

Pourquoi l'intérêt des Québécoises pour la course à pied s'est-il manifesté beaucoup plus tard que chez les Québécois

Source

Interview pour le magazine *Châtelaine*; Marie-Ève Cousineau.

Il est surprenant que le boom de la course à pied des années 1980 ait moins touché les femmes que les hommes, car ses bienfaits pour la santé physique et mentale sont les mêmes pour les deux sexes. Surprenant aussi parce qu'il y avait à cette époque des modèles féminins de réussite, particulièrement Jacqueline Gareau qui avait notamment remporté de nombreux marathons internationaux, dont celui de Boston.

Si le jogging est devenu « in » chez les femmes avec un retard de plus d'une vingtaine d'années, c'est peut-être parce que les stéréotypes et les idées préconçues sur les femmes dans le sport, ainsi que les contraintes de temps dues aux responsabilités familiales, s'estompent lentement. Mais c'est peut-être aussi parce qu'un mythe sévissait à l'effet que la course à pied n'était peut-être pas bonne pour la santé sexuelle des femmes : crainte de déformer les seins, d'irrégularités menstruelles, etc., sans compter les cas d'anorexie, malheureusement trop fréquents chez les coureuses de fond.

La ferveur actuelle est peut-être aussi liée au fait que beaucoup de stars, par exemple Madonna, s'entraînent sérieusement, que les fabricants offrent enfin de l'équipement (chaussures pour femmes, soutien-gorge) approprié et élégant. Par ailleurs, les compétitions de course de fond sont devenues de véritables *happenings* où les femmes ne craignent plus d'être jugées sur leurs performances; elles y participent pour le plaisir de relever un défi avec des gens qui partagent leur intérêt pour la forme physique.

La conciliation travail-famille dans un contexte où le partage des tâches domestiques n'est pas encore égalitaire entre les conjoints pose certainement encore problème, mais de plus en plus de femmes vont courir pour s'offrir une « parenthèse-santé » dans leur agenda chargé de « superwomen ».

Malgré les progrès des dernières années, il semble que des stéréotypes liés au sexe persistent et se manifestent dès l'enfance. Des recherches indiquent qu'encore aujourd'hui, beaucoup de parents favorisent davantage le développement sportif de leurs garçons que celui de leurs



filles. Plusieurs parents ont tendance à croire que les sports sont plus importants pour les garçons et que ces derniers sont plus aptes dans ce domaine, d'où le manque de soutien offert aux filles.

Guy Thibault