

RÉSUMÉ

De nos jours, les jeunes ont un mode de vie beaucoup plus sédentaire qu'auparavant : 52% des jeunes Québécois de 12 à 17 ans n'atteignent pas le niveau recommandé d'activité physique qui correspond à au moins une heure par jour à une intensité modérée (Nolin et Hamel, 2005). Ce faible taux d'engagement en termes d'activité physique peut s'expliquer, entre autres, par le fait qu'un jeune Québécois regarde la télévision en moyenne 14,9 heures par semaine (Statistique Canada, 2005). Ce phénomène permet d'expliquer que 25% des jeunes Québécois (6 à 16 ans) se caractérisent par un surplus de poids, l'obésité ou l'embonpoint (Lavallée et Stan, 2004).

C'est à partir des constats liés au mode de vie des jeunes d'aujourd'hui qu'est né le partenariat entre le réseau de la santé et de services sociaux et le réseau de l'éducation. Cette entente a abouti sur un projet commun : l'approche « École en santé ». Elle vise l'implantation et l'amélioration de saines habitudes de vie concernant l'alimentation, l'activité physique, le sommeil, tout en incluant la participation active des enseignants, des parents et des membres de la communauté. La présente étude s'inscrit dans le cadre de la deuxième étape du déploiement de l'approche École en santé : l'analyse du milieu.

L'objectif de cette étude est de dresser le portrait de la situation initiale des élèves d'une école primaire au Québec. Les caractéristiques des élèves retenues pour l'étude sont associées à deux facteurs clefs du développement du jeune tels que proposés par l'approche École en santé, soit les *saines habitudes de vie* et les *comportements sains et sécuritaires*.

Des questionnaires, élaborés et validés par le comité École en santé, ont été proposés aux élèves d'une école primaire de la Commission Scolaire de l'Énergie en Mauricie.

Suite à la compilation des résultats et leur traitement statistique, il est apparu clairement que les jeunes de cet établissement scolaire, caractérisé par un indice de défavorisation de neuf sur dix, ne présentent pas de très saines habitudes de vie.

En effet, près de 62% des élèves de cette école ne respectent pas le seuil minimum d'activité physique évalué par le Comité scientifique de Kino-Québec, soit une heure par jour à intensité modérée. Ces chiffres peuvent s'expliquer par le fait que 54,3% des élèves préfèrent regarder la télévision ou jouer aux jeux vidéo en rentrant de l'école.

En ce qui concerne l'alimentation, il est inquiétant de constater que près de la moitié des élèves de cette école ne consomment au maximum que deux portions de fruits et légumes par jour. Cela va à l'encontre du *Guide alimentaire canadien* (Ministère de la santé, 1992) qui recommande de consommer au moins cinq portions quotidiennes de fruits et légumes. Les habitudes alimentaires de ces jeunes ne sont pas saines puisque, en plus du manque de fruits et légumes, seulement 20% des élèves de cette école ne déjeunent le matin que quatre fois pas semaine au maximum.

Les résultats issus des questionnaires administrés aux 222 élèves apportent l'éclairage nécessaire pour revoir le plan de réussite de cette école primaire, de manière à favoriser la réussite éducative, la santé et le bien-être de ses jeunes. Les objectifs et les actions éducatives inscrits dans le futur plan de réussite permettront d'offrir un environnement plus favorable à la réussite éducative, à la santé et au bien-être des élèves.

De plus, les résultats de la présente étude pourraient guider de futures initiatives scolaires en matière de santé dans leurs efforts visant à contrer des obstacles potentiels. Enfin, les résultats attendus sont extrêmement précieux à ce stade-ci du déploiement de l'approche École en santé au Québec puisqu'ils tracent le portrait initial indispensable à toute étude d'impacts pouvant être conduite dans le futur.