



# IMPLICATION DES PARENTS



DANS LA PRATIQUE

DE L'ACTIVITÉ

PHYSIQUE



*Dr Béatrice Jouret*



## **IMPLICATION DES PARENTS**

**Composante importante des interventions de prévention de l'obésité mais aussi de prise en charge.**



**Meilleure façon d'accompagner les parents ???**

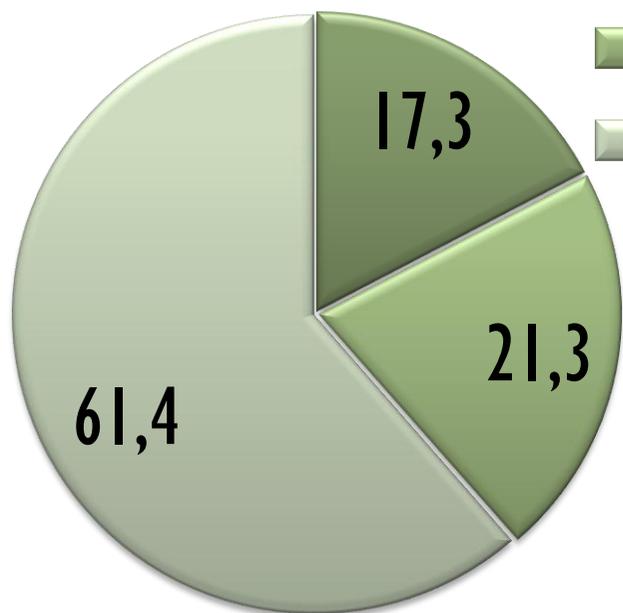


# EVALUATION DES STADES DE CHANGEMENT DES PARENTS

Parents moins disposés à des changements au niveau de l'AP que de l'alimentation

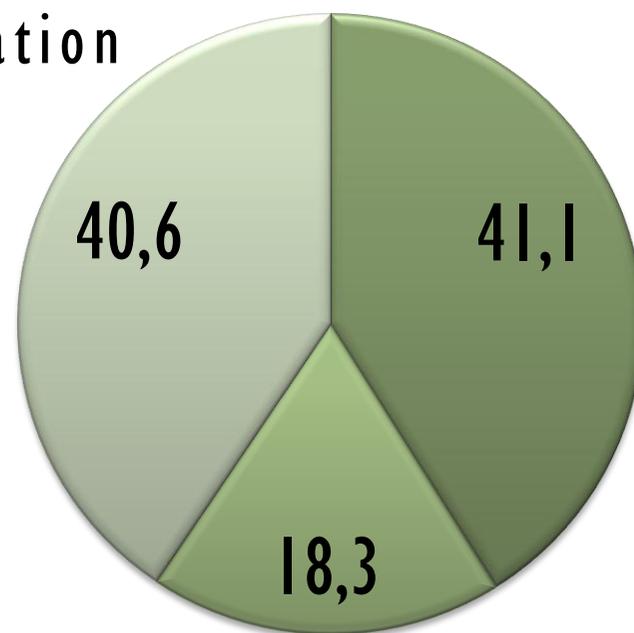
*Rhee et al, J Acad Nutr Diet 2014;114:1601-1610*

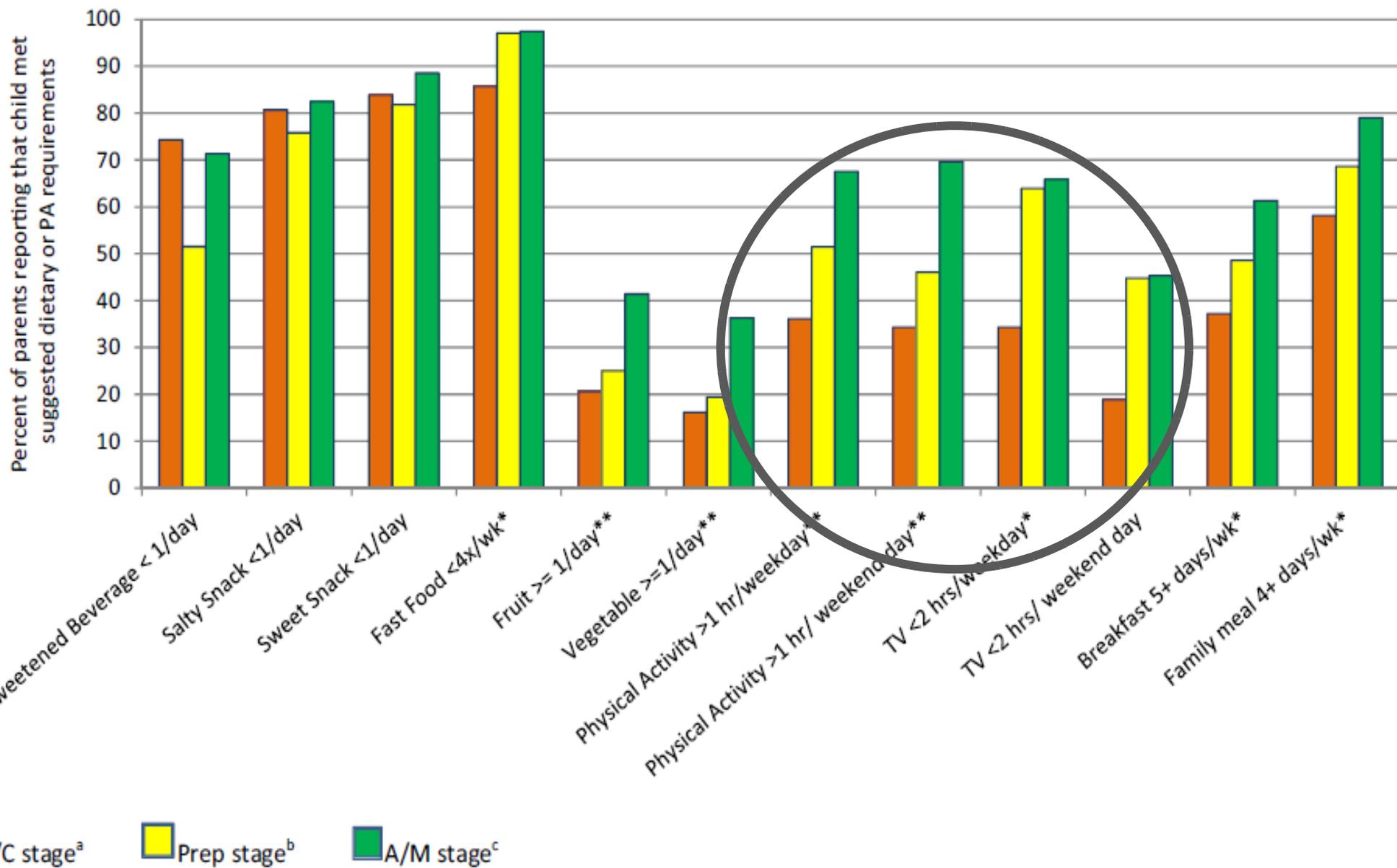
## ALIMENTATION

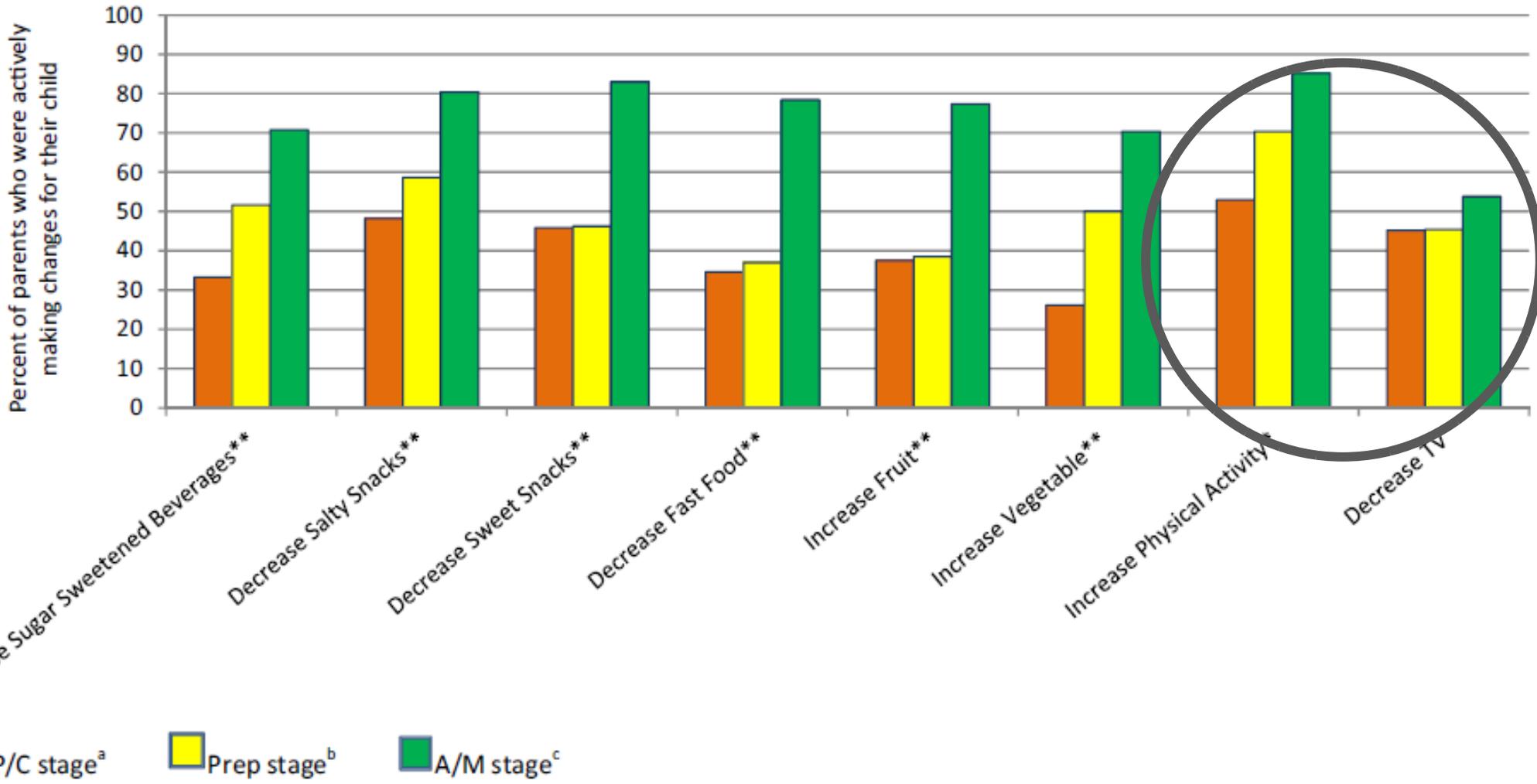


- Précontemplation/Contemplation
- Préparation
- Action/Maintien

## ACTIVITE PHYSIQUE









# CHANGEMENT

## COMPORTEMENTS SÉDENTAIRES VS ALIMENTATION



Médecins plus à l'aise dans le domaine de l'alimentation

Nécessité d'impliquer les parents dans les stratégies de mise en place de l'AP  
*y compris pour l'adolescent*

Nécessité d'insister sur le fait que l'AP maintient

- la perte de poids
- la motivation dans les changements alimentaires



# L'autodétermination parentale agit sur la motivation des enfants à pratiquer l'AP.

*Naisseh et al, Psychol Rep 2015;117(1):230-43*





# FREINS AU PASSAGE À L'ACTION



*Rhee et al, J Acad Nutr Diet 2014;114:1601-1610*

Age de l'enfant  $\geq$  14 ans et NAP antérieur

Perception parentale de l'état de santé de l'enfant

- État de santé perçu incompatible avec AP
- Amplifiée par le discours des soignants (obésité/mauvaise santé)

Revenus plus faibles



# PERCEPTION DES COMPÉTENCES D'AP ET MESURE RÉELLES

*Jones et al, J Sci Med Sport 2010;13(6):589-96*

Les parents  
perçoivent  
que les  
se perçoivent

Les parents comme leurs enfants en surpoids « *il vaut mieux qu'ils regardent jouer que de jouer eux-mêmes* »

perception des parents

Vision des compétences inférieures par les parents

→ compétences effectivement inférieures chez les enfants

Compétences physiques associées positivement avec les comportements, l'état psychologique et physiologique



# STRATÉGIES À METTRE EN PLACE POUR CONTRENER CES PERCEPTIONS

Identifier les stades du développement, spécificités et interventions appropriées  
→ Promouvoir l'AP des enfants en surpoids

Cibler la perception parentale des compétences physiques des enfants  
→ Augmenter participation aux AP

Cibler la perception des compétences physiques des enfants en surpoids  
→ Augmenter participation aux AP  
→ Augmenter sentiment d'auto-efficacité

Trouver des outils pour mettre en avant la « supériorité » corporelle (en lien avec masse corporelle)



# FONCTION FAMILIALE ET QUALITÉ DE LA RELATION PARENTS-ADOLESCENT

*Haines et al, Int J Behav Nutr Phys Act 2016;13:68*

Style parental cadrant  
→ moins de risque d'obésité  
& meilleur comportement de santé  
avec plus d'I H d'AP/j





## DYSFONCTION FAMILIALE CORRESPOND À

Capacité limitée d'organiser et de planifier  
→ stress → altération des signaux de la  
satiété + comportement alimentaire  
désinhibé (Plus chez filles que garçons)

Sensibilité et attachement  
maternels plus faibles dans les  
années préscolaires → obésité  
plus importante à l'adolescence

Relation parent-enfant de même sexe a une plus forte influence chez le garçon  
que chez la fille avec une alimentation et une AP en lien avec celle du père

→ PSYCHOTHÉRAPIE BASÉE SUR LA FAMILLE



# ÉTUDE QUALITATIVE

*Zahra et al, BMC Pediatr 2015;15:101*

Pères jouent un rôle clef dans le choix de l'AP et peuvent influencer les enfants dans leur façon de faire  
Surtout le week-end

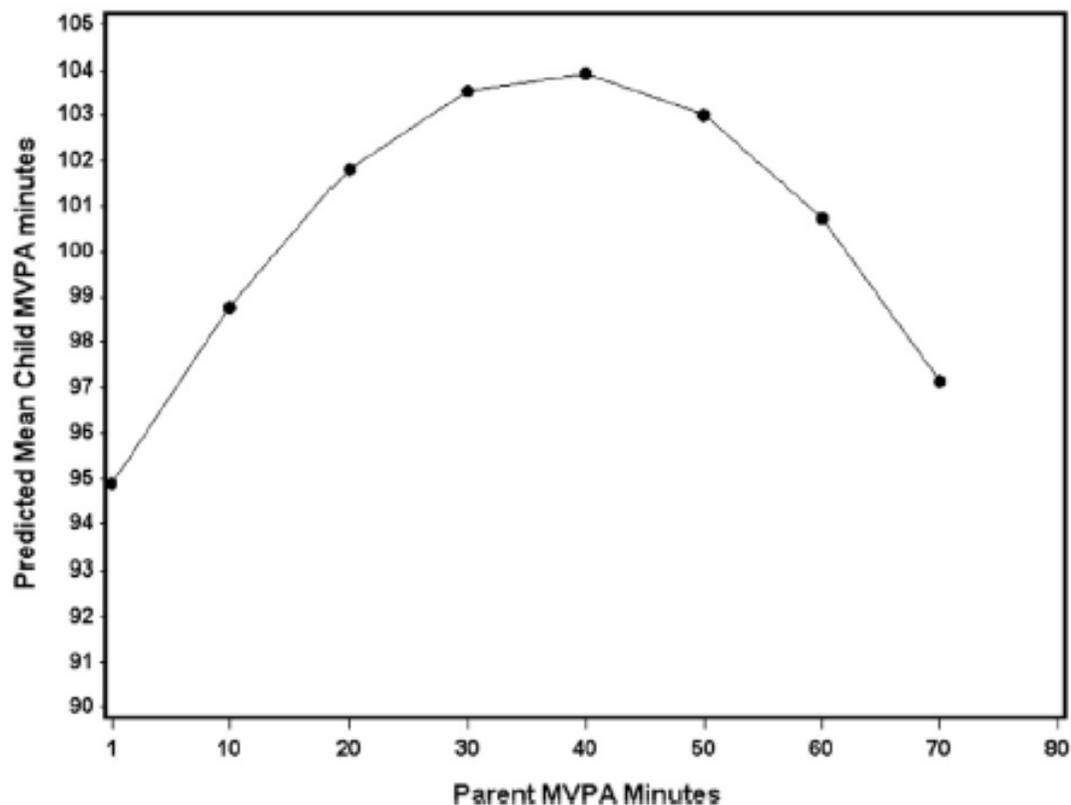
Nécessité de développer des interventions dirigées vers les pères et leur enfant et de comprendre la structuration de la famille.





# AP DES PARENTS ET DES ENFANTS

*Barkin et al, Am J Prev Med 2017;52(4):424-432*



**Figure 1.** Parent MVPA minutes and predicted child MVPA minutes.



Proposer aux parents de pratiquer une AP de faible intensité continue avec leur enfant ?



# AP DES ENFANTS ET PARENTS

*Stearns et al, BMC Public Health 2016;16(1):1129*

Corrélation positive entre nombre de pas des enfants et des parents



- Impliquer les parents pour augmenter AP
- Evaluer le style éducatif parental

En lien avec le niveau scolaire élevé des parents /Pas d'autre modérateur



# CONDITIONS DE PRATIQUE D'AP

*Rebold et al, J Pediatr 2016;170:206-10*

Augmentation AP des enfants si parents pratiquent avec eux

- Par rapport aux parents sédentaires
- Par rapport aux parents qui regardent



	Alone (n = 20)	Parent watching (n = 20)	Parent participating (n = 20)
Accelerometer counts (counts)	67 938 ± 37 857	85 624 ± 44 985*	109 523 ± 32 155*. <sup>†</sup>
Sedentary minutes (min)	16.2 ± 9.6 <sup>†,‡</sup>	9.6 ± 9.3 <sup>‡</sup>	3.8 ± 5.1
Liking (cm)	8.0 ± 2.72	8.7 ± 1.52	9.9 ± 0.45*. <sup>†</sup>
Bonus activity (percent)	22%	55%	89%*. <sup>†</sup>
Preference of condition (number)	2	2	16*. <sup>†</sup>



# RÔLE DES PARENTS DANS LA PRATIQUE D'AP DES ENFANTS

*Xu et al, J Obes 2015*

Augmentation AP de l'enfant et réduction temps d'écrans si

- Encouragements et soutien des parents
- Réduction du temps d'écran des parents



Agir sur le style éducatif des parents et leur sentiment d'auto-efficacité



# PERCEPTION PAR LES PARENTS DU VOISINAGE

*Tung et al, Child Care Health Dev 2016;42(4):478-85*



- Corrélation positive entre perception par les parents du voisinage
- comportement contraints
  - sécurité
  - impact sur la participation des enfants à l'AP

Augmenter la sécurité des quartiers → Augmenter la pratique d'AP



# PRATIQUE PARENTALE COMME MÉDIATEUR DE L'AP DE L'ENFANT

*Loprinzi et al, Obes Facts 2012;5(3):420-30*

**Choix de l'AP par les parents**  
Plaisir à la pratique, préférences, attentes et perceptions des compétences de l'enfant

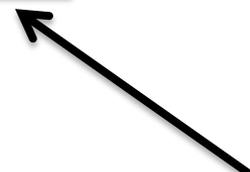
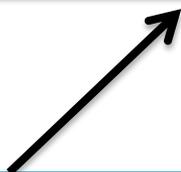
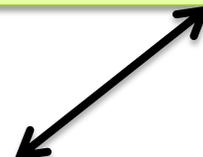
**Médiateurs de l'AP de l'enfant**  
Compétences perçues, attrait pour l'AP, plaisir à pratiquer, préférences

**Comportements et pratiques des parents**  
AP des parents, soutien parental, surveillance des comportements sédentaires et de l'AP, planning surchargé, style éducatif

**AP de l'enfant**

**Statut pondéral des parents**

**Statut pondéral de l'enfant**



# STRATÉGIES D'INTERVENTIONS POUR LES PROFESSIONNELLS

*Kader et al, Prev Med 2015;77:52-67*

Impact de l'implication des parents dans l'AP de leur enfant

Augmentation AP et limitation écrans si :

- Conseils en face à face (3)
- Parents dans groupe ETP (6)
- Plaquettes à domicile (5)
- Conseils téléphoniques (1)

→ 4/15 études avec corrélation modérée



Aucune efficacité des informations (plaquettes, internet, newsletters, etc.)



# STRATÉGIES D'AUGMENTATION DE L'AP DE L'ENFANT PAR LES PARENTS

Plaisir à pratiquer

Importance de l'AP

Valorisation de la réussite

Travailler la perception des enfants concernant les croyances de leur parents: construction de leurs propres perceptions de leurs compétences





# EFFICACITÉ DES INTERVENTIONS

*Golley et al, Obes Rev 2011;12(2):114-30*

Le changement de comportement n'est pas associé au nombre de séances ciblant ce changement mais à la pédagogie utilisée



Importance d'améliorer le contenu pratique des séances en utilisant des outils efficaces

Compréhension du milieu dans lequel l'enfant évolue - Interactions familiales & environnementales avec séances « cognitivo-comportementales » ie fixation des objectifs



# TYPE DE QUESTIONNAIRES UTILISÉS

*Sleddens et al, Obes Rev 2012;13(11):1015-33*

11 questionnaires utilisés dans 46 études

- Immense variabilité des méthodes de mesure et des résultats
- Instruments parfois non validés

Utilisation de questionnaires sur la pratique d'AP des parents spécifiques  
(multidimensionnels, conception des interventions parentales)



# CONCLUSION

Comprendre l'influence du sentiment d'auto-efficacité parentale dans le développement des comportements d'hygiène de vie des enfants de 3-6 ans avant de promouvoir des interventions

*Ekim, Issues Compr Pediatr Nurs 2015;15:1-13*





# CONCLUSION

Les soignants doivent montrer aux familles par l'expérience la capacité des enfants en surpoids à pratiquer une AP



Augmentation de l'AP des enfants si les parents pratiquent avec eux

Perception des enfants influencée par la perception des parents