

actions 2008

ADES du Rhône

71 quai Jules Courmont, 69002 Lyon - info@adesr.asso.fr - Tél. 04 72 41 66 01 - Fax. 04 72 41 66 02

Prévention de l'obésité par la promotion de l'équilibre alimentaire et de l'activité physique

Formation-action « Bien dans tes baskets »

Rythmes de vie avec les tout-petits

Formation des acteurs de la petite enfance : obésité et relation éducative

> L'activité physique avec plaisir

Contact : Magalie Dalmais

Création d'un outil de promotion de l'équilibre alimentaire à destination des jeunes adultes autonomes : MIAM

PARTENAIRES DU PROGRAMME

ABC Diététique, Education Nationale, CODES 42, ADES de l'Ain, Fédération Education Santé Rhône-Alpes, Migrations Santé, Univ. Lyon 1, mairie de Caluire, Conseil général du Rhône, crèches et relais d'assistantes maternelles, Villes de Lyon, Villeurbanne, Villefranche, DPSE, CAVIL de Villefranche, ADESSI, Missions locales, BIJ, MGEN, IUT A Lyon 1

contexte

La France compte aujourd'hui plus de 5,3 millions de personnes adultes obèses et 14,4 millions de personnes en surpoids. (Base de calcul : Enquête emploi INSEE 2002 qui comptabilise 47 686 810 français âgés de 15 ans et plus). La prévalence de l'obésité est passée de 8,2% en 97 à 9,6% en 2000 puis 11,3% en 2003 et 12,4% en 2006 soit une augmentation d'environ 5,7% par an. La proportion des personnes en surpoids ou obèses a progressé en 9 ans de 36,7% à 41,6% (enquête OBEPI 2006).

On peut également citer :

. l'enquête Desco-Drees-InVS réalisée en 1999-2000 auprès d'enfants âgés de cinq à six ans dans laquelle la prévalence du surpoids (obésité incluse) est de 14%,

. l'enquête DRESS réalisée en 2005 auprès d'un échantillon national montre que 16 % des enfants de CM2 ont un surpoids modéré et 3,7 % sont obèses.

- Dans le Grand Lyon, sur les bases d'un recensement effectué par l'ORS en 1999, on estimait que 39 000 enfants environ étaient concernés par l'obésité, soit 15 % des 265 943 enfants de 0 à 18 ans y résidant. Si leur prise en charge est différée ou insuffisante, les conséquences physiques, psychologiques, sociales et médicales risquent d'être considérables.

PNNS 2 : pour une meilleure prévention de l'obésité infantile

Déjà inscrite en tant qu'objectif prioritaire dans le cadre du Programme National Nutrition Santé 1, la prévention du surpoids et de l'obésité infantile figure parmi les points forts du second PNNS mis en place pour la période 2006-2010. Il propose notamment un plan de prévention et de dépistage précoce, orientation et prise en charge mais aussi un axe de sensibilisation-formation des professionnels de santé. Par ailleurs et d'un point de vue plus global, la continuité entre les deux plans a permis d'harmoniser les « discours » entre les différents professionnels qui interviennent auprès des enfants (médecins, éducateurs, acteurs sociaux...) et d'attirer leur vigilance sur le rôle qu'ils peuvent jouer dans la prévention de l'obésité infantile.

L'inadaptation des rythmes de vie (en particulier de l'alimentation et de l'activité physique) constitue un facteur important de l'obésité et face à cette problématique les acteurs de terrain sont démunis :

- L'information relative à la prévention de l'obésité est par ailleurs peu développée. Les recommandations actuelles du Plan National Nutrition Santé sont encore peu connues des acteurs non spécialisés. Les professionnels et le public sont en demande d'informations mettant à jour leurs connaissances.

Les professionnels de la petite enfance sont de plus en plus mobilisés par les problèmes qui émergent autour du comportement alimentaire des enfants. Des actions menées dans le cadre de précédents appels d'offre auprès de professionnels de crèches, de haltes-garderies ou encore d'assistantes maternelles nous ont permis de prendre la mesure des difficultés auxquelles étaient confrontés ces professionnels sur la question de l'alimentation et de la relation éducative.

- Les acteurs intervenants auprès des enfants n'ont pas toujours l'habitude de mener des actions d'éducation pour la santé et en particulier concernant la prévention de l'obésité infantile. A la demande de l'infirmière conseillère technique du Rectorat de LYON, Josette Morand, une première étape de sensibilisation a été assurée en 2005 auprès des infirmières par l'association Abc Diététique. Cette première étape a permis de faire émerger une forte demande d'aide pour la mise en place d'actions de la part des infirmières du monde scolaire. Cette journée de sensibilisation a aussi permis d'identifier les infirmières en tant que point d'ancrage de futurs programmes de prévention de l'obésité au sein des établissements scolaires.

- Durant la formation-action « bien dans tes baskets » 2007-2008, mise en place par l'ADES du Rhône et ABC Diététique, les stagiaires ont montré leur intérêt et évoqué leurs difficultés concernant l'approche de l'activité physique.

Dans les résultats de l'Enquête Nationale Nutrition Santé 2006, nous constatons que seulement 39% des 3-17ans pratiquent l'équivalent d'un minimum de 30 minutes d'activité physique à intensité modérée au quotidien.

Aussi, il est constaté que les jours sans écoles le temps passé à une activité « écran » est plus importante que les jours avec école, même si en moyenne ce temps est d'environ « 3 heures ».

Par ailleurs, dans la conférence de consensus du 22 novembre 2005, les experts recommandent une activité physique quotidienne d'une heure pour cette tranche d'âge.

C'est dans ce contexte et d'après ces recommandations, qu'il est important de mettre en place des projets de promotion de la santé par l'activité physique, pour que les jeunes prennent le goût aux activités physiques, et que l'environnement qui les entoure soit favorisant. En effet, le Plan National Nutrition Santé 2006-2010, insiste sur le rôle important de l'environnement dans les habitudes de vie.

C'est la raison pour laquelle, l'ensemble des acteurs du territoire sont concernés par la promotion de la santé et de l'activité physique.

Aujourd'hui, il semble que les acteurs du département du Rhône sont en attente de soutien et de repères méthodologiques leur permettant d'assurer des actions de terrain sur le thème de l'équilibre alimentaire et aussi de manière pressente autour de l'activité physique.

Tout en continuant à développer nos actions de terrain qui ont touché que trop peu d'enfants et de parents, il est désormais important : d'une part d'ouvrir un volet spécifique sur l'éducation à l'activité physique et d'autre part de développer la formation et l'accompagnement d'un grand nombre de professionnels de manière à ce qu'ils mettent en place par eux-mêmes des actions de promotion en direction de leurs publics.

objectifs de l'action

Objectif général

Développer, en 2008, une dynamique de promotion de l'activité physique sur un territoire identifié, par une démarche d'EPS afin de prévenir l'obésité des enfants.

Objectif intermédiaire

Choix d'un territoire prioritaire en situation défavorable, sur le plan social, l'état de santé et l'offre en AP (choix du territoire : Oullins).

Objectifs opérationnels

1 - Organiser en partenariat 1 semaine de promotion de l'activité physique

- Réunir les acteurs locaux (municipalité, centres sociaux, MJC, associations & structures sportives...) et les sensibiliser à la démarche d'une promotion de la santé par l'activité physique.
- Identifier l'offre activité physique : structures sportives, associatives, environnement (parcs, pistes cyclables...).
- Informer la population par la distribution de documents d'information & affichage.
- Organiser des conférences/débats sur les recommandations en terme d'activité physique.
- Organiser des séances de découverte d'activité physique, pour enfants, parents, famille.

2 - Intervenir dans les collèges avec les professeurs d'éducation physique et sportive pour sensibiliser les élèves à l'activité physique (1^{er} trimestre année scolaire 2008-2009) :

- contacter les établissements scolaires et mettre en place un Copil avant juin.
- accompagner les établissements scol. pour que leur structure soit un environnement favorable et facilitant à la pratique d'une activité physique quotidienne, intégration des délégués de classe.
- faire vivre et ressentir aux jeunes de nouvelles sensations en activité physique par des séances pratiques organisées en dehors de cours.
- accompagner les jeunes dans une démarche de réflexion sur leurs pratiques, envies et besoins en terme d'activité physique et de santé.

contenu de l'action

Au travers de l'identification de l'offre en activité physique sur le territoire, ainsi que des besoins et la demande de la population, il s'agit d'engendrer une réflexion visant à adapter l'offre, et crée des conditions ++ pour la pratique d'activité physique quotidienne de toute la population.

Faire prendre conscience aux professionnels de l'activité physique de l'importance de leur travail dans le champ de la promotion de la santé et de l'impact psychologique de leur approche sur leur public.

Pour les conférences, différents thèmes seront abordés, pour toucher les représentations de la population et l'amener à modifier son mode de vie.

Réalisation de l'analyse de l'environnement pour identifier les possibilités d'activité physique pour les jeunes. Puis, à travers une présentation de ce qui pourrait être mis en place pour adapter l'offre, les acteurs seront engagés dans une réflexion menant à la recherche de solutions.

Avant, sensibilisation parents et professionnels de l'établissements sur le rôle de l'activité physique pour les jeunes.

Sera aussi menée une action, qui alternera entre séances pratiques d'activité physique, et moments d'échanges orientés sur les sensations ressenties pendant la pratique et la compréhension (éclairages physiologique et psychologiques).