TORONTO – Les enfants et les jeunes Canadiens font pâle figure en terme d'activité physique dans un classement de 15 pays, indique un rapport de Jeunes en forme Canada, dévoilé mardi.

L'organisme a décidé d'inclure pour une première fois dans son Bulletin annuel un comparatif de l'activité physique des Canadiens par rapport à celui des jeunes d'autres pays, dont les États-Unis, le Mexique, l'Afrique du Sud, l'Australie et l'Irlande.

Les conclusions ont été révélées à Toronto au premier Sommet international sur l'activité physique des enfants, organisé par Jeunes en forme Canada.

Les enfants et jeunes Canadiens se sont vus décerner un «D moins» pour l'activité physique dans son ensemble. Le Canada vient ainsi en fin de classement aux côtés des États-Unis, de l'Australie et de l'Irlande — qui ont chacun aussi obtenu un «D moins» —, tandis que l'Écosse se voit infliger un «F».

Le Mozambique et la Nouvelle-Zélande trônent au sommet pour les niveaux globaux d'activité physique, avec une note de «B».

Selon l'enquête, seulement sept pour cent des jeunes Canadiens âgés de cinq à 11 ans se prêtaient à au moins 60 minutes d'activités vigoureuses ou modérées par jour, un niveau généralement recommandé par l'Agence de la santé publique du Canada. Cette proportion recule à quatre pour cent chez les adolescents de 12 à 17 ans.

Le Canada tire aussi de l'arrière sur le plan du transport actif, avec un «D»: 62 pour cent des parents affirmaient ainsi que leurs enfants de cinq à 17 ans étaient toujours conduits et reconduits de l'école en voiture ou en autobus.

Pourtant de bons programmes

Malgré le recul du Canada dans plusieurs catégories clés, le rapport souligne que le pays figure parmi les meneurs en ce qui a trait aux infrastructures et aux programmes d'activité physique pour les enfants et les jeunes.

Le Canada se situe au troisième rang pour la participation à des sports organisés, avec un «C plus», derrière la Nouvelle-Zélande et l'Australie, grâce à un niveau d'activité de 75 pour cent chez les jeunes âgés de cinq à 19 ans. Le rapport fait ainsi état d'une tendance au Canada de donner priorité aux «occasions structurées».

«Les parents canadiens confient le soin aux activités organisées — comme les cours de danse et les ligues de sport — et aux écoles de faire bouger leurs enfants (…) Mais ces moyens, seuls, ne peuvent compenser le manque d'occasions de mouvements spontanés dans la vie quotidienne des enfants, comme de se rendre à certains endroits à pied et de jouer librement dehors», fait-on valoir.

Les jeunes Canadiens obtiennent un «F» pour leurs «comportements sédentaires» — le Ghana et le Kenya menant dans cette catégorie avec un «B». L'Écosse et l'Afrique du Sud ont aussi obtenu la note «F». Les États-Unis se sont vus décerner un «D».

Les enfants canadiens âgés de trois à quatre ans étaient sédentaires 5,8 heures par jour. Ce nombre grimpe à 7,6 heures pour les cinq à 11 ans, et à 9,3 heures pour les 12 à 17 ans.

«Considéré dans un contexte mondial, le Canada est un pays développé, mais il pourrait être plus juste de dire que le Canada est surdéveloppé lorsqu'il est question de son infrastructure et de ses programmes d'activité physique pour les enfants et les jeunes», avance la chef de la direction de Jeunes en forme Canada, Jenifer Cowie Bonne.

«Le Canada ne récoltera jamais le fruit de ses politiques, programmes et endroits très bien développés à moins d'assouplir son contrôle et de donner aux enfants de la place pour bouger, poursuit-elle. Les parents et les familles, les décideurs, les écoles et les leaders de la communauté doivent travailler ensemble pour permettre aux enfants de faire plus facilement des choix actifs, et plus souvent.»

Pour le 10e anniversaire du Bulletin sur l’activité physique chez les jeunes, Jeunes en forme Canada a réuni des équipes de recherche provenant de 15 pays des cinq continents pour «établir et comparer les notes, et rechercher des solutions pour lutter contre la crise mondiale de l’inactivité».

Les résultats de ces comparaisons internationales et du Bulletin du Canada ont été partagés auprès de 700 délégués internationaux lors du sommet à Toronto, qui se poursuit jusqu’à jeudi.

Cet article Les jeunes Canadiens sont parmi les moins actifs dans 15 pays étudiés est apparu en premier sur L'actualité
.

Consultez la source sur Lactualite.com: Les jeunes Canadiens sont parmi les moins actifs dans 15 pays étudiés