (2015). The effect of family and friend support on physical activity through adolescence: a longitudinal study. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 12(1), 103. doi: 10.1186/s12966-015-0265-6
- Mueller, N., Rojas-Rueda, D., Cole-Hunter, T., de Nazelle, A., Dons, E., Gerike, R., . . . Nieuwenhuijsen, M. (2015). Health impact assessment of active transportation: A systematic review. *Preventive medicine*, 76, 103-114.
- Noonan, R. J., Boddy, L. M., Knowles, Z. R., & Fairclough, S. J. (2016). Cross-sectional associations between high-deprivation home and neighbourhood environments, and health-related variables among Liverpool children. *BMJ open*, 6(1), e008693.
- Ortega, F. B., Konstabel, K., Pasquali, E., Ruiz, J. R., Hurtig-Wennlöf, A., Mäestu, J., . . . Labayen, I. (2013). Objectively measured physical activity and sedentary time during childhood, adolescence and young adulthood: a cohort study. *PloS one*, 8(4), e60871.
- ParticipACTION. (2015). Garder les enfants à l'intérieur: un plus grand risque. L'édition 2015 du Bulletin de l'activité physique chez les jeunes de ParticipACTION. Toronto: ParticipACTION.
- ParticipACTION. (2016). Les enfants canadiens sont-ils trop fatigués pour bouger? L'édition 2016 du Bulletin de l'activité physique chez les jeunes de ParticipACTION. Toronto: ParticipACTION.
- Pica, L., Traoré, I., Bernèche, F., Laprise, P., Cazale, L., Camirand, H., . . . autres, e. (2012). L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé physique et leurs habitudes de vie, Tome 1 (pp. 258). Québec: Institut de la statistique du Québec.
- Projet Espaces (2015). Tant qu'il y aura des enfants. Cadre de références des parcs et autres espaces publics pour le jeu libre et actif. Montréal: Alliance québécoise du loisir public.
- Québec en forme. (2012a). Pour que les jeunes acquièrent et perfectionnent leurs habiletés motrices (pp. 8). Québec.
- Québec en forme. (2012b). Pour que les jeunes soient physiquement actifs tous les jours (pp. 11). Québec.
- Saimon, R., Choo, W. Y., & Bulgiba, A. (2015). "Feeling Unsafe" A Photovoice Analysis of Factors Influencing Physical Activity Behavior Among Malaysian Adolescents. *Asia-Pacific journal of public health*, 27(2), NP2079-NP2092.
- Sandseter, E. B. H., & Sando, O. J. (2016). " We Don't Allow Children to Climb Trees": How a Focus on Safety Affects Norwegian Children's Play in Early-Childhood

Education and Care Settings. *American Journal of Play*, 8(2), 178.



- Santos, M. P., Pizarro, A. N., Mota, J., & Marques, E. A. (2013). Parental physical activity, safety perceptions and children's independent mobility. *BMC Public Health*, *13*, 584-584. doi: 10.1186/1471-2458-13-584
- Saunders, J., Hume, C., Timperio, A., & Salmon, J. (2012). Cross-sectional and longitudinal associations between parenting style and adolescent girls' physical activity. *Int J Behav Nutr Phys Act*, *9*, 141.
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, *23*(3), 548-557.
- Schoeppe, S., Duncan, M. J., Badland, H. M., Oliver, M., & Browne, M. (2014). Associations between children's independent mobility and physical activity. *BMC Public Health*, *14*(1), 1.
- Sebire, S. J., Jago, R., Wood, L., Thompson, J. L., Zahra, J., & Lawlor, D. A. (2016). Examining a conceptual model of parental nurturance, parenting practices and physical activity among 5-6 year olds. *Social Science & Medicine*, *148*, 18-24.
- Shackell, A., Butler, B., Doyle, P., & Ball, D. (2008). *Design for Play: A guide to creating successful play spaces*. London: Play England.
- Suen, Y.-n., Cerin, E., & Wu, S.-l. (2015). Parental practices encouraging and discouraging physical activity in Hong Kong chinese preschoolers. *Journal of physical activity & health*, *12*(3).
- Trost, S. G., McDonald, S., & Cohen, A. (2013). Measurement of general and specific approaches to physical activity parenting: A systematic review. *Childhood Obesity*, *9*(s1), S-40-S-50.
- Tung, S., Ng, X., Chin, Y., & Taib, M. (2016). Associations between parents' perception of neighbourhood environments and safety with physical activity of primary school children in Klang, Selangor, Malaysia. *Child: care, health and development*, *42*(4), 478-485.
- Uys, M., Broyles, S. T., Draper, C., Hendricks, S., Rae, D., Naidoo, N., . . . Lambert, E. V. (2016). Perceived and objective neighborhood support for outside of school physical activity in South African children. *BMC Public Health*, *16*(1), 1.
- Yao, C. A., & Rhodes, R. E. (2015). Parental correlates in child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act*, *12*, 10. doi: 10.1186/s12966-015-0163-y

---

\* Emilie Belley Ranger, doctorante en psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières