

Départ Santé: Implantation et évaluation d'une stratégie d'activité physique et de saine alimentation destiné aux jeunes enfants: Projet pilote

Anne LEIS, PhD & Roger Gauthier, RSFS
Réseau santé en français de la SK
29 juin 2011

Survol

- ▶ Introduction
- ▶ Implantation
- ▶ Évaluation
- ▶ Prochaines étapes



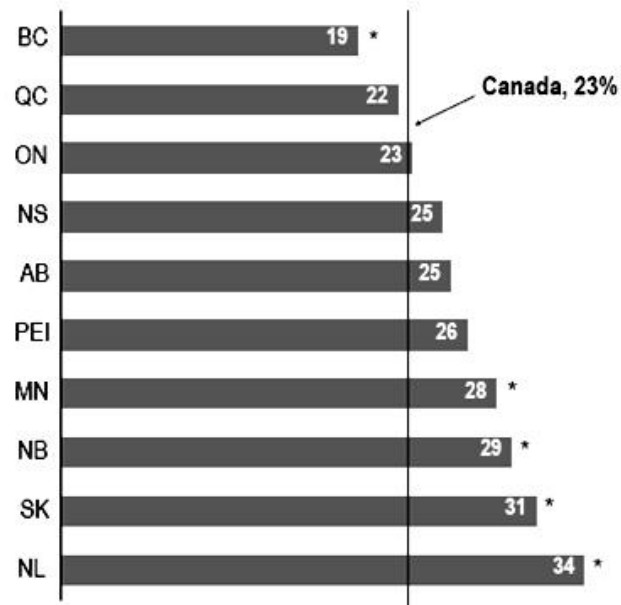
Pourquoi se soucier du niveau d'activité physique des jeunes enfants?



Différences régionales en terme d'obésité

Chart 1

Percentage obese, by province, household population aged 18 or older, Canada excluding territories, 2004



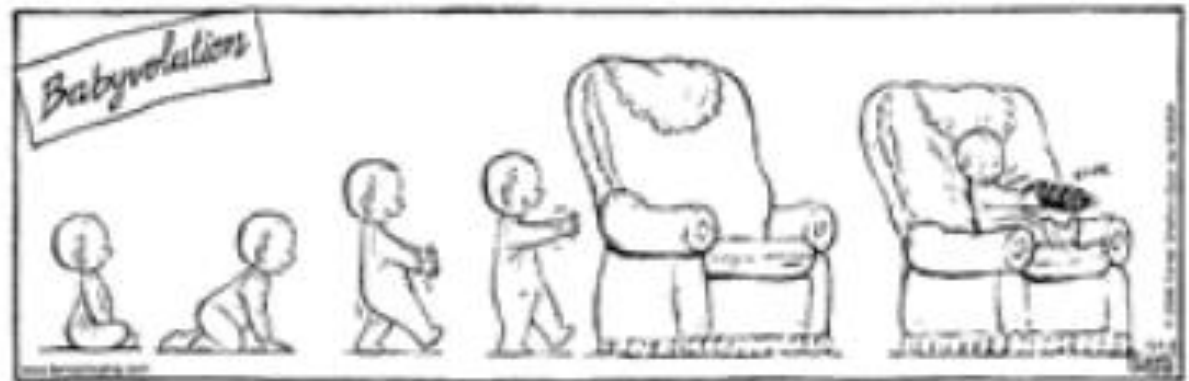
Margot Shields et Michael Tjepkema
Statistique Canada, Catalogue 82-003
Rapports sur la santé, Vol. 17, No. 3, Août 2006

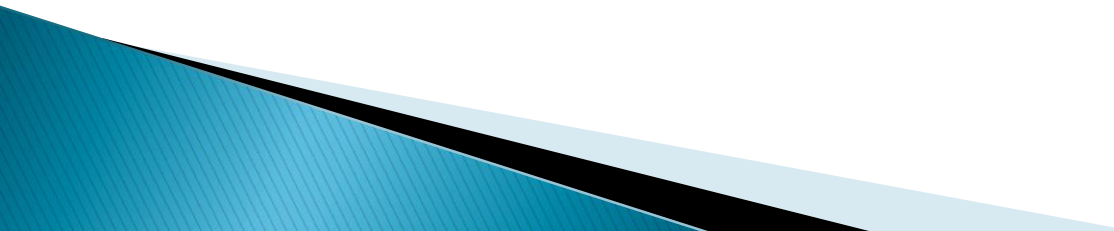
Data source: 2004 Canadian Community Health Survey: Nutrition

* Significantly different from estimate for Canada ($p < 0.05$)

Ce que nous savons

- ▶ L'obésité chez les enfants canadiens âgés de 2 à 5 ans
 - He & Sutton (2004) ~ 11 %
 - Canning et al. (2004) ~ 8 %
 - Shields (2006) ~ 8 %



- ▶ Seulement 36 % des enfants âgés de 2 à 3 ans et 44 % des enfants de 4 à 5 ans pratiquent chaque semaine des activités sportives et physiques non dirigées. (Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes, 2007)
 - ▶ Une enquête effectuée auprès de parents d'Edmonton révèle que seulement 42 % des enfants d'âge préscolaire pratiquent chaque jour 90 minutes d'activité physique. (*Spatial Health Assessment of Preschooler's Environments*, SHAPE)
 - ▶ Dans les services de garde, les enfants passent 89 % de leur temps en activités sédentaires. (Brown, et al., 2009).
- 

- ▶ Les enfants de parents qui travaillent passent, en moyenne, 27 heures par semaine dans un service de garde.

- ▶ Au Canada 77 % des familles biparentales et 75 % des familles monoparentales utilisent un service de garde non parental pour leurs enfants.



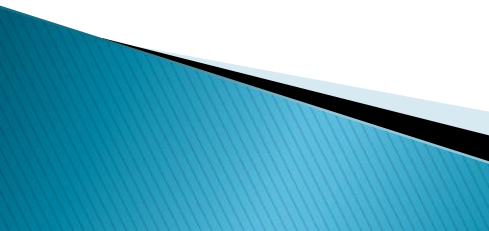
- ▶ **Directives en terme d'activité physique chez les enfants d'âge préscolaire (NASPE, 2002)**
 - 120 min ou + par jour d'activité physique modérée à vigoureuse
 - Éviter que les enfants ne soient sédentaires pendant plus de 60 minutes à la fois, sauf quand ils dorment.



- ▶ La recherche indique que les enfants d'âge préscolaire ne sont pas assez actifs
(Pate et al., 2004; Reilly et al., 2004)

Freiner l'obésité juvénile

Cadre d'action fédéral, provincial et territorial
pour la promotion du poids santé



Le projet pilote comprend deux principaux volets :

- ▶ Mise à l'essai de ressources complètes en matière d'activité physique et de saine alimentation au sein de quatre services de garde en Saskatchewan.



Le projet pilote comprend deux principaux volets :

- ▶ Mise à l'essai de ressources complètes en matière d'activité physique et de saine alimentation au sein de quatre services de garde en Saskatchewan
- ▶ Une étude de recherche qui va permettre d'évaluer le degré de réussite et de faisabilité du projet



Objectifs du programme

- ▶ Soutenir les services de garde pour permettre aux enfants d'être physiquement actifs grâce à la mise en œuvre d'une stratégie dont l'utilisation d'une ressource fondée sur des preuves (GRANDIR).



Ressources Grandir CB

- ▶ Élaborées par Vivienne Temple, Ph. D. de l'Université de Victoria
- ▶ Un ensemble de ressources destinées aux familles, aux éducatrices et aux professionnels de la petite enfance



Une solution novatrice :



Développement
physique

0 à 3 ans

3 à 5 ans



Développement langagier
et alphabétisation précoce

0 à 5 ans



Saine
alimentation

0 à 5 ans



Jeu de construction

- ▶ Activité physique – la plupart des grands muscles sont actifs (faire de la bicyclette, courir ou creuser des trous dans le jardin). Ceci ne comprend pas les activités telles que faire un casse-tête, dessiner ou jouer à des jeux vidéo (motricité fine).
- ▶ Alphabétisation – apprendre à interpréter (lire) et à utiliser (écrire) les systèmes symboliques (lettres, nombres, musique, images) valorisés par la société.
- ▶ Saine alimentation – prendre plaisir à manger des aliments sains dans une atmosphère détendue en compagnie d'autres personnes.



L'activité physique

Pour les parents et les travailleurs en service de garde :

- ▶ Jouer de façon active avec les enfants tous les jours
- ▶ Développer les habiletés motrices
- ▶ Intégrer l'activité physique dans la vie quotidienne
- ▶ Utiliser l'activité physique pour favoriser l'apprentissage et le développement social
- ▶ Encourager la créativité et l'expression individuelle



La saine alimentation

Au cours de la petite enfance, les enfants développent des préférences et des habitudes alimentaires qui peuvent persister tout au long de leur vie.

Pour les parents et les travailleurs en service de garde :

- ▶ Planifier et fournir une variété d'aliments sains
- ▶ Introduire régulièrement de nouveaux aliments
- ▶ Aider les enfants à développer leurs habiletés alimentaires



La littératie

- ▶ Favoriser le jeu et l'activité par la parole et d'autres formes de communication
- ▶ Varier le vocabulaire
- ▶ Jouer à faire semblant
- ▶ Compter, trier, classer, et prédire
- ▶ Dessiner, faire de la peinture et écrire avec les enfants
- ▶ Montrer l'exemple



La recherche

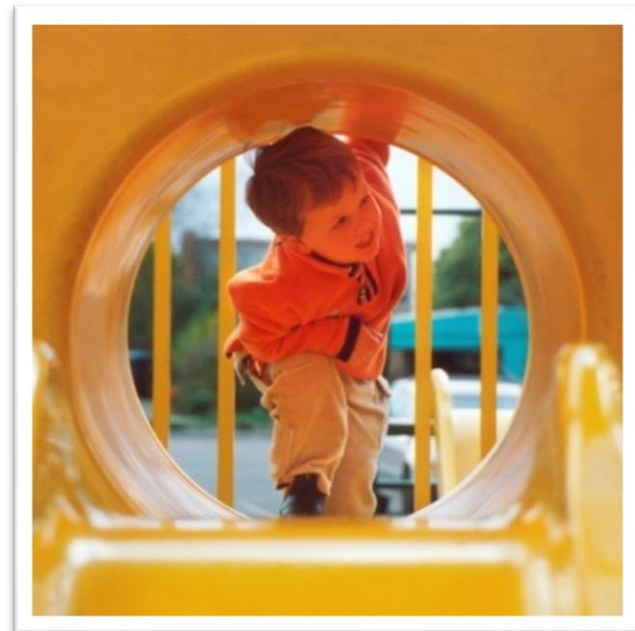


- ▶ Objectifs
- ▶ Outils
- ▶ Méthodes
- ▶ Participation des parents



BUT

- ▶ Déterminer l'efficacité de la stratégie et ressources visant à augmenter les niveaux d'activité physique et à favoriser l'adoption d'une saine alimentation des jeunes enfants au sein de leur service de garde.



Qui?

Les partenaires du projet pilote :

- ▶ Université de la Saskatchewan
 - Collège de kinésiologie
 - Département de santé communautaire et d'épidémiologie
- ▶ Région de santé de Saskatoon
- ▶ Services de garde participants
- ▶ Réseau santé en français de la Saskatchewan
- ▶ Association des parents fransaskois

- Financé par :
 - Région de santé de Saskatoon
 - Initiative des fonds communautaires, gouvernement de la Saskatchewan
 - Agence de santé publique du Canada

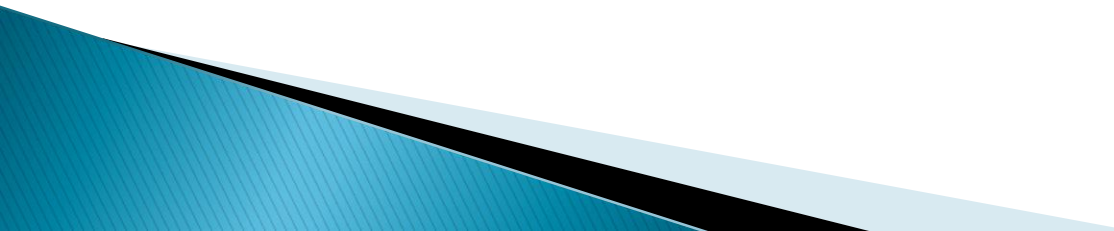
Qui sont les participants?



YWCA Saskatoon



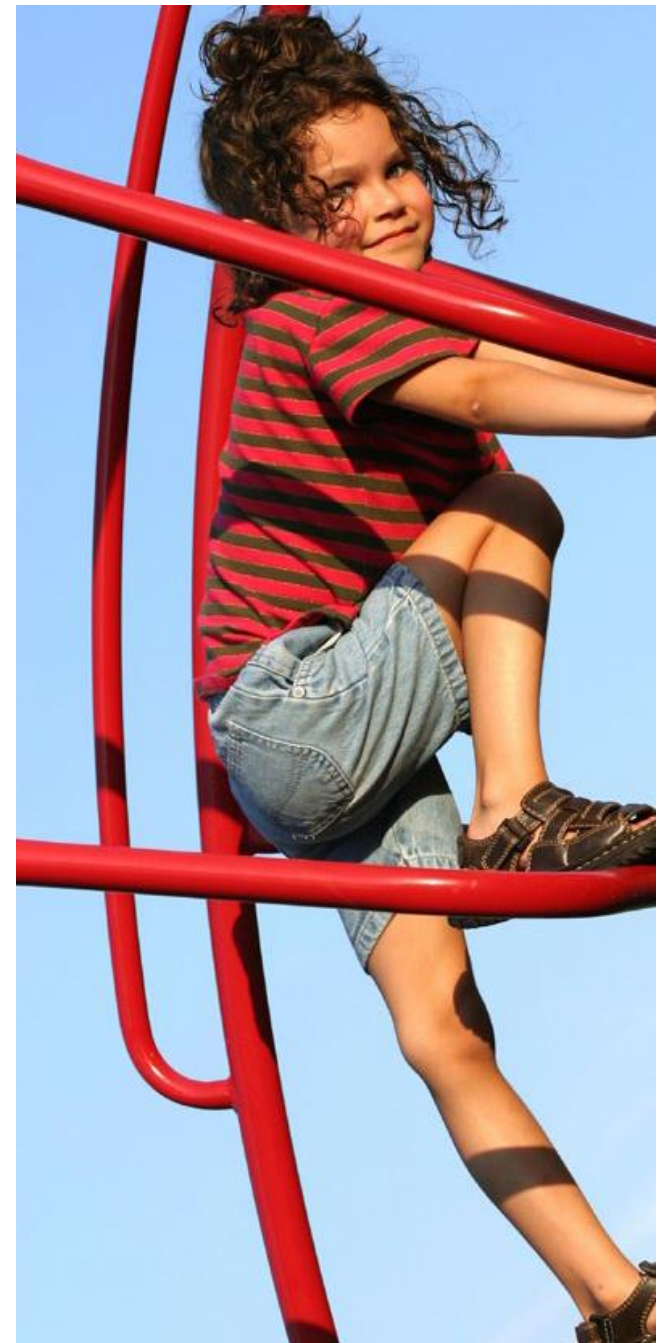
Outils d'évaluation

- ▶ Accéléromètres
 - ▶ Évaluation des habiletés motrices fondamentales
 - ▶ L'échelle d'évaluation *Early Childhood Environment Rating Scale*
 - ▶ Entrevues
- 

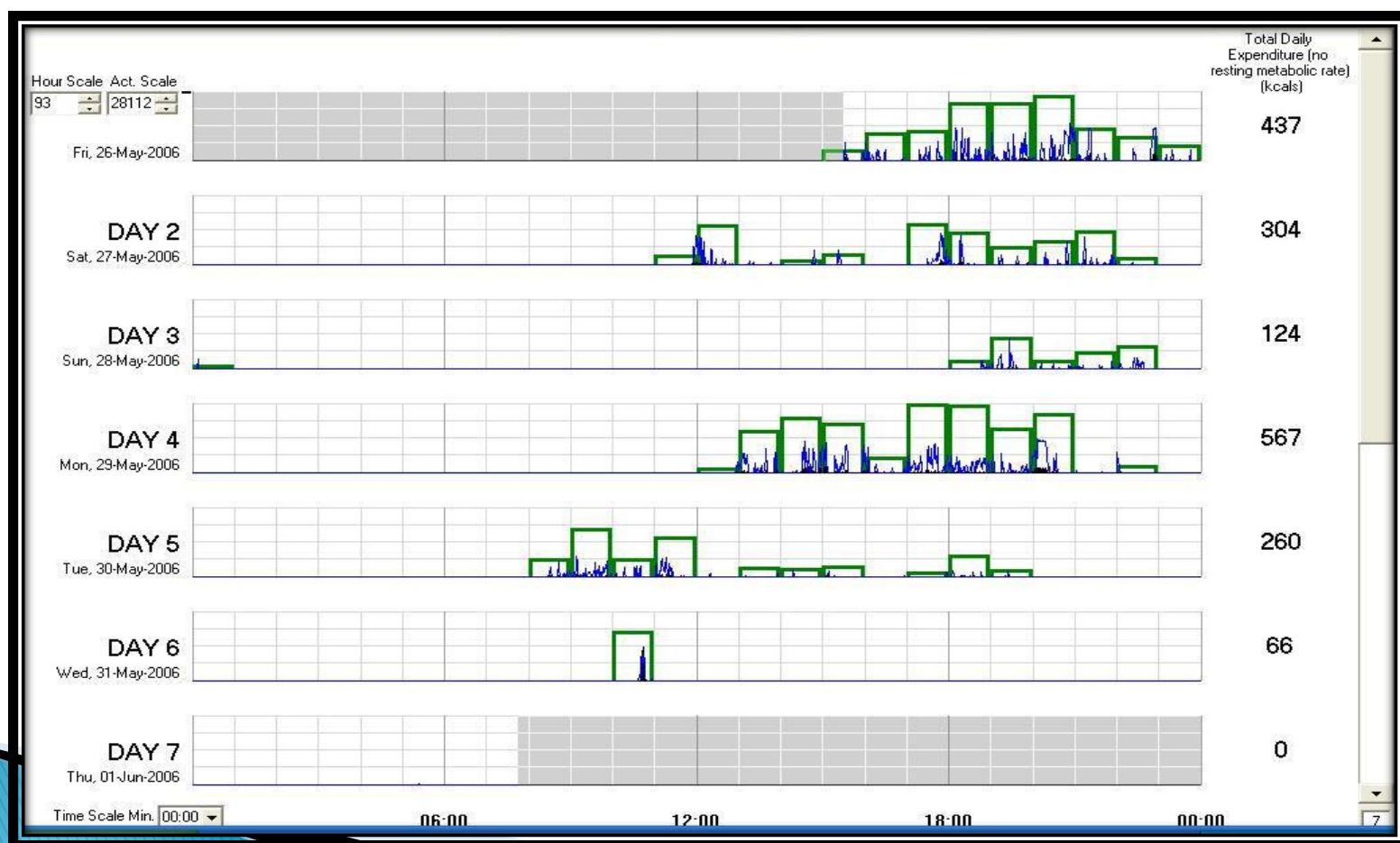
Les jeunes enfants
(de 3 à 5 ans)



L'accéléromètre est porté
sur des périodes d'une semaine,
3 fois au cours de l'étude
(septembre 2010, février
2011 et juin 2011).



- ▶ Possibilité d'évaluer les données recueillies minute par minute ou par période d'activité, au cours d'une journée ou d'une semaine, pendant la durée totale de l'étude.



Évaluation des habiletés motrices fondamentales

TGMD-2

Un test standardisé mesurant les habiletés motrices qui se développent pendant la petite enfance.

Conçu pour évaluer la fonction motrice des enfants de 3 à 10 ans.



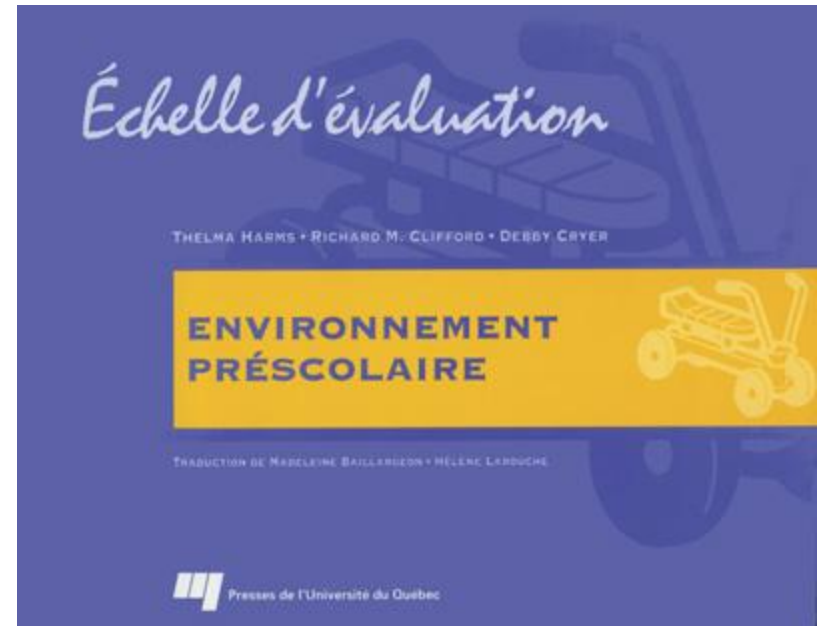
- ▶ **TEST** : s'intéresse à 12 habiletés motrices fondamentales divisées en deux sous-tests :
 - 1) Habiletés locomotrices : (courir, sauter, galoper, bondir, sauter sur le côté et glisser)
 - 2) Habiletés de manipulation d'objet : (frapper un ballon au sol, dribbler sur place, attraper, botter, lancer en dessus, lancer en dessous).
- ▶ **TEMPS** : 15 à 20 minutes par enfant



Échelle d'évaluation de l'environnement préscolaire

Conçue en vue d'étudier les milieux des services de garde partout en Saskatchewan

Pour les enfants d'âge préscolaire jusqu'à la maternelle, soit de 2 ans et demi à 5 ans.



Entrevues individuelles

Avec qui?

- Les parents qui se sont portés volontaires

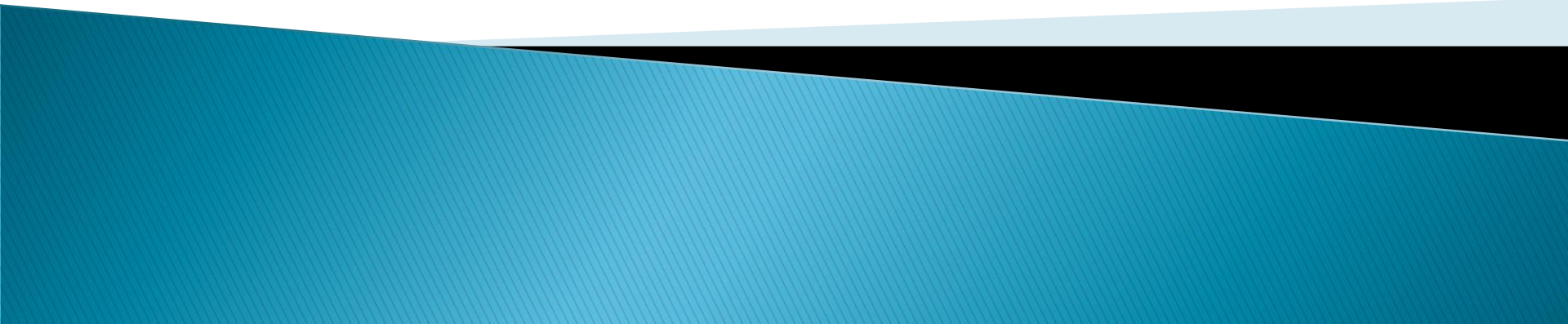
Objectif?

- En savoir plus sur vos expériences avec les ressources GRANDIR (défis, succès, leçons apprises, etc.)

Combien?

- Deux entrevues (en février et en juin 2011)

Résultats partiels

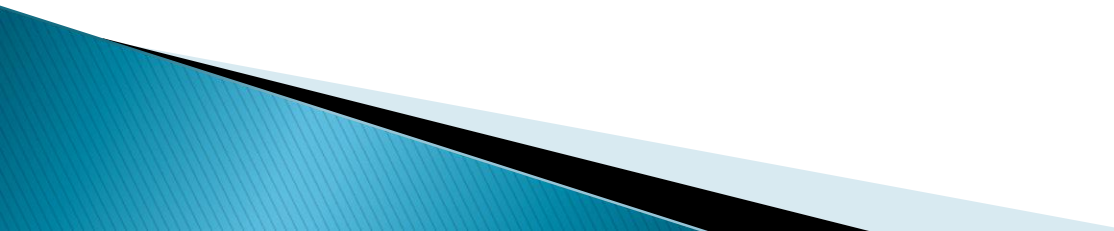


Qui sont les participants?

- ▶ Des parents/tuteurs qui ont donné leur consentement et leur enfant de 3 ou 4 ans
- ▶ Entre 10 et 15 enfants de chaque service de garde



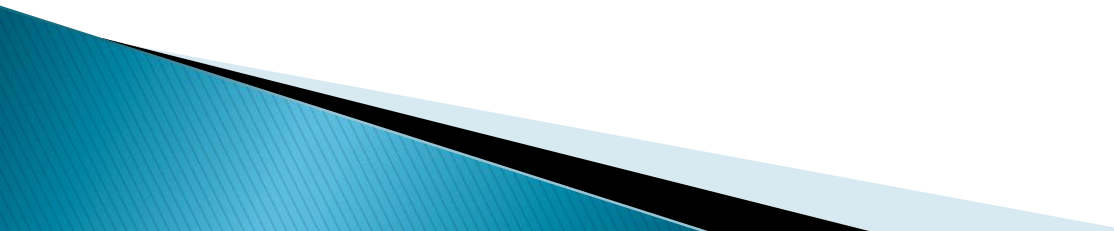
Entrevues avec les éducateurs

- Quels succès avez-vous remportés en utilisant ces ressources?
 - Enfin du bon matériel en français
 - Les enfants aiment les activités GRANDIR
 - Le matériel proposé est simple à utiliser
 - Les activités GRANDIR sont bien expliquées et structurées
- 

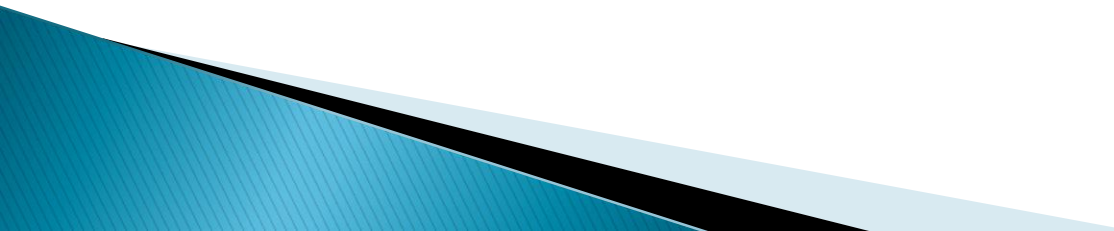
Entrevues avec les éducateurs

- Quels défis particuliers avez-vous rencontrés en utilisant ces ressources?
 - Pas assez de temps dans le programme
 - Pas assez d'espace
 - Besoin d'accompagnement dans l'implantation
 - Une formation initiale n'est pas suffisante

Entrevues avec les parents

- Qu'avez-vous appris qui aura une influence sur l'activité physique de votre enfant?
 - Prise de conscience que l'enfant doit bouger au moins 2 heures par jour
 - Un encouragement à bouger avec son enfant
 - Les fiches Grandir contiennent de bonnes idées
 - C'est du fun
- 

Conclusion et Prochaines étapes

- ▶ Stratégie importante qui change le paradigme
 - ▶ Le changement doit être accompagné et se faire un pas à la fois
 - ▶ Il est nécessaire d'impliquer tous les acteurs
 - ▶ Analyse des données recueillis avec les accéléromètres et du TGMD-2
 - ▶ Finir les entrevues avec les parents
- 

Questions?

