

Analyse qualitative et quantitative de l'activité physique des enfants préscolaires dans la région des trois frontières

1. Problème et objet de l'étude

Le manque d'activité physique et une alimentation déséquilibrée sont les principaux facteurs d'apparition des problèmes d'excès de poids et d'obésité. Des mesures interconnectées de promotion de la santé et de prévention au sens large en faveur de la santé publique, ciblant le comportement alimentaire et en matière d'activité physique dès la petite enfance, sont nécessaires pour réduire le nombre d'enfants souffrant de surpoids et d'obésité et ainsi renforcer leurs chances de se développer en bonne santé.

Le succès des politiques publiques de santé qui visent à encourager l'activité physique et une alimentation saine des enfants d'âge préscolaire ne peut toutefois être garanti que si ces interventions sont toujours parfaitement adaptées aux conditions spécifiques du secteur de l'éducation. Le présent document étudie les différences éventuelles entre les activités physiques pratiquées par les enfants préscolaires dans les trois pays, à savoir l'Allemagne, la Suisse et la France, au sein de l'espace du Rhin supérieur. Pour ce faire, les structures éducatives de chaque pays et leurs répercussions sur les activités proposées aux enfants ont été examinées, mais aussi les facteurs sociaux et environnementaux étant donné qu'une analyse de l'activité physique nécessite toujours une approche pluridimensionnelle.

L'objectif du présent document est de décrire, d'évaluer et d'analyser le comportement en matière d'activité physique des enfants préscolaires sur la base des données collectées.

La question centrale qui sous-tend cet examen est la suivante : existe-t-il des différences en matière d'activité physique entre les enfants préscolaires allemands (Fribourg, Palatinat), suisses (Bâle) et français (Strasbourg) dans la région du Rhin supérieur ?

Quel rôle jouent les principales variables socioéconomiques, comme le niveau de formation, les revenus, le contexte au regard de l'immigration etc. au regard de l'activité physique des enfants préscolaires qui ont fait l'objet de l'étude ?

L'analyse a été conçue de manière à tenir compte du plus grand nombre possible de facteurs environnementaux et à les aborder en alternance.

2. Conception de l'étude et méthode

Les données ont été collectées dans les trois villes de Fribourg, Bâle et Strasbourg. Ces villes ont été choisies en raison de leur nombre d'habitants, relativement similaire, afin d'éliminer tout risque de distorsion des résultats par ville/pays. Étant donné que le Palatinat devait aussi être intégré dans l'étude, au titre de zone incluse dans l'espace du Rhin supérieur, des données supplémentaires ont été collectées à Landau et Dannstadt. Toutes ces données ont été relevées en été afin de minimiser les influences saisonnières sur les résultats. Les structures de garde d'enfants étudiées ont été choisies de manière aléatoire. Par contre, elles ont ensuite elles-mêmes choisi de participer à l'étude ou non, de telle sorte que seules les structures ayant signalé leur accord à cette participation ont été intégrées dans l'analyse.

Des données anthropométriques comme la taille, le poids et les plis cutanés (pour calculer la graisse corporelle en %) ont été relevées. La mesure de l'activité physique a été réalisée au moyen d'un accéléromètre sur une période de sept jours (cinq jours en semaine + week-end). En outre, les parents ont rempli des questionnaires sur leur statut socioéconomique, leur propre niveau d'activité physique et leur consommation de médias, ainsi que sur les mêmes variables concernant leurs enfants. Les établissements ont mis à disposition leurs plannings horaires et hebdomadaires.

3. Résultats

Description des jeux de données

Au total, des jeux de données valides ont été mis à disposition pour $N = 117$ enfants des quatre secteurs : $N = 28$ enfants de trois structures de garde différentes à Fribourg, pour le secteur « Fribourg » ; $N = 37$ enfants de trois structures différentes à Strasbourg, pour le secteur « Strasbourg » ; $N = 23$ enfants d'une structure à Landau et d'une autre à Dannstadt, pour le secteur « Palatinat » ; $N = 20$ enfants de trois structures différentes à Bâle, pour le secteur « Bâle ».

L'âge moyen des enfants de l'étude était de 5,3 ans (fourchette : 4 à 7 ans). $N = 49$ garçons et $N = 68$ filles ont été étudiés ; la parité est donc considérée comme relativement respectée.

Parmi les $N = 117$ enfants, 2,9 % présentaient un poids insuffisant ($< 10^{\text{e}}$ percentile), 79,5 % un poids normal (10^{e} au 90^{e} percentile) et 17,9 % un poids excessif ($> 90^{\text{e}}$ percentile). Cette répartition fait apparaître une proportion colossale d'enfants en surpoids dans cette classe d'âge par rapport à d'autres études empiriques globales (KIGGS/Allemagne : 6,2 % d'enfants en surcharge pondérale et/ou obèses). Les familles faisant l'objet de l'étude sont à 47 % des familles sans contexte d'immigration, 23 % à contexte d'immigration unique (ce qui signifie que l'un des parents est issu de l'immigration) et 18 % à contexte d'immigration double (les deux parents sont issus de l'immigration). En outre, le contexte social joue un rôle décisif. Sur la base des données collectées, 12,4 % étaient des familles à situation sociale élevée, 31,4 % à situation sociale moyenne et 56,2 % à situation sociale précaire. Il convient donc de tenir compte avant tout de l'effet cumulatif de la situation sociale et du contexte au regard de l'immigration.

Activité physique

L'analyse de l'activité physique moyenne en semaine de 9h à 12 heures (en matinée) concerne le temps au cours duquel tous les enfants étaient pris en charge par les établissements concernés. Il en ressort que les enfants ayant fait l'objet de l'étude à « Strasbourg » et dans le « Palatinat » sont nettement plus longtemps passifs que les enfants de « Fribourg » et « Bâle », beaucoup plus actifs en comparaison ($p < .05$).

Une analyse de la variance à un facteur montre qu'il n'existe aucune différence significative en moyenne au niveau des périodes passives et actives en semaine de 14h à 18 heures entre les sites. Une analyse différenciée a donc été réalisée, qui tenait compte des facteurs de l'inégalité sociale, du contexte au regard de l'immigration et de la situation sociale, dans le but de vérifier les groupes cibles qui pouvaient éventuellement profiter d'une prise en charge institutionnelle dans l'après-midi. Une nouvelle analyse de la variance à un facteur a montré que les enfants présentant un contexte d'immigration et qui se trouvaient dans une situation sociale plus difficile ($p = .07$) étaient passifs plus longtemps que les enfants des autres groupes comparatifs.

L'activité en fin de semaine ne diffère pas énormément entre les secteurs. Dans l'ensemble, les enfants sont passifs plus longtemps le week-end qu'en semaine. De plus, les enfants de situation sociale plus faible, indépendamment du secteur, sont passifs sensiblement plus longtemps en fin de semaine que les enfants ayant une situation sociale moyenne à élevée. Les enfants qui sont membres d'un club sportif sont passifs encore nettement moins longtemps que les autres sur l'ensemble de la semaine. Toutefois, l'appartenance à un club sportif est aussi déterminée par la catégorie « situation sociale » : en effet, les enfants venant de familles de faible situation sociale sont beaucoup moins souvent membres d'un club sportif que ceux issus de familles à situation sociale élevée.

Les enfants en surpoids (à partir du 90^{e} percentile) sont passifs notablement plus longtemps, tant pendant la semaine que le week-end, que les enfants présentant un poids normal.

4. Discussion

Une comparaison entre les secteurs de l'activité physique moyenne de 9h à 12 heures dans les structures de garde, démontre que les enfants de Strasbourg et du Palatinat comptent nettement plus de temps passif et beaucoup moins de temps actif que les enfants de Fribourg et de Bâle.

À Strasbourg, cette proportion plus importante de temps passif est vraisemblablement liée à la culture de l'enseignement en grande section de maternelle, généralement plus statique. En France, les garderies sont remplacées dès 3 ans par des structures éducatives qui ne sont introduites dans les autres pays qu'à partir de l'école élémentaire. Les enfants français de 5 ans apprennent déjà à lire, à écrire et à effectuer des opérations mathématiques simples.

Ces activités essentiellement réalisées en position assise impliquent des temps passifs plus élevés, qui ne peuvent être compensés par la pause de 30 minutes systématiquement prévue dans l'emploi du temps, par rapport aux autres sites comme Fribourg et Bâle.

Les garderies étudiées dans le Palatinat, à Fribourg et à Bâle suivent un concept ouvert, ce qui signifie que les enfants décident eux-mêmes des activités qu'ils souhaitent pratiquer, quand et pendant combien de temps. Ce temps passif important chez les enfants du Palatinat peut vraisemblablement s'expliquer par le fait que les enfants ayant fait l'objet de l'étude ont préféré des activités assises (dessiner, bricoler, jouer à la poupée, etc.) au lieu d'utiliser l'espace mis à leur disposition de façon plus active. **Ce résultat démontre qu'un concept ouvert n'incite pas les enfants préscolaires à avoir davantage d'activités physiques et que, pendant les temps libres, des modules d'activité physique doivent être proposés par les éducateurs à tous les enfants → par exemple grâce à des programmes de formation continue destinés aux éducateurs concernant les activités physiques, comme le projet « Kinder in Bewegung » (*Les enfants en mouvement*) conduit par l'organisation Badische Sportjugend.**

Aucune différence significative n'a été notée entre les secteurs pour l'après-midi (prise en charge sur la journée ou par demi-journée). Néanmoins, l'analyse différenciée ayant posé la question de savoir quel groupe cible pouvait éventuellement être pris en charge sur des journées complètes, a mis en évidence des effets non négligeables liés aux inégalités sociales. Le fait que les enfants qui présentent un contexte d'immigration et qui sont élevés dans des conditions sociales plus précaires tendent à avoir moins d'activités physiques entre 14h et 18 heures en semaine que les enfants sans contexte d'immigration et en situation sociale élevée ou faible, ou présentant un contexte d'immigration et en situation sociale élevée, démontre l'effet cumulatif des deux catégories sociales « contexte au regard de l'immigration » et « situation sociale ».

La fin de semaine est généralement une « période problématique » en ce qui concerne l'activité des enfants : les enfants présentant un poids normal tout comme les enfants en surpoids sont (notamment) plus passifs le week-end que pendant la semaine. → **Intervention/formation auprès des parents pour la mise en place d'un mode de vie plus actif le week-end.**

De plus, les enfants en surpoids de ce groupe d'âge sont encore beaucoup plus passifs que ceux qui ont un poids normal. Ce résultat démontre que, même en période préscolaire, des stimulations spécifiques doivent être mises en place pour pousser les enfants en surpoids à être plus actifs. Contrairement à l'hypothèse selon laquelle l'âge préscolaire serait encore une étape de la prévention de l'obésité, les résultats attestent que, du moins dans les établissements ayant été étudiés, le nombre d'enfants présentant une surcharge pondérale est déjà sensiblement plus élevé que dans les analyses précédentes, et que ce groupe se distingue en outre par une activité physique plus faible. → **Les structures de garde comme cadre d'intervention ?**