

Fiches de renseignements provinciales 2012-2013
Sondage sur le mieux-être des élèves du Nouveau-Brunswick – 6^e à 12^e année

Relations et milieux sociaux



Introduction

Les milieux dans lesquels les gens vivent, travaillent ou se distraient peuvent soit soutenir soit décourager leurs plans d'entreprendre et de maintenir des changements dans leur mode de vie^{1,2}. De plus, les relations avec les autres à la maison, à l'école et dans la communauté représentent des influences importantes dans le développement physique et émotif des élèves. De telles relations contribuent aux expériences qui soit gênent, soit ont des répercussions positives sur la croissance et le développement des élèves.

Une alimentation saine

Le milieu familial et les membres de la famille exercent une influence sur les habitudes et les choix alimentaires des élèves. Les parents peuvent jouer un rôle important en aidant les élèves à développer de saines attitudes alimentaires, en instituant une routine d'heures régulières de repas et en procédant à des choix alimentaires sains. Au cours de l'adolescence, les pairs des élèves ont également une influence sociale importante qui peut avoir des répercussions sur leurs attitudes et leurs comportements liés à une routine d'heures régulières de repas et à des choix alimentaires sains³.

- 64 % des élèves ont affirmé avoir pris un repas en compagnie d'un parent, d'un beau-parent ou d'un tuteur le jour précédent.
- 38 % des élèves ont affirmé avoir mangé en regardant la télévision au moins 3 fois au cours de la semaine précédant le sondage.
- 62 % des élèves ont affirmé avoir pris un repas avec des amis.

Le milieu scolaire contribue également aux habitudes alimentaires des élèves, en favorisant l'accès à une alimentation saine et en décourageant la consommation d'aliments et de boissons non nutritifs.

- 72 % des élèves ont affirmé qu'ils disposent de suffisamment de temps pour prendre le repas du midi la plupart des jours d'école.
- 21 % des élèves ont affirmé que des aliments sains sont offerts à la cafeteria ainsi qu'un programme de repas du midi chauds à l'école.
- Seulement 10 % des élèves ont affirmé que des renseignements sur la façon de faire des choix plus sains sont disponibles à leur cafétéria et seulement 7 % que les aliments plus sains se vendent moins cher.

L'activité physique

Les parents peuvent donner l'exemple en ce qui a trait aux comportements sains, grâce à leur participation à une activité physique régulière. Les parents actifs ont souvent des enfants actifs^{4,5,6}. De plus, les élèves actifs physiquement sont plus susceptibles que ceux qui sont inactifs d'affirmer qu'ils ont des amis actifs.

- 43 % des élèves ont des parents actifs physiquement au moins 3 fois par semaine.
- 63 % des élèves qui ont des parents actifs étaient également actifs, alors que seulement 51 % des élèves avec des parents inactifs étaient actifs physiquement.
- 63 % des élèves qui ont au moins 3 amis actifs étaient également actifs, alors que seulement 46 % de ceux qui avaient moins de 3 amis actifs étaient actifs physiquement.

L'appui de la communauté, les installations sportives et récréatives, et les établissements scolaires et les salles de classe, ainsi que les environs au sein desquels sont situées les écoles sont des facteurs clés d'une mise en place réussie de politiques d'activité physique⁷. Les milieux scolaires qui appuient et encouragent l'activité physique ont démontré leur efficacité dans l'accroissement des niveaux d'activités étudiantes⁸.

- 11 % des élèves ont utilisé des modes de transport actif, comme la marche, la course ou la planche à rouler pour se rendre à l'école et en revenir ou ont pris l'autobus; 76% ont utilisé des modes de transport inactifs, comme se faire conduire ou prendre l'autobus; alors que 12 % ont utilisé un mélange de modes de transport actif et inactif.
- 35 % des élèves ont eu au moins trois classes d'éducation physique au cours de la semaine précédant le sondage, et seulement 27 % des élèves avaient eu la chance d'être actifs physiquement en classes autres que celles d'éducation physique.
- 63 % des élèves ont senti qu'on met (un peu ou beaucoup) l'accent dans les écoles sur la participation des élèves à des sports compétitifs, et 65 % des élèves ont affirmé qu'il existe des prix de reconnaissance qui sont remis aux élèves pour souligner leur participation à des sports de compétition.

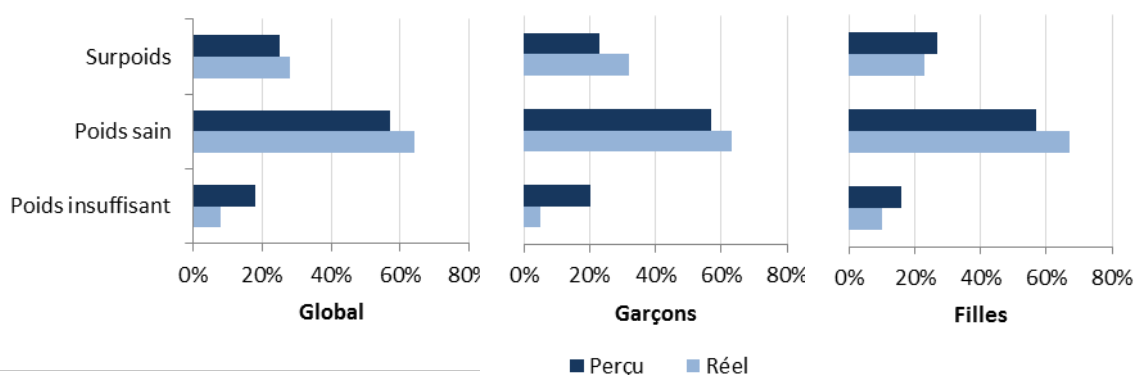
- 50 % des élèves ont senti qu'on met (un peu ou beaucoup) l'accent sur la participation des élèves à des sports ou des clubs non compétitifs; et 31 % des élèves ont affirmé que leur école remet des prix de reconnaissance aux élèves qui participent à des sports ou des clubs non compétitifs.

La perception du poids

On croit que l'influence des pairs a un effet important sur la perception du poids et les objectifs liés au poids. Les médias jouent également un rôle dans la formation des perceptions du poids, dans la mesure où on l'associe à la beauté⁹.

La perception du poids est un facteur de motivation dans les comportements de contrôle du poids et est vue comme étant un meilleur paramètre que le poids réel pour inciter les adolescents à entreprendre un régime ou à faire de l'exercice⁹. Quand on étudie les tendances par sexe, les élèves filles du Nouveau-Brunswick avaient une plus forte tendance à se percevoir comme ayant un surpoids, alors que les garçons avaient une plus forte tendance à se percevoir comme ayant une insuffisance de poids. Comprendre les facteurs qui contribuent à ces différences entre les sexes pourrait aider à identifier les politiques et les mesures qui permettraient d'appuyer les adolescents à prendre des décisions appropriées quant aux stratégies de contrôles du poids⁹.

Niveaux de poids perçu et de poids réel des élèves



Vivre sans tabac

Le tabagisme à la maison est lié au comportement des élèves face au tabagisme : plus il y a de fumeurs à la maison, plus l'élève est susceptible de fumer¹⁰. Les filles sont plus susceptibles de fumer que les garçons si un de leurs parents fume. Si les deux parents fument, les élèves sont plus susceptibles de fumer que si un seul fume¹⁰.

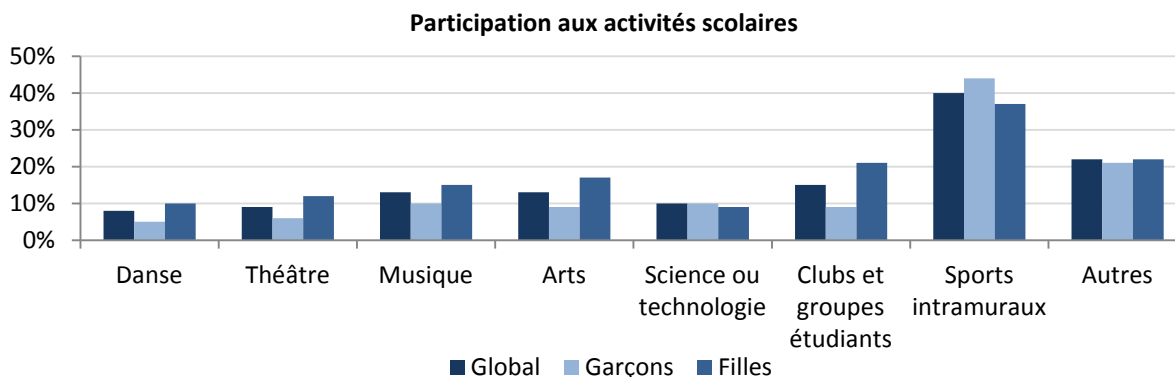
Les interdictions de fumer réduisent l'exposition à la fumée secondaire et la prévalence du tabagisme¹¹.

Règles sur le tabac à la maison	
Cigarette interdite	78%
Il y a des endroits désignés pour fumer	12%
Il est permis de fumer partout dans la maison	8%
Seuls les invités spéciaux peuvent fumer	2%

- 39 % des élèves ont au moins un parent (ou beau-parent ou tuteur) qui a fumé et 18 % avaient un frère ou une sœur qui a fumé.
- 37 % des élèves qui avaient essayé de fumer ont affirmé qu'un parent, un frère ou une sœur, un ami ou quelqu'un d'autre leur avait donné des cigarettes.
- 27 % des élèves se sont retrouvés en auto avec quelqu'un qui fumait au cours de la semaine précédant le sondage.
- 31 % des élèves ont affirmé avoir des amis (au moins un ami) qui fument.

À la question « Votre école a-t-elle des règlements clairs que les élèves doivent suivre concernant le tabagisme? », les élèves ont répondu :

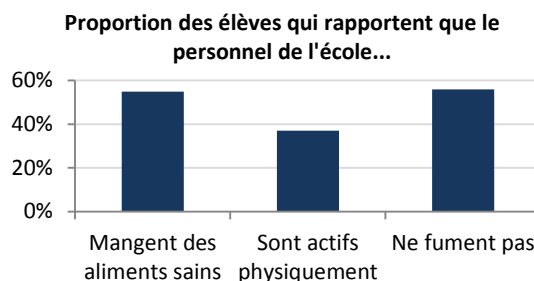
- Oui (65 %)
- Non (11 %)
- Je ne sais pas (24 %)



La promotion du mieux-être à l'école

Les écoles qui font la promotion du mieux-être se distinguent par des efforts de collaboration parmi les membres de l'école et de la communauté qui ont été désignés pour créer des expériences et des milieux visant à promouvoir et protéger la santé des élèves¹². Elles ont également des répercussions sur les comportements liés au mieux-être des élèves en donnant l'exemple de choix positifs et en encourageant la prise en charge et l'autonomie liées à la santé des élèves¹³.

On a demandé aux élèves combien de membres du personnel de l'école (ex. enseignants, responsables) voient-ils adopter des comportements sains.



Les activités de classe ou les activités à l'école auxquelles participe toute la communauté scolaire, qui suscitent la collaboration entre les élèves et le personnel, permettent de créer des liens entre les groupes, de renforcer le sentiment d'appartenance à l'école et de favoriser le mieux-être des enfants et des adolescents¹⁴.

Au Nouveau-Brunswick, les filles de la 6^e à la 12^e année semblent participer en plus grand nombre aux activités scolaires si l'on compare aux garçons en général. Les seules exceptions sont en science et technologie, et en sports.

Comparaison de résultats

Le tableau suivant compare les résultats de 2009-2010 et de 2012-2013 de certains indicateurs et cibles de la Stratégie provinciale sur le mieux-être liés aux relations et aux milieux sociaux :

Indicateur de mieux-être	2009-2010	2012-2013	Progrès
Jeunes qui sont exposés à la fumée du tabac dans des véhicules	32%	27%	

Le Sondage sur le mieux-être des élèves du Nouveau-Brunswick est un projet provincial du ministère des Communautés saines et inclusives mené avec la collaboration du ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance. La collecte et l'analyse des données ont été effectuées par le Conseil de la santé du Nouveau-Brunswick. Le but de ce sondage est d'examiner les attitudes et les comportements liés à la santé et au mieux-être des élèves de la 6^e à la 12^e année, et de partager ces données afin de promouvoir les actions entourant le mieux-être. Les données du Sondage ont été colligées auprès de 35 954 élèves dans 177 écoles au Nouveau-Brunswick. Les fiches de renseignements sont accessibles au <http://www2.gnb.ca/content/gnb/fr/ministeres/csi/Mieux-etre/content/research.html>

¹ Santé Canada. (2002). *La promotion de la santé — Efficace?*. Extrait de http://www.hc-sc.gc.ca/sr-sr/alt_formats/hpb-dgps/pdf/pubs/hpr-rps/bull/2002-3-promotion/2002-3-promotion-eng.pdf

² World Health Organization (1992). *Sundsvall Statement on Supportive Environments for Health*, Extrait de http://whqlibdoc.who.int/hq/1992/WHO_HED_92.1.pdf?ua=1

³ Santé Canada. (2011). Bien manger avec le Guide alimentaire canadien: Ressource à l'intention des éducateurs et communicateurs. Extrait de <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/educ-comm/ressource-ressource-eng.php>

⁴ Agence de santé publique du Canada. (2002). Guide de l'activité physique du Canada. Ottawa. Gouvernement du Canada

⁵ Jeunes en forme Canada (2013) Bulletin 2013. Extrait de : <http://www.activehealthykids.ca/2013ReportCard/en/>

⁶ BMJ-British Medical Journal. (2007, November 27). *Active Parents Raise Active Children*. *ScienceDaily*. Retrieved April 22, 2014 Extrait de www.sciencedaily.com/releases/2007/11/071126105434.htm

⁷ World Health Organization. (2008). *School policy framework: Implementation of the WHO global strategy on diet, physical activity and health*. WHO Library Cataloguing-in-Publication Data. Extrait de <http://www.who.int/dietphysicalactivity/SPF-En.pdf>

⁸ Fondation des maladies du Cœur et de l'AVC. (2005). Les écoles et l'activité physique. Déclaration de la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada. Extrait de

http://www.heartandstroke.on.ca/site/c.pvl3leNWjwE/b.4521153/k.FC58/Position Statements_Schools and Physical Activity.htm

⁹ Cheung, P.C, Ip, P.L.S, Lam, S.T. & Bibby, H. (2007). *A study on body weight perception and weight control behaviours among adolescents in Hong Kong*. *Hong Kong Med J*, 13 (1)

¹⁰ Murnaghan, D.A.; Leatherdale, S.T.; Sihvonen, M. & Kekki, P. (2009). Programmes de lutte contre le tabagisme en milieu scolaire et usage du tabac chez les élèves. *Maladies chroniques au Canada*, Vol 29 (no.4). Extrait de http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/cdic-mcbc/29-4/ar_04-eng.php

¹¹ Callihan, J.E., Clarke, A., Doherty, K., Kelleher, C. (2010). *Legislative smoking bans for reducing secondhand smoke exposure, smoking prevalence and tobacco consumption*. *Cochrane Database of Systematic Reviews 2010, Issue 4*. Art. No.: CD005992. doi: 10.1002/14651858.CD005992.pub2

¹² World Health Organization (WHO). (1997). *Promoting Health Through Schools. Report of a WHO expert committee on comprehensive school health education and promotion*. *World Health Organization Technical Report Services*, 870(i-vi), 1-93

¹³ International Union for Health Promotion and Education. (2009). *Achieving Health Promoting Schools: Guidelines for Promoting Health in Schools*. Extrait de http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/Evidence-Action_ENG.pdf

¹⁴ Rowe, F., Stewart, D. (2009). *Promoting Connectedness through Whole-School Approaches: A Qualitative Study*. *Health Education*, V109 (n5), 396-413.