



Référence

Gauvin, L., Richard, L., Craig, C. L., Spivock, M., Riva, M., Forster, M., Laforest, S., Laberge, S., Potvin, L., Fournel, M.-C., & Gagnon, H. (2005). From « Walkability » to « Active Living Potential »: An Ecometric Validation Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 28/2S2 : 126-133.

Autres références d'intérêt

Site WEB pour le manuel de l'instrument de mesure du Potentiel de vie active dans les quartiers : www.cflri.ca

Site WEB de la Robert Wood Johnson Foundation : www.rwjf.org/index.jsp

Site WEB de la Active Living Research : www.activelivingresearch.org/
Sallis et al. (2006) An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health*, 27,297-332.

Brownson et al. (2006). Shaping the context of health: A Review of Environmental and Policy Approaches in the Prevention of Chronic Diseases. *Annual Review of Public Health*, 27, 341-370.

Transportation Research Board (2005). Does the built environment influence physical activity: Examining the evidence. Report 282. Adresse WEB : www.iom.edu/CMS/3793/15724/24476.aspx

Kino-Québec, Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger Adresse WEB : www.kino-quebec.qc.ca/municipal.asp

Les intervenants

Marie-Chantal Fournel

Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux • Direction de la santé publique, Montréal-Centre

Hélène Gagnon

Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux • Direction de la santé publique, Montérégie

Suzie Gagné

Ville de Montréal

Les étudiants doctoraux et stagiaire postdoctoral

Mylène Riva

Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal • Centre de recherche Léa-Roback • GRIS, Université de Montréal

Michael Spivock

Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal • Centre de recherche Léa-Roback • GRIS, Université de Montréal

Tracie Barnett

Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal • Centre de recherche Léa-Roback • GRIS, Université de Montréal

Les chercheurs

Lise Gauvin

Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal • Centre de recherche Léa-Roback • GRIS, Université de Montréal

Lucie Richard

Faculté des sciences infirmières, Université de Montréal • Centre de recherche Léa-Roback • Centre de recherche, Institut universitaire de gériatrie de Montréal • GRIS, Université de Montréal

Cora Lynn Craig

Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, Ottawa, Ontario

Sophie Laforest

Département de kinésiologie, Université de Montréal • CLSC René-Cassin, GRIS, Université de Montréal

Suzanne Laberge

Département de kinésiologie, Université de Montréal

Louise Potvin

Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal • Centre de recherche Léa-Roback • GRIS, Université de Montréal

Ces travaux ont été rendus possible grâce à une subvention des Instituts de recherche en santé du Canada.



Université de Montréal

LÉA-ROBACK
CENTRE DE RECHERCHE

Ce document a été produit dans le cadre du mandat du Centre Léa-Roback en vue d'assurer la diffusion des résultats de recherche auprès des utilisateurs potentiels

Potentiel du quartier résidentiel pour promouvoir une vie active : quelques résultats du projet MARCHE

Faits saillants du projet de recherche

La sédentarité représente un enjeu de santé publique important car les coûts occasionnés par les maladies associées à un mode de vie inactif sont élevés et une faible proportion de la population est suffisamment active pour en retirer des bénéfices. Or, selon les autorités de santé publique pour atteindre des objectifs de santé, l'activité physique doit être intégrée dans le mode de vie en cumulant au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée, et ce, presque tous les jours. Face à ces objectifs, on constate qu'un mode de vie inactif est plus répandu chez les populations défavorisées.

Afin de développer des interventions populationnelles efficaces, il est donc primordial de mieux comprendre les déterminants individuels et environnementaux de la pratique régulière de l'activité physique. En particulier, il existe d'importantes lacunes dans les connaissances relatives à la relation entre les environnements du quartier de résidence et le niveau d'activité physique et, plus particulièrement, la marche. Or, une meilleure compréhension de cette relation semble être une avenue prometteuse pour développer des interventions de type populationnel. L'objectif principal de ce projet de recherche est donc de mieux comprendre la relation entre le potentiel de vie active et la marche dans des quartiers résidentiels situés dans des milieux urbains et en banlieue. À cette fin, nous avons mené un projet en deux volets.

Volet 1

La première base de données a été constituée d'informations obtenues par observation sur les environnements de quartier dans les 27 arrondissements de la ville de Montréal. Des évaluateurs ont utilisé des grilles d'observation pour évaluer trois aspects spécifiques du potentiel de vie active de 112 quartiers (définis ici par les contours de secteurs de recensement), soit la convivialité, la sécurité et la densité des destinations.

Volet 2

Dans la deuxième base de données, 2923 personnes âgées de 45 ans et plus et vivant dans les 112 secteurs de recensement ont participé à des entrevues téléphoniques qui ont permis de connaître leurs pratiques de marche, leurs autres habitudes de vie et leurs caractéristiques sociodémographiques.

Les trois dimensions qui permettent d'évaluer le potentiel de vie active d'un quartier

- **Convivialité:** environnement bâti qui facilite la pratique de différentes activités physiques telles la marche, le vélo, le patin à roues alignées et le transport en fauteuil roulant
- **Sécurité:** environnement bâti et caractéristiques sociales qui créent un sentiment de sécurité chez les gens qui se promènent dans le quartier
- **Densité des destinations:** environnement bâti et caractéristiques sociales associées à un nombre important et une grande variété de destinations qui permettent de réaliser ses aspirations personnelles telles l'achat de biens à la consommation, travailler, participer à des événements communautaires, utiliser les biens publics et pratiquer ses loisirs.

conception graphique : Manon André photos (source Morguefile) : Cahilus, Clara Clarita, Naomi Ferguson, Sanjay Pradyath, Nicolas Raymond et Malinda Weite



Volet 1

Les méthodes

Après une formation de trois jours, huit observateurs ont reçu des cartes géographiques de 112 secteurs de recensement où on avait dessiné un tracé prédéterminé. Les observateurs, qui travaillaient en paires, ont parcouru les tracés et ont évalué le potentiel de vie active des quartiers à l'aide d'une grille d'observation comprenant 18 items. Les 18 items se rapportaient à trois dimensions du potentiel de vie active dans le quartier, soit la convivialité (6 items), la sécurité (4 items) et la densité des destinations (8 items). Un total de 4032 observations ont été recueillies. Certaines données du recensement canadien de 2001 ont été appariées aux données de quartiers pour mieux comprendre la relation entre le potentiel de vie active dans le quartier et le degré de favorisation des populations y vivant.

Les résultats

La fiabilité et la validité des mesures portant sur le potentiel de vie active des quartiers sont très bonnes. De plus, la dimension sécurité d'un quartier est associée au niveau de favorisation matérielle des populations qu'on y retrouve. Par ailleurs, dans les quartiers où la densité de destinations est élevée, on retrouve un niveau de favorisation matérielle des résidents plus bas. Cependant, ces quartiers sont aussi caractérisés par une proportion élevée de répondants qui utilisent la marche comme moyen de transport pour aller au travail. Enfin, la densité des destinations élevée d'un quartier est associée à une sécurité et à une convivialité faibles.

Les différents types de marche et les recommandations de santé publique

- **Marche utilitaire:** épisodes de marche effectués pour accomplir des aspirations personnelles (emplettes, transport, sorties...)
- **Marche de loisir:** épisodes de marche effectués spécifiquement pour maintenir/améliorer sa santé ou pour le plaisir de marcher
- Pour rencontrer les critères de santé publique relativement à la quantité d'activité physique minimale pour retirer des bénéfices santé, il faut marcher à environ 5km/heure, au moins 5 fois par semaine pendant au moins 30 minutes



Volet 2

Les méthodes

Un échantillon de 2923 personnes âgées de 45 ans et plus et qui vivaient dans les 112 secteurs de recensement observés lors du Volet 1 ont participé à une entrevue téléphonique d'une durée approximative de 20 minutes. L'entrevue portait sur la marche utilitaire et la marche de loisir, les habitudes de vie, l'état de santé et les caractéristiques personnelles. Les données de sondage ont été appariées avec les observations faites dans les 112 secteurs de recensement et les caractéristiques des populations y vivant.

Les résultats

Un sous-échantillon de 2614 personnes ont fourni des données complètes sur toutes les variables incluses dans les analyses rapportées ci-dessous. Environ 26 personnes ont été recrutées dans chacun des secteurs de recensement. Cet échantillon comprend plus de femmes que d'hommes (61,1 %), plus de personnes âgées de 55 ans et plus par rapport à la catégorie des 45 à 54 ans. Environ un quart des personnes de l'échantillon n'ont pas obtenu un diplôme d'études secondaires. Environ 31,6 % des répondants ont obtenu un diplôme universitaire, 71 % ont un permis de conduire valide et 21,7 % sont nés à l'extérieur du Canada. Environ 43,5 % vivent avec un conjoint et 42,9 % sont retraités. Environ 18,7 % ont un revenu familial moyen en-dessous de 20 000\$ par année alors que 22,3 % ont un revenu familial excédant 60 000\$ par année. En matière de santé, environ 36,3 % ont un indice de masse corporelle estimé reflétant un excès de poids alors que 15,7 % des répondants ont un indice de masse corporelle qui correspond à un état d'obésité. Environ 17,2 % se perçoivent comme ayant un état de santé moyen ou faible, 16,7 % indiquent que leur santé s'est détériorée au cours de la dernière années alors que 16,7 % indiquent que leur santé s'est améliorée pendant la même période.

Les résultats montrent que la probabilité de pratiquer la marche utilitaire varie entre les quartiers (moyenne estimée de 17 %; variabilité estimée entre 9,9 % et 27,8 %). Par contre, la pratique de la marche de loisir ne varie pas de façon significative entre les quartiers (moyenne estimée de 15 %; variabilité estimée entre 15 % et 17 %). Au-delà des caractéristiques individuelles, une probabilité élevée de pratiquer la marche utilitaire est associée au fait de vivre dans un quartier où la densité des destinations est élevée et où la proportion de personnes ayant obtenu un diplôme universitaire est élevée. Aucune des caractéristiques des quartiers mesurées dans cette étude n'est associée à la probabilité de pratiquer la marche de loisir.

Résumé

- Dans les quartiers où la densité des destinations est plus élevée, la sécurité et la convivialité sont moins élevées
- La densité des destinations est associée à une plus grande probabilité de pratiquer la marche utilitaire au moins 5 jours par semaine pendant 30 minutes
- Une proportion élevée de personnes avec une scolarité universitaire est aussi associée à la pratique régulière de la marche utilitaire;
- La pratique de la marche de loisir n'est pas associée aux caractéristiques de quartier mesurées dans ce projet

Limites

- Il s'agit d'une étude avec un devis transversal, alors que des données longitudinales seraient plus révélatrices
- Les données relatives à la pratique de la marche pourraient être validées avec d'autres mesures

Enjeu et Recommandation

- **Enjeu :** les populations ne sont pas réparties aléatoirement dans les quartiers; les gens qui choisissent de vivre dans un quartier le font pour adopter le mode de vie souhaité
- **Recommandation :** créer des environnements de quartier qui permettent la mixité résidentielle et commerciale

