

**Des
cadres
sains**



**pour
les jeunes
du Canada**



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada



Les comportements
de santé des jeunes d'âge scolaire

Une étude multi-nationale de l'Organisation mondiale de la santé

L'Enquête sur les comportements de santé des jeunes d'âge scolaire (HBSC) est une étude internationale appuyée par l'Organisation mondiale de la santé. Au Canada, les enquêtes HBSC ont été financées par Santé Canada. *Des cadres sains pour les jeunes du Canada*, un rapport de 152 pages, présente les résultats du volet canadien de l'enquête 2006. Le présent livret, qui fait état de quelques-unes des principales constatations faites dans le cadre de l'enquête, contient un CD sur lequel on trouve la version intégrale du rapport.

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives Canada

Boyce, William F. (William Francis), 1949-

Des cadres sains pour les jeunes du Canada [ressource électronique] : sommaire / William F. Boyce, Matthew A. King [et] Jennifer Roche.

Monographie électronique en version PDF. Mode d'accès: World Wide Web. Publ. aussi en anglais sous le titre:

Healthy settings for young people in Canada, summary. Également publ. en version imprimée.

ISBN 978-0-662-07336-9

N° de cat.: HP35-6/2007-1F-PDF

1. Jeunesse--Santé et hygiène--Canada. 2. Habitudes sanitaires chez l'adolescent--Canada. 3. Santé publique--Enquêtes--Canada. 4. Attitudes à l'égard de la santé--Canada. 5. Promotion de la santé--Canada. I. King, Matthew A. II. Roche, Jennifer, 1968- III. Canada. Santé Canada IV. Titre.

RJ47.53. B6914 2008

614.4'2'08350971

C2008-980054-0

On peut se procurer la version intégrale du rapport, *Des cadres sains pour les jeunes du Canada*, en français et en anglais, sur support papier et en média substitut (disquette, audiocassette, gros caractères, braille) en s'adressant à :

Publications Santé Canada Localisateur postal : 0900C2, Ottawa (Ontario)

Tél. : 613-954-5995, Téléc. : 613- 941-5366 Courriel : publications@hc-sc.gc.ca

Introduction

L'Enquête sur les comportements de santé des jeunes d'âge scolaire (Enquête HBSC) est menée au Canada tous les quatre ans depuis 1990 par le Groupe d'évaluation des programmes sociaux de l'Université Queen's, en partenariat avec l'Agence de santé publique du Canada. L'Enquête HBSC est parrainée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), et elle est réalisée par des équipes de chercheurs de 41 pays et régions de l'Europe-OMS et d'Amérique du Nord.

L'Enquête HBSC prend appui sur le modèle axé sur la santé de la population, préconisé par Santé Canada, et tient donc compte de l'incidence du milieu familial, du milieu scolaire, des groupes de camarades et du statut socioéconomique sur la santé et les comportements de santé des jeunes et des adolescents. L'Enquête a été menée auprès de jeunes de trois groupes d'âge (11, 13 et 15 ans) considérés comme représentatifs des périodes critiques du début du développement des adolescents. L'échantillon de l'Enquête 2006 comprenait 9 670 élèves de cinq niveaux scolaires (6^e, 7^e, 8^e, 9^e et 10^e années) sélectionnés pour représenter ces trois groupes d'âge au Canada.

Ce livret vise à présenter au lecteur le rapport de l'Enquête HBSC 2006, intitulé *Des cadres sains pour les jeunes du Canada*, dont il trouvera la version intégrale sur le CD ci-annexé. Le rapport a principalement pour objet d'examiner les variables contextuelles associées aux tendances qui se dégagent concernant les attitudes et les comportements des jeunes en matière de santé.

Contextes dans lesquels s'inscrivent les comportements de santé des jeunes

Les élèves passent autant de temps à la maison qu'ils en passent à l'école et avec leurs amis. Il y a en outre tout lieu de croire que leur statut socioéconomique et leurs conditions sociales ont une incidence importante sur leur santé. Nous examinons, en nous fondant sur des mesures scientifiques exposées dans la version intégrale du rapport, l'incidence de ces quatre contextes ou cadres et conditions sur les comportements de santé des jeunes et leur santé.

Le milieu familial

La famille est le système social le plus important pour le développement du jeune. Les données recueillies dans le cadre de ce cycle de l'enquête HBSC nous révèlent qu'au Canada, environ deux élèves sur trois vivent avec leurs deux parents. La plupart des élèves ont indiqué qu'ils avaient une vie familiale heureuse. Les élèves plus âgés, et plus particulièrement les filles, ont plus de difficulté que les plus jeunes à parler à leurs parents. Les élèves des classes supérieures sont par ailleurs moins nombreux à avoir le sentiment que leurs parents les comprennent et leur font confiance. Les filles sont plus nombreuses que les garçons à se chicaner avec leurs parents et à vouloir, certains jours, partir de la maison.

Le milieu scolaire

Les adolescents canadiens passent une partie importante de leur vie à l'école. D'une manière générale, la proportion des élèves qui aiment l'école a augmenté en 2006, surtout parmi les filles, renversant une tendance à la baisse observée pour les trois cycles précédents de l'Enquête HBSC. La majorité des élèves éprouvent un sentiment d'appartenance à leur école, les plus faibles pourcentages à cet égard s'observant chez les élèves de 8e année (où seulement 48 % des garçons et 58 % des filles disent avoir un sentiment d'appartenance à leur école); globalement, les garçons sont moins nombreux que les filles à éprouver un tel sentiment. Une majorité d'élèves se sentent en sécurité à l'école; une plus forte proportion de filles que de garçons ont donné cette réponse. Plus de garçons que de filles trouvent leurs enseignants trop exigeants, tandis que plus de filles des classes supérieures éprouvent de la pression à cause du travail scolaire qu'elles ont à faire. Les élèves ont indiqué dans une très forte proportion qu'ils pouvaient compter sur l'aide de leurs parents. Globalement, plus de filles que de garçons sont satisfaites en ce qui a trait à tous les aspects des études.

Les groupes de camarades

Les relations avec les camarades de même sexe ou du sexe opposé sont essentielles au bon développement psychologique et social des enfants et des adolescents; elles favorisent en outre leur estime de soi et leur sentiment de bien être. Dans l'ensemble, les jeunes sont plus à l'aise avec des amis du même sexe que du sexe opposé et les filles sont plus à l'aise que les garçons de parler à leurs amies (même sexe) des choses qui les tracassent vraiment. En 10e année, la proportion des élèves qui ont indiqué qu'ils avaient trois bons amis ou plus du même sexe diminue, tandis que les élèves de la même année d'études sont plus nombreux à pouvoir parler sans problème à leur amis du sexe opposé des choses qui les tracassent vraiment. Le nombre de jours par semaine où les élèves voient leurs ami(e)s tout de suite après l'école ainsi que le nombre de soirées par semaine où ils voient leurs ami(e)s diminuent de façon appréciable chez les garçons comme chez les filles entre la 8e et la 10e année. Cette diminution s'observe pour les cinq années de l'enquête.

Les conditions socioéconomiques

On observe des écarts manifestes entre le statut socioéconomique des jeunes canadiens tel que mesuré au moyen des paramètres retenus. Malgré le fait qu'une proportion élevée des élèves aient donné des réponses comparables aux questions concernant les biens que possèdent (ordinateurs et automobiles, par exemple) et les dépenses que font (voyages d'agrément, par exemple) leur famille, une faible majorité d'entre eux seulement considèrent que leur famille est assez à l'aise ou très à l'aise financièrement. Cela semble indiquer que pour les jeunes, l'aisance financière de leur famille par rapport à celle des autres est aussi importante que les biens que possède leur famille.

Comportements des jeunes liés à la santé et effets de ces comportements sur leur santé

Pour être efficaces, la politique, les programmes et les pratiques d'éducation en matière de santé et de promotion de la santé en milieu scolaire doivent reposer sur une solide connaissance des comportements des jeunes liés à la santé, des effets de ces comportements sur la santé et des facteurs ayant une incidence sur ces comportements. Les chercheurs se doivent d'étudier à la fois les facteurs positifs et préventifs favorisant le maintien et l'amélioration de la santé des adolescents et les facteurs de risque susceptibles de provoquer une dégradation de leur santé et de les exposer à la maladie dans le futur. Sachant que les comportements adoptés par les jeunes peuvent avoir un effet bénéfique ou néfaste sur leur santé à court et à long terme, nous nous devons d'évaluer le plus large éventail possible de comportements, tant positifs ou favorables à la santé que négatifs ou nocifs pour la santé (y compris les comportements à risque pour la santé).

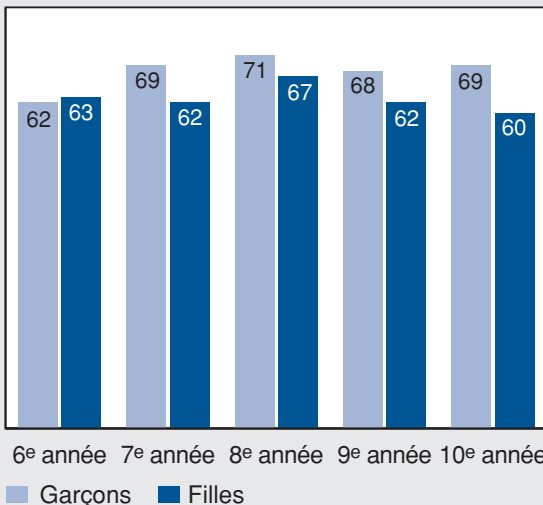
Modes de vie sains et poids santé

Pour vivre sainement, les jeunes doivent, entre autres, faire de l'activité physique et bien s'alimenter. L'Enquête HBSC est l'occasion d'examiner divers paramètres liés à un mode de vie sain : activité physique, comportements sédentaires (comme le fait de regarder la télévision), fréquence alimentaire, obésité, pratiques d'amaigrissement et image corporelle négative. Nous avons fait quelques constatations troublantes à cet égard. Premièrement, le pourcentage de personnes physiquement inactives et sédentaires est anormalement élevé chez les jeunes du Canada. Par contraste, le pourcentage d'enfants et d'adolescents qui ont déclaré consommer régulièrement des fruits, des légumes et du lait est

anormalement faible. Il n'est donc pas surprenant de constater qu'un élève canadien sur cinq a un excédent de poids ou est obèse.

Les problèmes d'inactivité et d'obésité sont particulièrement évidents chez les jeunes issus des familles les moins aisées (c.-à-d. les familles à faible statut socio-économique).

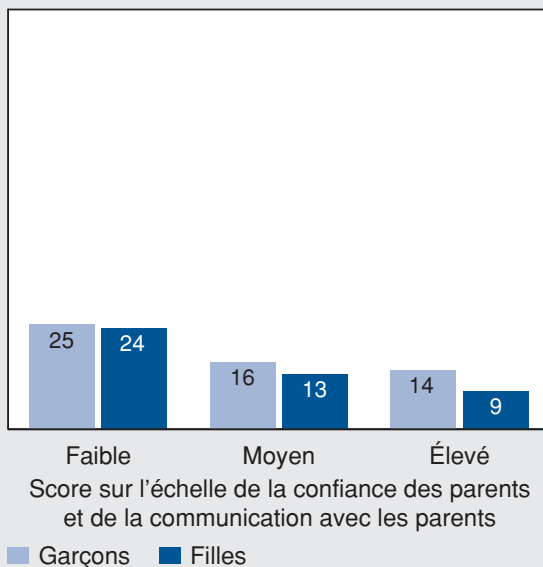
Élèves qui regardent la télévision pendant deux heures par jour ou plus, selon l'année d'études et le sexe (%)



Les comportements à risque pour la santé

Le taux d'usage quotidien du tabac a sensiblement diminué de 2002 à 2006 tant chez les garçons que chez les filles, particulièrement chez les élèves de 10^e année. Cette baisse substantielle s'explique par la désapprobation sociale dont fait l'objet le tabagisme. La proportion d'élèves de 10^e année qui ont déclaré avoir déjà bu suffisamment pour être « vraiment ivres » au moins deux fois a légèrement diminué de 2002 à 2006, mais elle est toujours de presque deux cinquièmes. Par

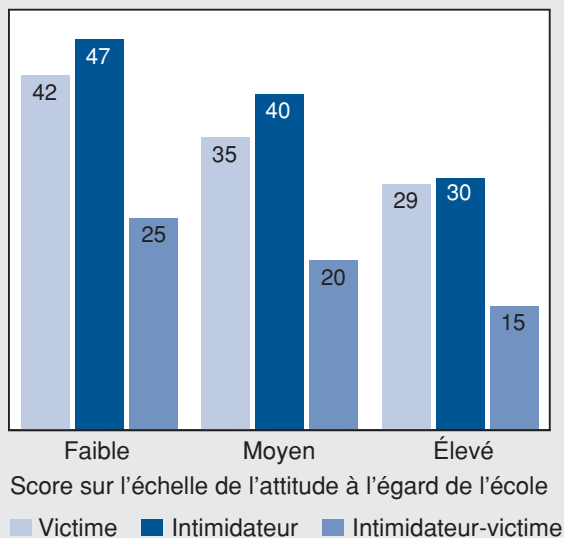
Élèves de 9^e et de 10^e année qui ont fumé du cannabis au cours des 30 derniers jours, selon la qualité des relations parents-enfants et le sexe (%)



ailleurs, la proportion des garçons de 10^e année qui ont déclaré avoir déjà fumé du cannabis a nettement régressé depuis l'enquête de 2002. Environ le cinquième des élèves de 9^e année et le quart de ceux de 10^e année ont déclaré avoir déjà eu des relations sexuelles et le condom est le moyen de contraception privilégié par les élèves de 9^e et de 10^e année.

Le pourcentage de garçons et de filles qui ont déclaré avoir fumé du cannabis au cours des 30 jours précédents est beaucoup plus élevé chez les élèves ayant des relations de piètre qualité avec leurs parents, conformément à l'échelle de la confiance des parents et de la communication avec les parents.

Incidence de l'intimidation selon l'attitude à l'égard de l'école (%)



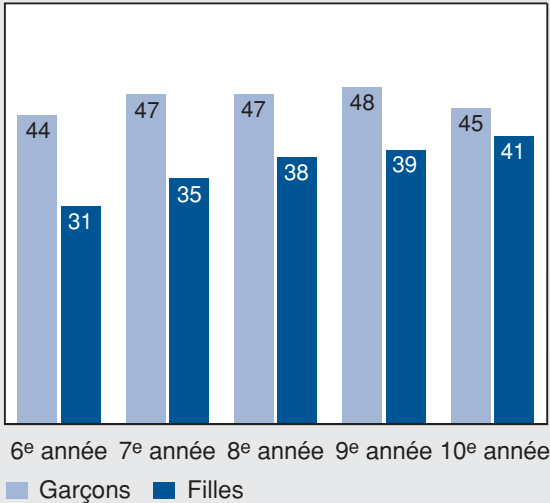
L'intimidation et les bagarres

L'intimidation continue d'être un problème considérable au Canada, une proportion alarmante d'adolescents ayant déclaré avoir été partie à des actes d'intimidation, à titre d'intimidateurs, de victimes, ou d'intimidateurs-victimes. Depuis 2002, l'incidence de la plupart des formes d'intimidation a diminué, mais on a enregistré une augmentation des cas de harcèlement fondé sur la race signalés tant par les garçons que par les filles, surtout au début du secondaire. Les élèves sont plus nombreux qu'en 2002 à déclarer avoir adopté des comportements belliqueux, surtout au début du secondaire.

Il existe une nette corrélation entre la probabilité d'être une victime d'intimidation, un intimidateur ou un intimidateur-victime et l'attitude à l'égard de l'école.

Les blessures et les traumatismes physiques

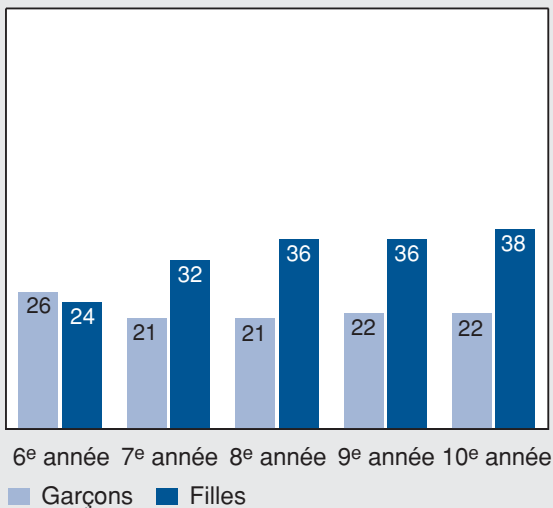
Élèves qui ont déclaré avoir subi une blessure nécessitant les soins d'un médecin ou d'une infirmière au cours des 12 derniers mois, selon l'année d'études et le sexe (%)



De fortes proportions d'élèves, pouvant atteindre pas moins de 31 à 48 %, ont déclaré avoir subi une ou plusieurs blessures ayant nécessité l'intervention d'un médecin au cours d'une période de douze mois. Il s'agit souvent de blessures graves, puisqu'elles nécessitent des soins médicaux importants et résultent en une perte considérable de temps pour les études et les activités habituelles, pouvant atteindre jusqu'à 2 452 jours d'absence par tranche de 1 000 élèves pour une période d'un an.

Une corrélation ténue, mais persistante, a été établie entre les environnements sociaux conférant une protection et des pourcentages plus faibles de blessure grave. Les facteurs associés à l'école, en particulier, un bon rendement scolaire, assurent une meilleure protection contre la survenue de blessures graves.

Élèves qui ont été déprimés (qui ont eu le cafard) au moins une fois par semaine, selon l'année d'études et le sexe (%)



La santé et le bien-être émotionnels

Bien que les garçons et les filles affichent une santé émotionnelle analogue au début du secondaire (6^e année), les filles de 10^e année connaissent nettement plus de problèmes de santé émotionnelle que les garçons. La période critique pour les filles semble se situer entre la 6^e et la 7^e année, alors que leur santé émotionnelle se détériore considérablement. Il semble que cet écart entre les garçons et les filles aille en s'élargissant par rapport aux premières années d'enquête.

La qualité de la relation avec les parents influe beaucoup plus sur la santé émotionnelle que le fait de vivre avec ses deux parents ou que l'aisance de la famille. De même, la qualité de l'expérience scolaire (attitude à l'égard de l'école) a une incidence plus marquée que le rendement scolaire. Enfin, les attitudes prosociales des amis sont davantage importantes pour la santé et le bien-être émotionnels que la qualité de la communication avec les amis.

Résumé

Il se dégage une uniformité remarquable de la courbe d'incidence des quatre contextes sociaux étudiés sur les comportements de santé et sur la santé des jeunes du Canada.

Ces contextes semblent avoir sur la santé des jeunes une incidence qui s'exerce selon une courbe de fréquence particulière. Les avantages au titre du capital scolaire sont constamment fortement corrélés avec les comportements sains liés à la santé et les répercussions favorables sur la santé. On relève en général une corrélation entre les avantages au titre du capital familial et les comportements sains liés à la santé et les répercussions favorables sur la santé. Les avantages au titre du capital socioéconomique sont partiellement corrélés avec les comportements sains liés à la santé, notamment le fait de ne pas fumer (chez les filles) et de ne pas avoir de relations sexuelles (chez les deux sexes), mais aussi avec un risque plus élevé de blessures et de recours à l'intimidation. Enfin, les avantages au titre du groupe de camarades ont à la fois des incidences favorables et défavorables sur la santé.

Cette courbe de fréquence nous indique, d'une part, que ce sont les interventions en milieu familial et scolaire qui offrent *les meilleures possibilités de réussite*, et, de l'autre, que ce sont les interventions axées sur le groupe de camarades et sur la politique des revenus qui représentent *les besoins les plus pressants*.

