

# INDICATEURS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, DU COMPORTEMENT SÉDENTAIRE ET DU SOMMEIL (APCSS)

STATISTIQUES RAPIDES, ENFANTS (5 À 11 ANS) ET JEUNES (12 À 17 ANS), CANADA, ÉDITION 2021

GRUPE INDICATEUR	INDICATEURS	MESURES	DONNÉES LES PLUS RÉCENTES	SOURCE DE DONNÉES (ANNÉES)	
<b>Activité Physique</b>					
Individu	Suivi des recommandations en matière d'activité physique	Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes qui suivent les recommandations en matière d'activité physique en pratiquant au moins 60 minutes d'activité physique d'intensité modérée à élevée chaque jour	39,2%	ECMS (2016-2017)	
	Temps total d'activité physique d'intensité modérée à élevée	Nombre moyen de minutes par jour consacrées par les enfants et les jeunes à une activité physique d'intensité modérée à élevée	63,4 minutes	ECMS (2016-2017)	
	Mouvement sur 24 heures	Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes qui suivent les Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures à l'intention des enfants et des jeunes	9,5%	ECMS (2014-2015)	
	Temps d'activité physique à l'école	Nombre moyen d'heures par semaine que les jeunes de la 6e à la 10e année déclarent consacrer à une activité physique les faisant haleter ou se réchauffer plus que d'habitude au cours des heures de classe à l'école	2,3 heures	HBSC (2014)	
		Nombre moyen d'heures par semaine que les enfants consacrent à l'activité physique pendant les heures d'école, selon les parents	1,9 heures	ECMS (2018-2019)	
	Durée de participation sportive (heures de loisir)	(Nouveau) Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes ayant pratiqué un sport ou une activité physique avec un entraîneur ou un instructeur au cours de la semaine précédente	54,5%	ECSEJ (2019)	
	Temps de jeu actif (heures de loisir)	Pourcentage (%) d'enfants qui consacrent trois heures ou moins par semaine au jeu actif (activité physique non structurée) en dehors de l'école	54,1%	ECMS (2016-2017)	
	Temps de déplacement actif	<sup>a</sup> Pourcentage (%) de jeunes qui déclarent utiliser des moyens actifs comme la marche ou le vélo pour se déplacer	75,5%	ESCC (2018)	
		Nombre moyen d'heures par semaine pendant lesquelles les jeunes déclarent utiliser un moyen actif, tel que la marche ou le vélo, pour se déplacer	3,2 heures	ESCC (2018)	
	Niveau d'intention	En cours d'élaboration			
	Niveau de plaisir	En cours d'élaboration			
	Niveau de confiance	En cours d'élaboration			
	Savoir-faire physique	En cours d'élaboration			
	État de santé physique	Pourcentage (%) de jeunes qui déclarent avoir une « très bonne » ou une « excellente » santé	75,6%	ESCC (2019)	
		Pourcentage (%) de parents qui déclarent que l'état de santé de leur enfant est « très bon » ou « excellent »	88,0%	ECMS (2018-2019)	
	État de santé mentale	<sup>a</sup> Pourcentage (%) de jeunes qui déclarent avoir une « très bonne » ou une « excellente » santé mentale	72,4%	ESCC (2019)	
En cours d'élaboration					
Environnement familial ou social	Niveau de soutien parental	Pourcentage (%) de parents canadiens qui déclarent avoir pratiqué « souvent » ou « très souvent » des jeux actifs avec leur enfant au cours de la dernière année	36,1%	SIAP (2014-2015)	
	Niveau de soutien des pairs	Pourcentage (%) de jeunes de la 9e et la 10e année qui déclarent que la plupart de leurs amis participent « souvent » en groupe à des activités sportives organisées	58,2%	HBSC (2014)	
Environnement bâti ou société	Perception de la distance entre la maison et l'école	En cours d'élaboration			
	Niveau de sécurité dans la collectivité	(Nouveau) Pourcentage (%) de parents canadiens qui croient qu'il n'est pas sécuritaire pour leurs enfants ou les jeunes de jouer dehors durant la journée	5,8%	ECSEJ (2019)	
	Potentiel piétonnier de la collectivité	En cours d'élaboration			
	Présence de parcs et d'installations récréatives	Pourcentage (%) de jeunes qui sont « d'accord » ou « fortement d'accord » avec l'énoncé selon lequel leur quartier comporte plusieurs installations récréatives gratuites ou à faible coût, comme des parcs, des sentiers pédestres, des pistes cyclables, des centres récréatifs, des terrains de jeu, des piscines publiques, etc.	79,2%	ESCC RR (2011)	
	Présence d'infrastructures de transport actif	En cours d'élaboration			
	Politiques de soutien à l'école	Pourcentage (%) d'écoles qui ont un comité supervisant les politiques et les pratiques en matière d'activité physique (p. ex. une équipe d'intervention en santé)	42,3%	HBSC – questionnaire des administrateurs (2014)	
	Dépenses communautaires pour les programmes de sports et de loisirs	En cours d'élaboration			

	Dépenses communautaires pour les plans de transport actif	En cours d'élaboration		
<b>Comportement Sédentaire</b>				
Individu	Suivi des recommandations en matière de comportement sédentaire	Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes qui déclarent respecter les recommandations en matière de comportement sédentaire en passant deux heures ou moins par jour à regarder la télévision, des DVD ou des vidéos ou à passer du temps sur un ordinateur, une tablette ou un autre appareil électronique portatif pendant leurs loisirs.	53,3%	ECMS (2018-2019)
	Temps consacré à des activités sédentaires	Nombre moyen d'heures par jour consacrées par les enfants et les jeunes à des activités sédentaires, à l'exclusion du sommeil	8,2 heures	ECMS (2016-2017)
	Temps de loisir devant un écran	Nombre moyen d'heures par semaine que les jeunes déclarent passer à regarder la télévision, des DVDs, ou des vidéos, ou passer à l'ordinateur, à une tablette ou sur un autre appareil électronique portatif, p. ex pour regarder des vidéos, jouer à des jeux sur ordinateur/jeux vidéo, à écrire, envoyer ou recevoir des courriels, ou à utiliser l'Internet	3,8 heures	ECMS (2018-2019)
	Temps consacré à des activités sédentaires à l'école	En cours d'élaboration		
	Temps consacré à des déplacements non actifs	En cours d'élaboration		
	Temps passé à l'extérieur	Nombre moyen d'heures par jour que les enfants passent à l'extérieur	2,0 heures	ECMS (2014-2015)
Environnement familial ou social	Niveau de sensibilisation des parents	En cours d'élaboration		
	Règles sur le temps passé devant les écrans à la maison	En cours d'élaboration		
Environnement bâti ou société	Présence des médias électroniques et facilité d'accès	En cours d'élaboration		
<b>Sommeil</b>				
Individu	Suivi des recommandations en matière de sommeil	Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes qui déclarent suivre les recommandations en matière de sommeil en dormant le nombre d'heures adéquat : de 9 à 11 heures par nuit pour les enfants de 5 à 13 ans et de 8 à 10 heures par nuit pour ceux de 14 à 17 ans	70,7%	ECMS (2014-2015)
	Nombre d'heures de sommeil par période de 24 heures	Nombre moyen d'heures pendant lesquelles les enfants et les jeunes déclarent dormir pendant une période de 24 heures	9,0 heures	ECMS (2014-2015)
	Nombre d'heures de sieste dans la journée (5 ans et moins)	En cours d'élaboration		
	Nombre d'heures de sommeil nocturne	En cours d'élaboration		
	Qualité du sommeil - continuité du sommeil	Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes qui déclarent avoir des problèmes à s'endormir ou à rester endormis « la plupart du temps » ou « tout le temps »	10,4%	ECMS (2014-2015)
	Qualité du sommeil - efficacité du sommeil	En cours d'élaboration		
	Hygiène du sommeil - moment du sommeil	En cours d'élaboration		
	Hygiène du sommeil - stress	En cours d'élaboration		
	Hygiène du sommeil - activité physique	En cours d'élaboration		
	Hygiène du sommeil - consommation de boissons caféinées	En cours d'élaboration		
Environnement familial ou social	Règles et routines en matière de sommeil à la maison	En cours d'élaboration		
Environnement bâti ou société	Médias électroniques dans la chambre à coucher	(Nouveau) Pourcentage (%) d'enfants et de jeunes qui utilisent des appareils électroniques dans la chambre à coucher avant de s'endormir	45,3%	ECSEJ (2019)
	Bruit nocturne dans l'environnement	En cours d'élaboration		

**Abréviations :** ESCC, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes; ESCC RR, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – réponses rapides; ECMS, Enquête canadienne sur les mesures de la santé; ECSEJ, Enquête canadienne sur la santé des enfants et des jeunes; ECSEAS, Enquête sur les comportements liés à la santé des enfants d'âge scolaire; ECSEAS-Admin, Enquête sur les comportements liés à la santé des enfants d'âge scolaire – questionnaire des administrateurs; SIAP, Sondage indicateur de l'activité physique.

**Remarques :**

- La mention « **En cours d'élaboration** » s'applique aux indicateurs dont la source de données est actuellement indisponible et à ceux pour lesquels d'autres recherches sont nécessaires afin d'en déterminer une mesure et une source de données satisfaisantes.
- « **NOUVEAU** » met en évidence les indicateurs qui n'ont pas été rapportés précédemment ou pour lesquels la mesure ou la source de données a changé.
- <sup>a</sup> En raison de changements dans la méthodologie de l'enquête, les estimations de l'APCSS 2021 pour cet indicateur ne doivent pas être comparées à celles des éditions précédentes de l'APCSS. Cet indicateur a été modifié dans l'édition 2021 des indicateurs d'APCSS.

**Correspondance :** Équipe sur les comportements, l'environnement et la durée de vie, Centre de surveillance et de recherche appliquée, Agence de la santé publique du Canada, 785, avenue Carling, Ottawa (Ontario) K1A 0K9; courriel: phac.infobase.aspc@phac-aspc.gc.ca

**Citation suggérée (enfants et jeunes) :** Centre de surveillance et de recherche appliquée, Agence de la santé publique du Canada. Indicateurs de l'activité physique, du comportement sédentaire et du sommeil (APCSS) : Statistiques rapides, enfants et jeunes (5 à 17 ans), édition 2021. Infobase de la santé publique. Ottawa (Ontario): Agence de la santé publique du Canada, 2021.