

Graphique 6. Action en faveur de l'élaboration de politiques

UNE AIDE STRATÉGIQUE

Ces résultats font état des politiques adoptées par les quatre conseils scolaires du comté de Windsor-Essex pour prévenir les maladies chroniques. Alors que le ministère de l'Éducation a institué une politique régissant l'activité physique quotidienne dans les écoles élémentaires, la plupart des écoles sondées estiment qu'elles profiteraient de nouvelles politiques sur l'activité physique en milieu scolaire (76,4 %) et sur l'activité physique quotidienne en milieu scolaire (81,6 %). Le graphique 6 montre la réponse des écoles au sujet des avantages que tirent ces dernières de politiques qui favorisent un mode de vie sain à l'école. Outre l'activité physique, 63 % des écoles estiment qu'elles profiteraient de politiques sur une alimentation saine à l'école et 43,7 %, sur la consommation et l'abus d'alcool et de drogues. En tout, 37,1 % des écoles estiment qu'elles tireraient parti de politiques complémentaires sur le tabac en milieu scolaire.

CONCLUSION

Les écoles du comté de Windsor-Essex sont bien placées pour mobiliser les élèves et s'attaquer aux facteurs de risque modifiables associés aux maladies chroniques futures. Les résultats de ce sondage définissent le plan de référence des pratiques qui ont cours dans les écoles élémentaires en ce qui concerne l'activité physique quotidienne, une alimentation saine, le tabagisme et la consommation et l'abus d'alcool et de drogues. Alors que la majorité des écoles ont adopté des protocoles encourageant l'activité physique tant pendant la journée scolaire qu'en dehors des heures de classe, elles ne se conforment pas à 100 % à la politique sur l'APQ du ministère de l'Éducation. Près de 90 % des écoles favorisent un plus grand nombre de ressources pédagogiques et d'ateliers pour régler cette question. Parallèlement, ce sondage montre que les écoles, à des degrés divers, sont conscientes de l'importance d'une bonne alimentation en quantité suffisante. Cependant, la majorité des écoles se prononcent en faveur de politiques préconisant une alimentation saine à l'école.

Les directrices et directeurs d'école étaient moins susceptibles de demander des politiques complémentaires sur le tabagisme et sur la consommation et l'abus d'alcool et de drogues, peut-être en raison des prescriptions fort claires contenues dans la Loi autorisant un Ontario sans fumée, dont l'interdiction de fumer à l'école.

Les résultats du sondage montrent que les écoles estiment important de prêter attention aux facteurs favorisant un mode de vie sain, qui se répercuteront sur la santé et la réussite scolaire des élèves. Cependant, le sondage montre aussi que les politiques sur l'activité physique et une bonne alimentation sont nécessaires pour que les pratiques adoptées soient appliquées uniformément dans toutes les écoles de Windsor-Essex. Lorsqu'une déclaration qui encourage un milieu scolaire sain sera introduite, les élèves connaîtront bien les facteurs de risque modifiables associés aux maladies chroniques et pourront éprouver les bienfaits associés à une meilleure santé et à l'obtention de meilleurs résultats scolaires.



INTRODUCTION

L'Ontario est de plus en plus exposée à des épidémies de maladies chroniques¹. La maladie chronique se caractérise par une apparition graduelle suivie d'effets durables et comprend des maladies comme les maladies cardiovasculaires, le diabète et certaines formes de cancer². Les enfants d'âge scolaire sont susceptibles non seulement de contracter des maladies chroniques, mais aussi d'adopter des comportements qui sont à l'origine de maladies chroniques plus tard dans la vie¹.

Les enfants susceptibles de contracter des maladies chroniques éprouvent souvent des difficultés d'apprentissage³ et d'après les recherches menées, l'adoption de modes de vie actifs et sains joue un rôle moteur dans la réussite à l'école³. En aidant les enfants à choisir un mode de vie sain et notamment à faire davantage d'activité physique, ils parviendront à mieux apprendre à l'école⁴.

Mais heureusement, beaucoup de maladies chroniques peuvent être évitées¹, en particulier chez les enfants. Des facteurs de risque modifiables¹ influent fortement sur les maladies chroniques. Ces facteurs peuvent être rajustés pour accroître ou pour diminuer le risque de contracter une maladie chronique. L'activité physique, l'alimentation, le tabac et la consommation abusive d'alcool et de drogues figurent parmi les facteurs de risque modifiables les plus influents¹. Il est essentiel de mettre en œuvre des stratégies de promotion de la santé pour favoriser des modes de vie sains et prévenir les maladies chroniques.

Les écoles contribuent pour beaucoup à l'acquisition par les élèves de modes de vie sains. Les enfants peuvent y apprendre à bien s'alimenter et à faire de l'activité physique, ce qui leur permet de choisir des modes de vie sains. Ils peuvent aussi être familiarisés avec les méfaits du tabac, de l'alcool et des drogues.

Il importe de comprendre le rôle que les écoles jouent pour combattre les maladies chroniques. Comprendre la capacité actuelle d'intervention permet de renforcer les points forts, de diminuer les points faibles et de trouver des moyens d'encourager les écoles à prévenir les maladies

chroniques. Go For Health Windsor-Essex (GFH) a réalisé un sondage auprès des écoles du comté de Windsor-Essex sur les politiques existantes qui permettent de réduire les maladies chroniques et d'améliorer la santé des élèves. Les quatre conseils scolaires ayant participé à ce sondage sont : le Conseil scolaire de district du Centre-Sud-Ouest (CSDCSO), le Conseil scolaire de district des écoles catholiques du Sud-Ouest (CSDÉCSO), le Greater Essex County District School Board (GECDSB) et le Windsor-Essex Catholic District School Board (WECDSB). Le présent rapport résume les conclusions de ce sondage. Les résultats présentés aideront les décisionnaires à comprendre l'impact des maladies chroniques pour pouvoir mettre en œuvre des politiques qui pèseront sur les facteurs de risque modifiables.

MÉTHODES ET ANALYSE DES DONNÉES

Le comité du secteur de l'éducation de GFH a préparé un questionnaire sur l'activité physique, l'alimentation et la consommation abusive d'alcool et de drogues dans les écoles. Des questions précises ont été posées sur le recours à certaines stratégies, sur les ressources d'aide à la santé et sur les aides communautaires.

Ces questions ont été posées au moyen d'un questionnaire en ligne. Les directrices et directeurs de toutes les écoles élémentaires, exception faite de celles du CSDÉCSO,* ont été invités à participer à ce sondage en 2009. L'analyse des données a été confiée à un expert-conseil indépendant. Dans ce résumé, les fréquences valables sont notées quelle que soit la question. **

RÉSULTATS RÉPONSES AU QUESTIONNAIRE

Dans les quatre conseils scolaires, 115 des 133 directrices et directeurs d'école sondés (86,5 %) ont répondu au questionnaire.

*L'enquête effectuée par le CSDÉCSO portait sur les écoles élémentaires et secondaires de son district. Le présent rapport récapitulatif ne comprend que les données tirées des écoles élémentaires.

** Le taux de réponse est décrit par rapport au nombre de personnes ayant répondu à une question donnée.

ACTION en SANTÉ
WINDSOR-ESSEX

www.goforhealth.ca

Adresse d'Action en santé
500, av. Victoria, bureau 203
Windsor, ON N9A 4M8
Tel.: 519-982-4854
Fax: 519-258-9629

THE ONTARIO TRILLIUM FOUNDATION



PARTENAIRE FINANCIER:



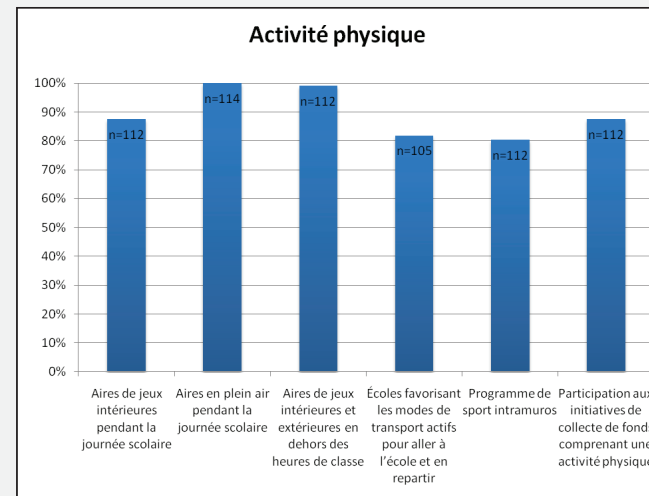
LE COMITÉ DIRECTEUR DE ACTION EN SANTÉ / GO FOR HEALTH WINDSOR ESSEX EST FORMÉ NOTAMMENT DES ORGANISMES ET BÉNÉVOLES SUIVANTS :
Société canadienne du cancer
Association canadienne du diabète
Réseau de prévention du cancer, Erie-St. Clair
Service des loisirs de la Ville de Windsor
District Stroke Strategy Windsor Essex

Réseau d'intégration des services de santé locaux d'Érié St. Clair
Programme régional de lutte contre le cancer, Erie-St. Clair
Greater Essex County District School Board
Hargreaves Stewart Inc.
Fondation ontarienne des maladies du cœur
Hôpital Hôtel-Dieu Grace
Ministère de la promotion de la santé et du sport, services régionales

Conseil multiculturel de Windsor et du comté d'Essex
SW Ontario in motion
Ville de LaSalle
Ville de Tecumseh
Université de Windsor, École de sciences infirmières
Bureau de santé du comté de Windsor-Essex
Centre de santé communautaire de Windsor Essex
Hôpital régional de Windsor
YMCA du comté de Windsor-Essex

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

L'activité physique est un facteur important de prévention des maladies chroniques. De faibles niveaux d'activité physique sont largement associés à l'obésité et au risque accru de diabète, de maladies cardiovasculaires et de cancer⁵⁶. Environ 16 % des enfants d'âge scolaire au Canada n'ont pas le niveau d'activité recommandé⁶. Les écoles peuvent contribuer pour beaucoup à augmenter ce pourcentage en faisant de l'activité physique une activité quotidienne.

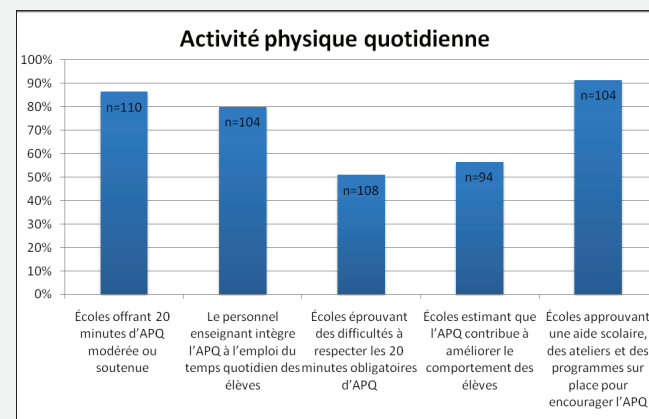


Graphique 1. Réponses positives concernant l'activité physique dans les écoles

Le graphique 1 montre les résultats du sondage sur les ressources et espaces consacrés à l'activité physique des élèves. Toutes les écoles mettent des espaces extérieurs à la disposition des élèves pendant la journée scolaire et 87,5 % disent disposer d'espaces intérieurs pendant la même période. Toutes les écoles ou presque (99,1 %) permettent aux élèves, à des groupes communautaires et à des organismes sans but lucratif ou privés d'avoir accès aux espaces intérieurs ou extérieurs en dehors des heures de classe. Ces résultats indiquent que les élèves disposent des espaces voulus pour faire de l'activité physique quotidiennement. Ils montrent aussi que les espaces mis à la disposition des élèves sont suffisants pour permettre à ceux-ci de faire de l'activité physique tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'école pendant et après les heures de classe.

La plupart des écoles (81,9 %) favorisent les modes de transport actifs (à pied, à bicyclette, en planche à roulettes, etc.) pour venir à l'école et en repartir.

Les programmes intramuros et les événements spéciaux offrent d'autres occasions aux élèves de faire de l'activité physique. Associer l'activité physique à des événements amusants et positifs contribue pour beaucoup à favoriser un comportement sain toute la vie⁷. Beaucoup d'écoles (80,4 %) offrent des programmes de sport intramuros alors que 87,5 % d'entre elles participent à des initiatives de collecte de fonds comportant une activité physique.



Graphique 2. Réponses concernant l'activité physique quotidienne (APQ) dans les écoles

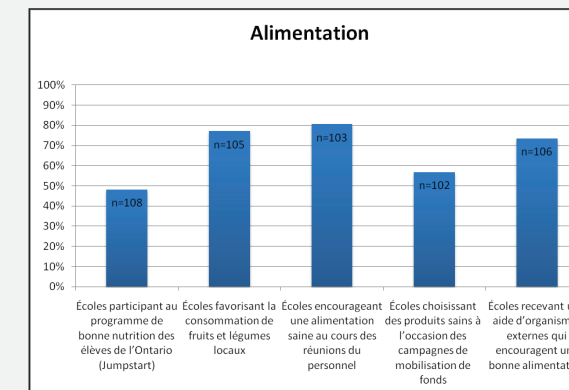
ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE

L'activité physique quotidienne (APQ) fait partie intégrante du programme d'études imposé par le ministère de l'Éducation. D'après les résultats du sondage, 13,6 % des écoles de la région n'offrent pas 20 minutes d'APQ modérée ou soutenue chaque jour. Qui plus est, 20,2 % du personnel enseignant n'intègre pas l'APQ à l'emploi du temps quotidien des élèves. Compte tenu de ces résultats, il se peut que l'APQ ne soit pas effectuée de manière aussi uniforme que celle indiquée.

Le graphique 2 donne à penser que les écoles essaient d'inclure l'activité physique dans leurs programmes d'études. Outre l'APQ rendue obligatoire par le ministère de l'Éducation, ces tentatives se justifient peut-être du fait que certaines écoles (56,4 %) notent une amélioration du comportement des élèves qui font de l'APQ. Cependant, la moitié des écoles (50,9 %) admettent éprouver des difficultés à respecter les 20 minutes obligatoires d'APQ et 91,3 % des écoles disent qu'elles aimeraient avoir d'autres ressources comme des ateliers pour favoriser la mise en œuvre des politiques d'APQ.

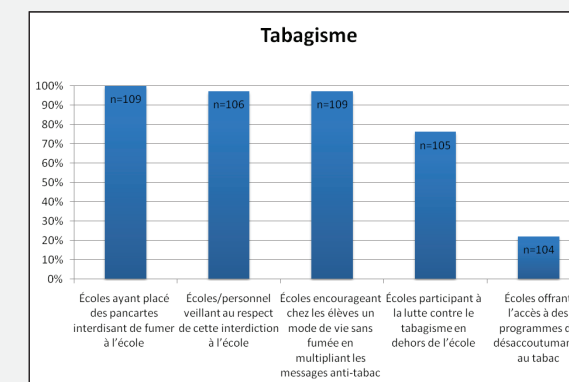
L'ALIMENTATION

Selon le Guide alimentaire du Canada, une bonne alimentation est un des moyens les plus efficaces de prévenir les maladies chroniques⁵⁹. Les écoles peuvent recourir à la sensibilisation, à des programmes spéciaux, à des activités, à des mises en situation et à des initiatives de collecte de fonds pour promouvoir une alimentation saine.



Le graphique 3 montre que, dans l'ensemble des conseils scolaires, 77,1 % des écoles favorisent la consommation de fruits et légumes locaux, 80,6 % encouragent une alimentation saine au cours des réunions du personnel et 56,9 % choisissent des produits santé à l'occasion des campagnes de mobilisation de fonds. Près de la moitié des écoles (48,1 %) disent participer à des programmes de nutrition comme le programme de bonne nutrition des élèves de l'Ontario (Jumpstart). De plus, 73,6 % des écoles reçoivent une aide d'organismes externes qui encouragent une bonne alimentation chez les élèves.

Graphique 3. Réponses positives concernant les habitudes alimentaires dans les écoles

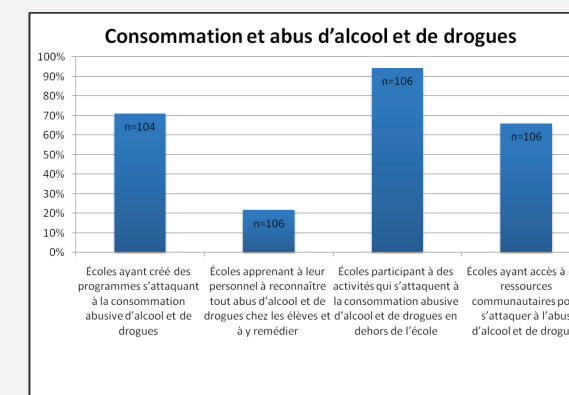


Graphique 4. Réponses positives concernant le tabagisme dans les écoles

LE TABAGISME

La population est de plus en plus consciente des méfaits du tabac. Alors que le cancer du poumon en est la résultante la plus courante, le tabac est en fait associé à d'autres maladies dont une série de cancers et de maladies du cœur¹⁰. Le graphique 4 indique que toutes les écoles ont placé des pancartes interdisant de fumer à l'école et 97,2 % des écoles veillent au respect de cette interdiction à l'école même, se conformant ainsi à la Loi autorisant un Ontario sans fumée¹¹.

La grande majorité des écoles (97,2 %) disent encourager un mode de vie sans fumée en multipliant les messages anti-tabac. De plus, 76,2 % des écoles indiquent qu'elles participent à des activités de lutte contre le tabagisme en dehors de l'école, lesquelles encouragent un mode de vie sans fumée comme le programme Hocus Pocus. Cependant, seules 22,1 % des écoles offrent l'accès à des programmes de désaccoutumance au tabac. Cet écart est peut-être dû au fait que ces types de programmes ne sont pas accessibles à certaines classes.



Graphique 5. Réponses positives concernant la consommation et l'abus d'alcool et de drogues

LA CONSOMMATION ABUSIVE D'ALCOOL ET DE DROGUES

La consommation et l'abus d'alcool et de drogues sont un danger pour les élèves des écoles élémentaires. Ce qui est inquiétant, c'est que ces jeunes pourraient non seulement consommer eux-mêmes de l'alcool ou des drogues, mais aussi être le témoin d'une telle consommation¹². Le graphique 5 indique les réponses positives concernant la consommation et l'abus d'alcool et de drogues.

Dans l'ensemble, 71,2 % des écoles disent avoir créé des programmes de lutte contre la consommation et l'abus d'alcool et de drogues. Les programmes destinés aux écoles élémentaires diffèrent beaucoup de ceux offerts au secondaire dans la mesure où le modèle retenu est l'aiguillage vers des organismes spécialisés, ce qui explique que seules 21,7 % des écoles apprennent à leur personnel à reconnaître les cas d'abus ou de consommation d'alcool et de drogues chez les élèves et à y remédier.

Les écoles étaient beaucoup plus susceptibles d'indiquer qu'elles participaient à des activités de lutte contre la consommation et l'abus d'alcool et de drogues en dehors de l'école comme Racing Against Drugs (la course contre la drogue). Environ deux tiers des écoles disent faire appel aux ressources communautaires pour affronter ces problèmes.