

## **L'édition 2024 du Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes de ParticipACTION**

*Les enfants et les jeunes obtiennent un « D+ » pour l'ensemble de l'activité physique, alors que de nouvelles recherches révèlent que les changements climatiques constituent un obstacle supplémentaire à la pratique d'une activité physique chez les enfants et les jeunes.*

**TORONTO, le 7 mai 2024/CNW/** - ParticipACTION a publié aujourd'hui l'édition 2024 du Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes, l'évaluation la plus détaillée de l'activité physique des enfants et des jeunes au Canada. Basé sur des données probantes, ce Bulletin met en lumière les défis auxquels sont confrontés les enfants et les jeunes en matière d'activité physique, ainsi que la nécessité urgente d'une action collective pour favoriser leur engagement dans un contexte de changements climatiques.

L'édition 2024 du Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes de ParticipACTION révèle des notes plus élevées dans certaines catégories comparativement au Bulletin de 2022. Par exemple, la note pour l'ensemble de l'activité physique est passée à « D+ », alors qu'au plus fort de la pandémie de COVID-19, elle était « D ». Même si la note pour l'ensemble de l'activité physique s'est améliorée, « D+ » demeure toute de même une note décevante, car elle reflète le fait que seulement 39 % des enfants et des jeunes (âgés de 5 à 17 ans) au Canada respectent la recommandation des 60 minutes d'activité physique d'intensité moyenne à élevée par jour.

Les obstacles à l'activité physique varient d'un enfant à l'autre. Parmi ceux qui sont déjà bien connus, notons l'augmentation du temps d'écran, le coût des activités et le manque de temps. Aujourd'hui, les changements climatiques pourraient s'ajouter à la liste. Les [indicateurs environnementaux](#) indiquent que le nombre d'alertes météorologiques annuelles au Canada a plus que doublé au cours des dix dernières années. Les conditions météorologiques et climatiques défavorables, comme les vagues de chaleur, les pluies torrentielles et l'air vicié par la fumée, peuvent mener à une augmentation du temps passé à l'intérieur à être sédentaire. Le Bulletin a mis en lumière que les effets actuels et futurs des changements climatiques pourraient constituer des obstacles supplémentaires et importants à l'amélioration du niveau général d'activité physique des enfants et des jeunes.

« Les impacts des changements climatiques pourraient avoir un effet négatif pour les enfants qui font face à des risques plus importants liés à la pollution de l'air et à la chaleur extrême », déclare le Dr Mark Tremblay, directeur scientifique du Bulletin des enfants et des jeunes et chercheur principal à l'Institut de recherche du CHEO. « L'augmentation de l'activité physique peut contribuer à atténuer les impacts des changements climatiques et à renforcer la résilience chez les enfants et les jeunes. Les changements liés au climat apportent une nouvelle série de défis qui ne font que confirmer l'importance d'avoir une génération d'enfants en bonne forme physique et active ».

Alors que le Canada se remet lentement des effets résiduels de la pandémie sur l'activité physique (p. ex., fermetures des écoles, arrêt des sports organisés), les familles, les écoles et les organisations se sont efforcées de relancer les occasions de faire de l'activité physique. Cette année, la note attribuée pour l'indicateur lié à l'activité physique de la famille et l'influence des pairs est passée de « C » à « C+ », tandis que les écoles conservent la note « B- » et que les sports organisés sont passés de la note « C+ » à la note « B ».

Malheureusement, la reprise n'a pas progressé au même rythme pour tous, car le Bulletin indique que seulement 31 % des filles, contre 57 % des garçons, respectent les recommandations en matière d'activité physique. Des [études](#) ont aussi démontré que les enfants issus de quartiers défavorisés dépendaient davantage des espaces extérieurs pour jouer et pour faire de l'activité physique en raison d'un manque de ressources au plan familial. Il est concevable que l'augmentation des températures et des événements météorologiques imprévisibles associés aux changements climatiques pourraient accroître le potentiel de disparités encore plus importantes parmi les groupes défavorisés dont la capacité à être actifs dépend fortement de conditions météorologiques et environnementales favorables.

« Des efforts combinés de plusieurs secteurs et intervenants sont nécessaires pour que les enfants et les jeunes soient et restent physiquement actifs dans un climat en constante évolution », mentionne Elio Antunes, président et chef de la direction de ParticipACTION. « Des investissements stratégiques et coordonnés ainsi que des initiatives de promotion de la santé qui tiennent compte de l'impact des changements climatiques sur l'activité physique chez les enfants et les jeunes, en mettant l'accent sur les communautés privées d'équité, peuvent aider à rendre l'activité physique accessible à tous, à renforcer la résilience physique et émotionnelle chez les enfants, et à protéger la prochaine génération contre les imprévus de l'avenir. »

Le Bulletin met en lumière des opportunités prometteuses pour atténuer les impacts néfastes des changements climatiques sur la santé, tout en offrant des recommandations aux gouvernements à tous les niveaux, aux écoles, aux éducateurs, ainsi qu'aux parents et aux réseaux de soutien. Ces recommandations visent à mobiliser un effort collectif pour surmonter les obstacles et améliorer les niveaux d'activité physique chez les enfants et les jeunes au Canada.

Pour accéder aux faits saillants ou au Bulletin complet d'Ensemble pour la résilience : garder les enfants et les jeunes actifs dans un climat en changement, veuillez cliquer [ICI](#).

## **À propos de ParticipACTION**

ParticipACTION est un organisme national à but non lucratif qui inspire et appuie les Canadiens et les Canadiennes à faire de l'activité physique un élément essentiel de leur vie de tous les jours. En tant que principale organisation associée à l'activité physique au Canada, ParticipACTION travaille de concert avec ses partenaires qui sont, notamment, des organisations de sport, d'activité physique et de loisir, des gouvernements et des sociétés commanditaires pour aider la population à bouger davantage là où elle vit, apprend, travaille et joue. ParticipACTION est généreusement financé par le Gouvernement du Canada. Découvrez comment ParticipACTION fait bouger les Canadiens et les Canadiennes depuis plus de 50 ans à l'adresse suivante : [ParticipACTION.com](http://ParticipACTION.com).

## **À propos du Bulletin**

Le Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes de ParticipACTION synthétise les données provenant de multiples sources, dont les meilleures recherches disponibles évaluées par des pairs, pour attribuer une note à chacun des 14 indicateurs en fonction des données probantes. Le Bulletin a été reproduit dans plus de 70 villes, provinces et pays, où il a servi de modèle pour la collecte et le partage des connaissances à propos de l'activité physique des jeunes à travers le monde.

Le partenaire stratégique de ParticipACTION, le Groupe de Recherche sur les saines habitudes de vie et l'obésité de l'Institut de recherche du CHEO (HALO-CHEO), a joué un rôle essentiel dans la recherche et l'élaboration du Bulletin. Nous remercions également l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (ICRCP).

L'édition 2024 du Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes de ParticipACTION est fièrement soutenue par Saputo.

-30-

Pour plus d'informations ou pour planifier un entretien, veuillez contacter :

Maude Gauthier

[mgauthier@capital-image.com](mailto:mgauthier@capital-image.com)

514-915-9469