

Promener son chien : un rituel que plusieurs « maîtres » n'observent pas. Pourquoi?

Source

Cutt H et coll. (2008) **Encouraging physical activity through dog walking: Why don't some owners walk with their dog?** *Preventive Medicine* 46:120-6.

Aux États-Unis et en Australie, 37 % des ménages possèdent au moins un chien. Les propriétaires de chiens sont plus actifs que ceux qui n'en ont pas, et ils sont également plus susceptibles de satisfaire la recommandation de faire au moins 150 minutes d'activité physique par semaine. Cependant, 60 % d'entre eux ne marchent pas régulièrement avec leur animal de compagnie. Pourquoi?

Le but de cette étude, à laquelle ont participé 629 propriétaires de chiens, était d'examiner et de comparer les caractéristiques de ceux qui marchent et celles de ceux qui ne marchent pas avec leur chien. Les auteurs ont formulé l'hypothèse que les « maîtres » moins attachés à leur chien ou qui ne le perçoivent pas comme une source de motivation pour la marche auront moins tendance à marcher en sa compagnie.

Résultats

1. Près du quart (23 %) des participants ne promènent pas leur chien.
2. Pour les autres, la promenade du chien compte pour 74,3 % du total hebdomadaire de minutes de marche, et pour 37,5 % du temps total consacré à l'activité physique.
3. Les personnes qui promènent leur chien :
 - marchent en moyenne 180,1 minutes par semaine, comparativement à 71,1 minutes chez ceux qui ne le font pas;
 - font 356,5 minutes d'activité physique par semaine, comparativement à 210,9 minutes chez ceux qui ne le font pas.
4. Plus de propriétaires qui marchent avec leur chien suivent les recommandations d'activité physique (150 minutes par semaine).
5. Les propriétaires qui promènent peu ou pas du tout leur chien :
 - ne considèrent pas que le chien puisse être une source de motivation pour marcher;
 - sont ambivalents quant à la croyance que la promenade quotidienne est bonne pour le chien;
 - sont peu ou modérément attachés à leur animal de compagnie.



En résumé, les propriétaires qui ne considèrent pas leur chien comme une source de motivation ont dix fois moins de chance de marcher régulièrement que les autres propriétaires.

Marie-Pierre Arsenault et Guy Thibault