

## Article

**La vie dans les régions métropolitaines**

# **Les résidents des banlieues sont-ils réellement moins actifs physiquement?**



2 avril 2009



Statistique  
Canada

Statistics  
Canada

Canada 

# La vie dans les régions métropolitaines

## Les résidents des banlieues sont-ils réellement moins actifs physiquement?

par Martin Turcotte

Les bienfaits de l'activité physique sur la santé sont nombreux et bien reconnus, autant par les scientifiques que par les autorités en santé publique<sup>1</sup>. Tous n'en profitent cependant pas de la même façon, la participation à l'activité physique variant sensiblement selon l'âge, l'état de santé, le sexe, le revenu, les goûts personnels et ainsi de suite<sup>2</sup>.

Au-delà de tous ces facteurs, la participation à l'activité physique varie-t-elle selon le type de quartier qu'on habite? Vivre en banlieue peut-il rendre les personnes moins actives qu'elles ne le seraient si elles habitaient en ville? Ces questions ont suscité l'intérêt des chercheurs en planification urbaine et en santé publique au cours de la dernière décennie<sup>3,4,5</sup>.

Selon bon nombre d'experts, les banlieues nord-américaines encourageraient l'inactivité physique, parce qu'elles sont aménagées en fonction d'une utilisation presque exclusive de l'automobile. En effet, marcher ou pédaler pour rejoindre les lieux de travail, les commerces et les emplacements d'autres types de services est, dans la plupart des banlieues, irréaliste. La même chose est vraie de la plupart des milieux ruraux.

### TSC Sommaire

La présente étude est la première du genre à être réalisée pour l'ensemble des régions métropolitaines canadiennes. Elle se distingue notamment des études antérieures puisqu'on s'intéresse aux liens entre l'aménagement urbain et plusieurs types d'activité physique. On y découvre que bien que les activités pratiquées soient différentes selon le type de quartier, le niveau total d'activité, lui, varie peu selon l'endroit qu'on habite.

En fait, les résidents des quartiers à faible densité résidentielle sont aussi susceptibles d'être physiquement actifs au cours d'une journée que les résidents des quartiers à forte densité résidentielle. Toutefois, ceux qui habitent les quartiers urbains centraux des plus grandes régions métropolitaines du Canada, se montrent les plus susceptibles d'entre tous d'être physiquement actifs.

Le type d'activité physique varie selon le lieu de résidence. Les résidents des quartiers urbains sont en effet plus susceptibles d'effectuer des déplacements actifs pour vaquer à leurs occupations quotidiennes, c'est-à-dire à se déplacer à pied ou à bicyclette. Les résidents des quartiers suburbains sont, de leur côté, beaucoup plus portés à faire de l'activité physique en effectuant des travaux extérieurs (jardinage, entretien et nettoyage extérieurs).

Au contraire, un lieu de résidence en ville favoriserait les déplacements actifs. Dans les quartiers urbains traditionnels, les résidences, les services, les commerces et les lieux de travail s'entremêlent, rendant plus courtes les distances à parcourir. Étant donné ce type d'environnement, les résidents brûlent des calories sans

même s'en rendre compte, en vaquant tout simplement à leurs occupations quotidiennes.

Considérant ces résultats, certains font un pas de plus et suggèrent que nous devrions nous inspirer un peu plus du passé dans la façon de planifier et d'aménager les quartiers de nos villes, de façon à favoriser

l'activité physique et la santé<sup>6,7,8</sup>. Le « nouvel urbanisme », un courant influent en planification urbaine, prône par exemple une plus grande mixité entre usages résidentiels, commerciaux et espaces à bureaux, une densité plus élevée, plus de trottoirs et une meilleure connectivité entre les rues<sup>9</sup>.

Dans la présente étude, et ce, pour la première fois dans le contexte des grandes régions métropolitaines canadiennes, on quantifie la différence entre le niveau

d'activité physique des résidents des quartiers urbains traditionnels (à densité élevée) à celui des résidents des quartiers typiques de banlieue (à densité faible). Pour ce faire, on utilise les données de l'Enquête sociale générale (ESG) sur l'emploi du temps de 2005, lesquelles portent sur les activités des personnes de 15 ans et plus. Les journaux de l'emploi du temps permettent de recueillir des informations à propos de la durée et de la nature de toutes leurs activités. (Pour obtenir les définitions

et concepts, consulter « Ce qu'il faut savoir au sujet de la présente étude ».)

Contrairement à d'autres recherches<sup>10,11</sup>, on ne tente pas ici d'établir une relation entre la résidence dans un secteur de banlieue et l'indice de masse corporelle ou l'obésité. L'obésité est une question complexe, le niveau d'activité physique n'étant qu'un des multiples déterminants du poids. De plus, aucun renseignement sur le poids des répondants n'est recueilli dans l'ESG.

## TSC Ce qu'il faut savoir au sujet de la présente étude

La présente étude est fondée sur des données recueillies par Statistique Canada dans le cadre de l'Enquête sociale générale (ESG) de 2005. L'ESG est une enquête annuelle qui permet de mesurer les changements et les nouvelles tendances dans la société. Pour la quatrième fois en 2005, l'enquête a permis de recueillir des données sur l'emploi du temps auprès des Canadiens de 15 ans et plus dans les ménages privés des 10 provinces.

Les répondants de l'enquête ont rempli un **journal de l'emploi du temps** qui donne un rapport détaillé du temps alloué à toutes les activités auxquelles ils ont participé au cours d'une journée, soit **la journée de référence**. La collecte des données du journal s'est étendue sur une période de 12 mois. Les taux de participation et les durées représentent donc une moyenne de l'ensemble des journées de référence durant l'année de collecte.

Les données recueillies auprès de 19 597 répondants représentent près de 26,1 millions de personnes. L'étude porte plus spécifiquement sur les 11 653 répondants qui vivaient dans une des 27 régions métropolitaines de recensement (RMR). Le tableau 2 repose sur une analyse de 6738 répondants qui résidaient dans les six plus grandes RMR, soit Toronto, Montréal, Vancouver, Ottawa-Gatineau, Calgary et Edmonton.

### Quartiers à densité résidentielle faible, moyenne et élevée

La densité du quartier repose sur le type d'habitations du **secteur de recensement** où vit un répondant. Un secteur de recensement correspond généralement à ce que les gens considèrent comme un quartier. Les secteurs de recensement sont petits et relativement stables géographiquement. Leur population est de 2 500 à 8 000 personnes. Ils se situent au sein de RMR dont le noyau urbain compte 50 000 habitants ou plus d'après le recensement précédent.

Les termes quartiers **de banlieue, suburbains** correspondent à une **densité résidentielle faible**. Les quartiers **mixtes** sont de densité **moyenne**. Les quartiers **urbains** ou **typiquement urbains** sont à **densité résidentielle élevée**.

Les quartiers à **densité faible** sont principalement constitués de maisons individuelles, jumelées et mobiles, considérées comme des habitations suburbaines traditionnelles. À l'opposé, les **quartiers à densité élevée** ou urbains traditionnels sont essentiellement composés d'immeubles à logements ou en copropriété et de maisons en rangée. (On y loge plus de personnes au kilomètre carré.)

Pour classer les quartiers selon leur densité, on détermine la proportion d'habitations suburbaines traditionnelles dans chacun d'eux. Ainsi, les quartiers à faible densité sont des quartiers comptant au moins 66,6 % de ce type d'habitations, **les quartiers à densité moyenne** (quartiers mixtes), une concentration se situant entre 33,3 % et 66,6 % et **les quartiers à densité élevée**, une concentration de moins de 33,3 % d'habitations suburbaines traditionnelles.

### Les quartiers centraux et périphériques

Les **quartiers urbains centraux** se trouvent dans un rayon de 5 km du **centre-ville**. Dans la présente étude, le centre-ville correspond au secteur de recensement comprenant l'hôtel de ville de la municipalité centrale de la RMR. Ce territoire inclut des quartiers urbains bien connus comme le plateau Mont-Royal à Montréal, *The Annex*, autour de l'Université de Toronto et *Yaletown* à Vancouver.

Les **quartiers urbains périphériques** sont situés en dehors du rayon de 5 km entourant le centre-ville. Pour plus de renseignements sur la façon de définir ces critères, voir Turcotte, M. (2008). « L'opposition ville/banlieue : comment la mesurer? » *Tendances sociales canadiennes*, (85), Statistique Canada, n° 11-008-X au catalogue, disponible en ligne à : <http://www.statcan.gc.ca/bsolc/olc-cel/olc-cel?catno=11-008-X200800110459&lang=fra>

## Le seuil minimum d'activité physique recommandé

L'Agence canadienne de santé publique reconnaît que faire 30 minutes d'activité à une intensité moyenne (marcher d'un bon pas, faire de la bicyclette, ramasser des feuilles) a plusieurs effets positifs sur la santé physique et mentale. Soixante minutes d'activité physique à faible intensité (marcher d'un pas modéré, effectuer de légers travaux de jardinage, etc.) permettrait aussi de demeurer en forme ou d'améliorer sa santé, tandis que 20 minutes d'activité physique vigoureuse (comme faire du jogging ou jouer au hockey) suffiraient<sup>1</sup>.

Un des avantages importants de l'ESG sur l'emploi du temps par rapport aux autres enquêtes est qu'on n'y demande pas directement aux répondants de déclarer s'ils ont pratiqué ou non une activité physique quelconque au cours des derniers mois ou semaines. Ce faisant, on évite le biais qui se produit lorsque l'on pose la question directement, provoquant une surestimation de l'incidence de l'activité physique<sup>2</sup>. Par contre, l'ESG sur l'emploi du temps ne permet pas de distinguer les activités selon leur niveau d'intensité. Afin d'éviter que les personnes qui auraient fait 20 minutes d'activité physique d'intensité élevée soient considérées comme physiquement inactives, on a placé la durée minimale d'activité à ce niveau<sup>3</sup>.

## Emploi rémunéré et activité physique

En s'intéressant aux déplacements quotidiens, aux activités de loisir et aux travaux domestiques, on a tenu compte des préoccupations des spécialistes de la santé qui reconnaissent que la façon d'être

actif importe beaucoup moins que le fait d'avoir bougé ou non au cours de sa journée. Cependant, le type d'emploi qu'occupe une personne peut aussi avoir une incidence sur son niveau d'activité physique. Par exemple, il est raisonnable de penser qu'un employé de la construction dépensera considérablement plus de calories au travail qu'un employé de bureau. Des analyses supplémentaires (non présentées) ont démontré que la prise en compte du type d'emploi (impliquant ou non un effort physique) n'influçait pas les conclusions qualitatives de l'étude.

1. Agence de la santé publique du Canada. <http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/pourquoi.html>. Consulté le 2 juillet 2008.
2. Katzmarzyk, P. T., et Tremblay, M. S. (2007). Limitations of Canada's physical activity data: Implications for monitoring trends. *Canadian Journal of Public Health*, 98(suppl. 2), S185-S194.
3. Évidemment cette mesure n'est pas parfaite. Il est possible que certaines personnes aient marché à une très faible intensité durant 20 minutes et qu'elles n'aient rien fait d'autre de la journée, n'atteignant pas le seuil jugé nécessaire selon ce niveau d'intensité (60 minutes). Néanmoins, ces personnes sont quand même dans une situation plus favorable que celles qui n'auraient pas fait d'activité physique du tout au cours de la journée. L'objectif ici n'est pas d'avoir une mesure parfaite du niveau d'activité physique lors de la journée (ces données n'existent tout simplement pas pour le moment) mais bien d'identifier les clivages entre différents groupes de la population, en particulier selon leur lieu de résidence.

## Les résidents des banlieues sont moins susceptibles de marcher et de pédaler pour effectuer leurs déplacements routiniers

La presque totalité des études publiées récemment ont démontré que les résidents de quartiers typiques de banlieue étaient plus susceptibles d'effectuer leurs déplacements quotidiens en automobile et beaucoup moins à pied ou à vélo<sup>12</sup>. On observe la même chose ici.

En 2005, les résidents des secteurs présentant les caractéristiques des banlieues traditionnelles étaient deux fois moins susceptibles d'avoir marché ou pédalé pour effectuer au moins un déplacement utilitaire (14 %) que les résidents des quartiers urbains plus densément peuplés (30 %). (Les déplacements utilitaires

incluent ceux dont l'objectif est de se rendre au travail, d'aller faire des courses ou de se rendre chez des amis, mais excluent les promenades récréatives à pied ou à vélo.)

En ce qui a trait à la durée des déplacements, le temps moyen que les résidents de quartiers typiquement urbains consacraient à se déplacer à pied ou à bicyclette était presque trois fois plus élevé que celui des résidents des quartiers typiquement suburbains (respectivement 11 et 4 minutes). Lorsque l'on considère uniquement les personnes qui s'étaient déplacées à pied ou à bicyclette, les temps moyens de déplacement étaient respectivement de 35, 30 et 28 minutes dans les quartiers à densité élevée, moyenne et faible. Ce résultat indique que les

résidents des quartiers urbains sont non seulement plus susceptibles de marcher ou de pédaler pour effectuer leurs déplacements mais que, lorsqu'ils le font, c'est durant une période plus longue.

Plusieurs autres facteurs que le type d'endroit où l'on demeure, tels que le revenu, l'âge et l'état de santé sont associés à la possibilité d'avoir fait un déplacement actif (tableau A.1). Par exemple, les personnes dont les revenus du ménage sont les plus faibles (moins de 40 000 \$) sont plus susceptibles d'avoir effectué au moins un déplacement actif, probablement parce que moins d'entre elles possédaient une voiture. Néanmoins, si on compare les variables entre elles, celle possédant l'incidence la

plus importante était, à part l'âge, le type de lieu de résidence (urbain, mixte ou suburbain). Cette corrélation entre un lieu de résidence urbain et la probabilité d'avoir effectué au moins un déplacement actif lors de la journée demeurait forte et positive lorsque l'on maintenait constants les autres facteurs inclus dans l'analyse (tableau A.2)<sup>13</sup>.

### Les résidents urbains font de l'exercice en se déplaçant et ceux des banlieues, en jardinant et en faisant l'entretien de leur terrain

Il est possible que les résidents des banlieues, même s'ils marchent moins pour se déplacer, aient plus tendance que les résidents des quartiers urbains traditionnels à pratiquer des activités physiques dans leurs temps libres (faire des promenades à pied ou à vélo, s'entraîner, pratiquer des activités sportives). Il est aussi plausible, étant donné que leurs terrains sont généralement plus vastes et leurs domiciles, plus grands, qu'ils soient plus susceptibles de faire de l'exercice dans le cadre de travaux (jardinage, entretien du terrain, nettoyage intérieur et extérieur de la maison). Qu'en est-il vraiment?

Parmi l'ensemble des activités requérant un effort physique, la plus commune au cours d'une journée est le nettoyage intérieur, 25 % des personnes en ayant fait. En moyenne, les habitants des régions métropolitaines consacraient environ 26 minutes à faire l'époussetage, à ramasser, à passer l'aspirateur, à nettoyer la salle de bain et à faire d'autres tâches ménagères (tableau 1). Si le temps moyen que consacraient les femmes à ces tâches (37 minutes) était nettement plus élevé que celui des hommes (13 minutes), le type de quartier de résidence ne faisait cependant pas de différence. En effet, malgré que les résidences de banlieue soient généralement plus spacieuses, les taux de participation et les durées moyennes étaient pratiquement équivalents dans les quartiers à densité résidentielle faible, moyenne et élevée.

Il n'y avait pas non plus de différence entre les résidents de quartiers typiquement urbains et de banlieue en ce qui concerne la participation aux sports et aux autres activités récréatives. Environ une personne sur quatre participait à de telles activités (tableau 1).

Le portrait est complètement différent en ce qui a trait au jardinage, à l'entretien du terrain et au nettoyage extérieur de la maison. Pour ces activités, le clivage entre quartiers urbains et suburbains, autant pour la durée que pour la participation, est très marqué. En effet, 12 % des résidents des quartiers à faible densité résidentielle avaient jardiné, entretenu ou nettoyé l'extérieur de

leur domicile, comparativement à 9 % des résidents des quartiers à densité moyenne et à seulement 5 % des résidents des quartiers à densité plus élevée. Les durées moyennes, selon les types de quartiers, étaient respectivement de 15, 10 et 6 minutes (tableau 1). Lorsque l'on maintient constants les autres facteurs associés à la participation au jardinage, à l'entretien du terrain et au nettoyage extérieur de la maison, les conclusions demeurent les mêmes (tableau A.2).

Le fait que les terrains résidentiels soient presque toujours plus grands en banlieue signifie qu'ils offrent plus d'espace pour jardiner. Mais cela veut aussi dire de plus longues



**Tableau 1 Les résidents des quartiers à densité résidentielle élevée sont plus susceptibles de faire des déplacements actifs**

Personnes ayant fait...	Densité résidentielle		
	Élevée	Moyenne	Faible †
<b>Déplacements utilitaires actifs à pied ou à bicyclette</b>			
Participation (%)	30*	18*	14
Durée moyenne pour tous (minutes)	11*	5*	4
Durée moyenne pour les participants <sup>1</sup> (minutes)	35*	30	28
<b>Nettoyage intérieur</b>			
Participation (%)	25	26	25
Durée moyenne pour tous (minutes)	24	27	25
Durée moyenne pour les participants <sup>1</sup> (minutes)	96	105	101
<b>Jardinage, entretien/nettoyage extérieur</b>			
Participation (%)	5*	9*	12
Durée moyenne pour tous (minutes)	6*	10*	15
Durée moyenne pour les participants <sup>1</sup> (minutes)	118	111	123
<b>Activité physique dans les loisirs/sports</b>			
Participation (%)	25	24	25
Durée moyenne pour tous (minutes)	27	23*	28
Durée moyenne pour les participants <sup>1</sup> (minutes)	108	96*	112
<b>Toutes les sources d'activité physique (total)</b>			
Participation (%)	60*	57	56
Durée moyenne pour tous (minutes)	67	66*	72
Durée moyenne pour les participants <sup>1</sup> (minutes)	113*	115*	128
<b>Vingt minutes ou plus d'activité physique</b>			
Participation (%)	53	51	52

† groupe de référence  
 \* différence statistiquement significative par rapport au groupe de référence à p < 0,05  
 1. Les participants sont ceux qui ont consacré une minute ou plus à l'activité en question lors de la journée de référence.  
 Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale de 2005.

entrées à pelleter en hiver, plus de gazon à tondre en été et plus de travaux extérieurs de toutes sortes à accomplir. Ces différentes activités d'entretien extérieur, qu'elles soient ou non appréciées ou prises en compte au moment de choisir un quartier de résidence, contribuent à hausser le niveau d'activité physique de nombreux résidents des quartiers à faible densité résidentielle.

Pour l'ensemble des sources d'activité physique (déplacements et loisirs actifs, sports et tâches domestiques), les résidents des quartiers urbains étaient légèrement plus susceptibles que les résidents des quartiers typiques des banlieues d'avoir pris part à au moins une activité physique, soit 60 % par rapport à 56 % (tableau 1)<sup>14</sup>.



**Tableau 2 Les résidents des quartiers urbains centraux sont plus actifs physiquement**

Personnes ayant fait...	Densité résidentielle			
	Élevée		Moyenne	Faible
	Quartiers urbains centraux †	Quartiers urbains périphériques		
	<b>pourcentage</b>			
Déplacements utilitaires actifs à pied ou à bicyclette	42	26*	17*	14*
Nettoyage intérieur	21	27*	25*	25*
Jardinage, entretien/nettoyage extérieur	2	6*	10*	11*
Activité physique dans les loisirs/sports	32	21*	23*	25*
Au moins un type d'activité physique	67	57*	56*	55*
Vingt minutes ou plus d'activité physique	61	50*	51*	51*

† groupe de référence

\* différence statistiquement significative par rapport au groupe de référence à  $p < 0,05$

Note : Inclut uniquement les résidents des régions métropolitaines de recensement de Toronto, Montréal, Vancouver, Ottawa-Gatineau, Calgary et Edmonton.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale de 2005.



## L'activité selon le type de lieu de résidence touche certains groupes plus que d'autres

Les déplacements utilitaires actifs se distinguent des autres formes d'activité physique parce que leur objectif principal n'est pas, dans la majorité des cas, de faire de l'exercice, de s'amuser ou bien de se détendre. Ils permettent en effet d'atteindre un but spécifique (se rendre quelque part) sans nécessairement avoir à prendre la décision consciente de faire de l'exercice. Les personnes qui sont moins portées à faire du sport dans le cadre de leurs loisirs peuvent donc profiter, encore plus positivement que d'autres, du fait de vivre dans un quartier qui les encourage à bouger.

Dans l'ensemble, la proportion des résidents des quartiers à densité élevée qui avaient effectué au moins un déplacement actif était deux fois plus élevée que dans les quartiers à faible densité. Dans certains groupes, cette différence entre résidents des quartiers plus ou moins urbains était cependant encore plus marquée (tableau A.3).

Par exemple, c'est le cas des personnes à l'horaire chargé, soit celles ayant consacré 9 heures ou plus de leur journée au travail ou aux études. Pour ces personnes, qui n'ont pas nécessairement le temps de s'adonner à des loisirs actifs, vivre dans un quartier urbain ou suburbain faisait une énorme différence du point de vue de l'activité physique. En effet, 26 % des personnes présentant ce profil et demeurant dans

un quartier urbain avaient effectué au moins un déplacement actif lors d'une journée donnée. En comparaison, c'était le cas de seulement 9 % des personnes « très occupées » mais vivant dans un quartier typique des banlieues, soit près de trois fois moins.

On observe un peu le même type de phénomène pour les jeunes adultes de 25 à 34 ans. En effet, alors que 38 % des jeunes adultes âgés de 25 à 34 ans vivant dans les quartiers urbains avaient fait au moins un déplacement actif, c'était le cas de seulement 12 % de leurs homologues qui résidaient dans un quartier typique des banlieues, soit environ 3 fois moins aussi. Cette différence est si importante qu'elle a une incidence sur le niveau total d'activité physique des membres de ce groupe d'âge : 59 % des urbains de 25 à 34 ans avaient atteint le seuil de 20 minutes dans une journée, contre 49 % pour les résidents des quartiers suburbains du même groupe d'âge.

En bref, résider dans un quartier typiquement suburbain décourage les déplacements actifs en général et c'est encore plus flagrant pour certains groupes. Cette information peut être importante dans le cadre des campagnes de sensibilisation à l'activité physique, en particulier celles visant à convaincre les personnes sédentaires à bouger plus.

### **La proportion de personnes modérément actives est semblable dans les secteurs à densité faible et élevée**

Bien que les renseignements sur la participation et le temps moyen consacré aux activités physiques sont utiles et pertinents, il est aussi intéressant de savoir si un lieu de résidence donné est associé à une probabilité plus grande d'avoir atteint un niveau d'activité physique jugé « favorable » à la santé physique et mentale. Dans le cadre de cette étude, on considère que les personnes qui avaient consacré 20 minutes ou plus à pratiquer une activité physique quelconque lors du jour de référence étaient, au minimum, modérément actives (consulter « Ce qu'il faut savoir au sujet de la présente étude »).

La différence entre les quartiers à densité faible ou élevée n'était pas statistiquement significative en ce qui a trait à la proportion de personnes pouvant être considérées comme « modérément actives » (tableau 1). Cette conclusion demeure la même lorsque l'on maintient constant l'effet de différents facteurs comme le sexe, l'état de santé et le revenu du ménage, qui ont une incidence à la fois sur le choix d'un lieu de résidence et sur la probabilité d'être physiquement actif (tableau A.2).

Les résidents des quartiers urbains, s'ils sont nettement plus susceptibles d'être actifs dans le cadre de leurs déplacements quotidiens, se font « rattraper » par les résidents des quartiers de banlieue lorsque l'on considère les autres types d'activité physique (et en particulier le jardinage et les travaux d'entretien extérieurs). Dans l'ensemble, ils ne sont ni plus ni moins susceptibles d'avoir été modérément actifs physiquement.

### **Les quartiers urbains centraux se démarquent : les résidents sont un peu plus susceptibles d'y être physiquement actifs**

Certains quartiers urbains possèdent, plus que les autres, des traits qui devraient être associés à un niveau d'activité physique plus élevé. Ils se trouvent au centre-ville.

On peut distinguer deux grands types de quartiers urbains à forte densité 1) *les quartiers urbains centraux*, qui se situent à proximité du centre-ville et 2) *les quartiers urbains périphériques*, où l'on trouve aussi de nombreux logements multiples, mais qui se situent en banlieue. (Pour les définitions et concepts, consulter « Ce qu'il faut savoir au sujet de la présente étude ».)

Dans les quartiers urbains centraux, soient ceux qui entourent le centre-ville de la municipalité centrale de la région métropolitaine, l'aménagement est fort différent de celui des quartiers urbains périphériques.

La plupart des quartiers urbains centraux ont été conçus avant la démocratisation de la voiture. Par conséquent, la densité, la mixité et la connectivité y sont bien présentes, ce qui devrait favoriser les déplacements actifs.

Les quartiers urbains périphériques ne sont pas uniquement différents des quartiers urbains centraux en raison de leur situation dans l'espace métropolitain; ils comportent souvent une faible mixité entre usages résidentiels et commerciaux, sont situés relativement loin des principaux circuits de transport en commun et sont composés de rues curvilinéaires, peu connectées les unes aux autres. Souvent les espaces de stationnement y sont beaucoup plus nombreux que dans le centre-ville. Bref, malgré qu'ils soient urbains par le type de logements qu'on y trouve, nombre d'entre eux possèdent peu de caractéristiques qui devraient encourager les déplacements actifs.

Pour mettre en relief le caractère distinct des quartiers urbains centraux, on a retenu les résidents des six plus grandes régions métropolitaines, soit ceux de Toronto, Montréal, Vancouver, Ottawa-Gatineau, Calgary et Edmonton. Leurs quartiers centraux correspondent le plus fidèlement aux traits associés, dans les études antérieures, aux déplacements actifs et à l'activité physique en général. Ce n'est pas nécessairement le cas dans les plus petites RMR<sup>15</sup>.

Notre étude confirme que le niveau de participation à l'activité physique est plus élevé dans les quartiers urbains centraux que dans les autres types de quartiers. Soixante et un pour cent des résidents des quartiers urbains centraux avaient fait 20 minutes ou plus d'activité physique au cours d'une journée, comparativement à environ 50 % des résidents dans les autres types de quartiers, (tableau 2). Cette différence s'explique essentiellement par la propension inégalée des résidents des quartiers urbains centraux à effectuer des déplacements actifs. Elle demeurerait statistiquement significative lorsque l'on maintenait constants les facteurs tels que l'âge, le sexe et le revenu du ménage (résultats détaillés non présentés).

Toutefois, seulement une petite proportion de la population métropolitaine vit dans les quartiers urbains centraux. En effet, parmi les résidents des six grandes RMR, seulement 7 % y résidaient, comparativement à 47 %, dans les quartiers à faible densité, 29 %, dans les quartiers à densité moyenne et 17 %, dans les quartiers à densité élevée mais non centraux.

### **Conclusion**

La présente étude est la première du genre à porter sur les différences de niveau d'activité physique entre les résidents des milieux urbains et suburbains des grandes régions métropolitaines canadiennes.

Les résidents des banlieues sont aussi actifs que les résidents urbains. La proportion de personnes ayant fait 20 minutes ou plus d'activité physique n'était pas plus élevée dans les quartiers à densité résidentielle élevée (urbains) que dans ceux à densité moyenne (mixtes) ou à densité faible (suburbains).

Toutefois, un groupe se distinguait, soit les résidents des *quartiers urbains centraux* des plus grandes métropoles. Ceux-ci étaient en effet plus susceptibles d'être modérément actifs, même s'ils ne représentent qu'une petite fraction de la population.

Les activités diffèrent selon le genre de quartier. Les résidents des quartiers plus typiquement urbains sont deux fois plus susceptibles de marcher ou de pédaler pour effectuer leurs déplacements quotidiens. Ceci confirme les résultats d'autres recherches.

Les résidents des quartiers typiques de banlieue sont nettement plus susceptibles de pratiquer des activités physiques dans le cadre de travaux extérieurs (jardinage, entretien et nettoyage extérieurs). Cette association, qui peut sembler aller de soi, n'avait jamais été explorée directement dans les études antérieures.

Les tenants du « nouvel urbanisme » encouragent les planificateurs urbains à renouer, dans leurs aménagements, avec plusieurs traits des quartiers urbains traditionnels qu'ils considèrent positifs. Malgré qu'ils demeurent l'exception, certains quartiers ont effectivement été conçus dans cette optique au cours des dernières années, au Canada comme aux États-Unis. Ceux-ci ne sont cependant pas assez nombreux pour que leurs résidents soient adéquatement représentés au sein d'une enquête comme l'ESG sur l'emploi du temps. Un défi des chercheurs consistera donc à comparer, dans les années à venir, le niveau d'activité physique dans les quartiers centraux urbains, la banlieue traditionnelle et les nouveaux quartiers bâtis selon les recommandations du nouvel urbanisme, afin d'en mesurer les effets éventuels.



**Martin Turcotte** est chercheur en sciences sociales à la Division de la statistique sociale et autochtone de Statistique Canada.

1. Santé Canada. <http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/physactiv/index-fra.php>. Consulté le 29 août 2008.

2. Voir, par exemple, Gilmour, H. (2006). Les Canadiens physiquement actifs. *Rapports sur la santé*, 18(3), 49-70. N° 82-003 au catalogue de Statistique Canada. Ottawa : ministre de l'Industrie.
  3. Frank, L. D., Saelens, B. E., Powell, K. E., et Chapman, J. E. (2007). Stepping towards causation: Do built environments or neighbourhood and travel preferences explain activity, driving, and obesity? *Social science and medicine*, 65(9), 1898-1914.
  4. Frumkin, H., Frank, L., et Jackson, R. (2004). *Urban Sprawl and Public Health – Designing, Planning, and Building for Health Communities*. Washington, D.C.: Island Press.
  5. Frank, L. D., Schmid, T. L., Sallis, J. F., Chapman, J., et Saelens, B. E. (2005). Linking objectively measured physical activity with objectively measured urban form: Findings from SMARTRAQ. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(2S2), 117-125.
  6. Frumkin, H. (2002). Urban sprawl and public health. *Public Health Reports*, 117(3), 201-217.
  7. Saelens, B. E., Sallis, J. F., Black, J. B., et Chen, D. (2003). Neighborhood-based differences in physical activity : an environment scale evaluation. *American Journal of Public Health*, 93(9), 1552-1558.
  8. Brownson, R. C., Boehmer, T. K., et Luke, D. A. (2005). Declining rates of physical activity in the United States: What are the contributors? *Annual Review of Public Health*, 26, 421-443.
  9. Pour plus de détails sur ce courant, voir le site internet [www.newurbanism.org/](http://www.newurbanism.org/). Voir aussi : Duany, A., Plater-Zyberk, E., et Speck, J. (2001). *Suburban Nation: The rise of Sprawl and the Decline of the American Dream*. New York: North Point Press.
  10. Lopez, R. (2004). Urban sprawl and risk for being overweight or obese. *American Journal of Public Health*, 94(9), 1574-1579.
  11. Ross, N. A., Tremblay, S., Khan, S., Crouse, D., Tremblay M., et Berthelot, J. (2007). Body mass index in urban Canada: neighborhood and metropolitan area effects. *American Journal of Public Health*, 97(3), 500-508.
  12. Pour une analyse bibliographique complète, voir : Ewing, R., et Cervero, R. (2001) Travel and the built environment: A synthesis. *Transport Research Record*, 1780, 87-114. Pour une analyse bibliographique plus récente, voir Khattak, A. J., et Rodriguez, D. (2005). Travel behaviour in neo-traditional neighbourhood developments: a case study in USA. *Transportation Research Part A: Policy and Practice*, 39(2005), 481-500.
  13. Certaines sources ont souligné qu'il était possible que les personnes qui ont une préférence pour la marche plutôt que pour les déplacements en automobile choisissent de vivre dans les quartiers urbains plutôt que dans les secteurs suburbains (et vice versa). Si c'est le cas, ce ne serait donc pas les caractéristiques physiques du lieu de résidence qui auraient une influence quelconque sur les comportements des résidents, mais les caractéristiques personnelles de ceux qui décident de s'y établir. Pour plus d'explications, voir le rapport du Committee on Physical Activity, Health, Transportation, and Land Use, Transportation Research Board, and Institute of Medicine of the National Academies. (2005). *Does the Built Environment Influence Physical Activity? Examining the Evidence*. Transportation Research Board Special Report 282. Voir aussi la critique : Eid, J., Overman, H. G., Puga, D., et Turner, M. (2008). Fat city: Questioning the relationship between urban sprawl and obesity *Journal of Urban Economics, Elsevier*, 63(2), 385-404.
- Dans des études plus récentes, on a tenté de tenir compte de cette critique. On y a tout de même conclu qu'un lieu de résidence en banlieue était associé, même en tenant compte des préférences pour la marche, à une diminution des déplacements utilitaires actifs. Voir, par exemple, Frank, L. A., Saelens, B. E., Powell, K. E., et Chapman, J. E. (2007); Handy, S. L., Cao, X., et Mokhtarian, P. L. (2006). Self-selection in the relationship between the built environment and walking. *Journal of the American Planning Association*, 72(1), 55-74; Schwanen, T., et Mokhtarian, P. L. (2005). What affects commute mode choice: neighbourhood physical structure or preferences toward neighborhoods? *Journal of Transport Geography*, 13(1), 83-99.
14. Par contre, du point de vue de la durée, la différence entre résidents des quartiers à densité faible et élevée n'était pas statistiquement significative.
  15. L'inclusion des résidents des 27 RMR ne change pas les conclusions qualitatives de la présente analyse. Cependant, les écarts de participation étaient légèrement moins prononcés que ceux présentés ici.



	Personnes ayant fait...				
	Déplacements utilitaires actifs	Nettoyage intérieur	Jardinage ou entretien du terrain	Activité physique dans les loisirs	Vingt minutes ou plus d'activité physique
	pourcentage				
<b>Total</b>	<b>19</b>	<b>25</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>52</b>
<b>Sexe</b>					
Femmes †	20	36	9	23	58
Hommes	17*	14*	11*	25*	46*
<b>Âge</b>					
15 à 24 ans	31*	11*	2*	24	46*
25 à 34 ans	20*	25	5*	24*	50
35 à 44 ans †	16	28	9	21	50
45 à 54 ans	14	26	12*	24	51
55 à 64 ans	14	30	15*	25*	54
65 à 74 ans	12*	34*	22*	32*	65*
75 ans et plus	18	35*	16*	28*	63*
<b>Statut d'immigrant</b>					
Non immigrant †	19	25	10	25	52
Immigrant (avant 1990)	15*	29*	13*	27	55*
Immigrant récent (1990 à 2005)	22	21*	6*	21*	49
<b>État de santé</b>					
Excellent	19	22*	9	31*	55
Très bon †	19	25	10	25	52
Bon	18	26	10	22*	51
Moyen ou mauvais	17	27	10	19*	48*
<b>Plus haut niveau de scolarité atteint</b>					
Sans diplôme d'études secondaires	22	25	11*	23*	55
Diplôme d'études secondaires	17*	24	9	22*	50
Diplôme d'études collégiales ou d'une école de métiers	17*	27	11*	24*	52
Diplôme universitaire †	20	25	9	28	52
<b>Revenu du ménage</b>					
Moins de 20 000 \$	30*	32*	7*	23	61*
20 000 \$ à 39 999 \$	21*	27	9*	21*	52
40 000 \$ à 59 999 \$	16	28*	10	25	52
60 000 \$ à 99 999 \$ †	16	25	11	26	54
100 000 \$ et plus	18	21*	11	27	49*
<b>Présence d'un enfant de 4 ans ou moins</b>					
Non †	19	24	10	25	52
Oui	18	35*	5*	20*	53
<b>Présence d'un enfant de 5 à 12 ans</b>					
Non †	18	24	10	25	52
Oui	19	29*	8*	23	52
<b>Journée de la semaine</b>					
Jour de semaine †	20	24	9	24	51
Jour de fin de semaine	14*	29*	12*	25	55*
<b>Temps consacré au travail/aux études</b>					
0 minutes †	16	36	15	30	64
1 à 419 minutes (moins de 7 heures)	28*	24*	8*	22*	54*
420 à 539 minutes (de 7 heures à près de 9 heures)	20*	16*	5*	21*	42*
540 minutes et plus (9 heures et plus)	16	10*	4*	15*	31*

† groupe de référence

\* différence statistiquement significative par rapport au groupe de référence à  $p < 0,05$

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale de 2005.

	Personnes ayant fait...				
	Déplacements utilitaires actifs	Nettoyage intérieur	Jardinage ou entretien du terrain	Activité physique dans les loisirs	Vingt minutes ou plus d'activité physique
	rapports de cotes				
<b>Type de quartier</b>					
Urbain	2,6*	0,9	0,4*	1,0	1,1
Mixte	1,3*	1,0	0,8*	1,0	1,0
Suburbain †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
<b>Sexe</b>					
Femmes †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Hommes	0,9*	0,3*	1,5*	1,2*	0,7*
<b>Âge</b>					
15 à 24 ans	2,5*	0,4*	0,2*	1,4*	0,9
25 à 34 ans	1,2*	0,9	0,5*	1,2*	1,0
35 à 44 ans †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
45 à 54 ans	0,8	1,0	1,2	1,1	1,0
55 à 64 ans	0,8	1,0	1,3	1,0	0,9
65 à 74 ans	0,6*	0,9	1,8*	1,4*	1,1
75 ans et plus	1,0	0,9	1,3	1,1	1,0
<b>Statut d'immigrant</b>					
Non immigrant †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Immigrant (avant 1990)	0,9	1,1	0,9	1,1	1,1
Immigrant récent (1990 à 2005)	0,9	0,8*	1,0	1,0	1,0
<b>État de santé</b>					
Excellent	1,0	0,9	1,0	1,4*	1,2*
Très bon †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Bon	1,0	1,1	1,0	0,8*	0,9
Moyen ou mauvais	0,9	0,8*	0,8	0,7*	0,7*
<b>Plus haut niveau de scolarité atteint</b>					
Sans diplôme d'études secondaires	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Diplôme d'études secondaires	0,8*	1,0	0,9	1,0	0,9
Diplôme d'études collégiales ou d'une école de métiers	0,9	1,0	0,9	1,2	0,9
Diplôme universitaire †	1,2	1,0	0,8	1,4*	1,0
<b>Revenu du ménage</b>					
Moins de 20 000 \$	1,7*	1,1	0,5*	0,8	1,0
20 000 \$ à 39 999 \$	1,3*	1,0	0,7*	0,8*	0,8*
40 000 \$ à 59 999 \$	1,0	1,1	0,9	1,0	0,9
60 000 \$ à 99 999 \$ †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
100 000 \$ et plus	1,2	0,9	1,0	1,0	0,9*
<b>Présence d'un enfant de 4 ans ou moins</b>					
Non †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Oui	0,9	1,7*	0,6*	0,7*	1,0
<b>Présence d'un enfant de 5 à 12 ans</b>					
Non †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Oui	1,1	1,2*	0,9	1,0	1,1
<b>Journée de la semaine</b>					
Jour de semaine †	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
Jour de fin de semaine	0,6*	0,9	0,9	0,7*	0,7*
<b>Temps consacré au travail/aux études</b>	0,98*	0,87*	0,87*	0,90*	0,87*

† groupe de référence

\* différence statistiquement significative par rapport au groupe de référence à  $p < 0,05$

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale de 2005.

	Personnes ayant fait au moins...					
	Un déplacement utilitaire actif			Vingt minutes d'activité physique		
	Densité résidentielle			Densité résidentielle		
	Élevée	Faible †		Élevée	Faible †	
	pourcentage	ratio	pourcentage	ratio		
<b>Sexe</b>						
Femmes	31*	15	2,1	57	57	1,0
Hommes	28*	14	2,1	49	46	1,0
<b>Âge</b>						
15 à 24 ans	39*	28	1,4	47	45	1,1
25 à 34 ans	38*	12	3,1	59*	49	1,2
35 à 44 ans	28*	11	2,5	48	50	1,0
45 à 54 ans	23*	11	2,0	49	51	1,0
55 à 64 ans	25*	12	2,1	54	54	1,0
65 à 74 ans	22*	10	2,3	64	64	1,0
75 ans et plus	22	15	1,5	58	68	0,9
<b>Statut d'immigrant</b>						
Non immigrant	31*	15	2,1	54	51	1,1
Immigrant (avant 1990)	28*	10	2,6	56	56	1,0
Immigrant récent (1990 à 2005)	30*	16	1,8	50	49	1,0
<b>État de santé</b>						
Excellent	35*	14	2,4	59	54	1,1
Très bon	31*	15	2,1	52	53	1,0
Bon	28*	15	1,9	54	51	1,1
Moyen ou mauvais	28*	11	2,6	49	47	1,0
<b>Plus haut niveau de scolarité atteint</b>						
Sans diplôme d'études secondaires	28*	19	1,5	55	54	1,0
Diplôme d'études secondaires	29*	13	2,3	52	48	1,1
Diplôme d'études collégiales ou d'une école de métiers	29*	12	2,4	52	54	1,0
Diplôme universitaire	34*	15	2,3	55	52	1,1
<b>Revenu du ménage</b>						
Moins de 20 000 \$	41*	20	2,0	62	61	1,0
20 000 \$ à 39 999 \$	31*	13	2,4	54	52	1,0
40 000 \$ à 59 999 \$	27*	13	2,1	57	53	1,1
60 000 \$ à 99 999 \$	29*	12	2,5	55	54	1,0
100 000 \$ et plus	31*	15	2,1	50	49	1,0
<b>Présence d'un enfant de 4 ans ou moins</b>						
Non	30*	14	2,1	53	52	1,0
Oui	26*	14	1,9	54	53	1,0
<b>Présence d'un enfant de 5 à 12 ans</b>						
Non	30*	14	2,2	53	52	1,0
Oui	31*	16	2,0	56	52	1,1
<b>Journée de la semaine</b>						
Jour de semaine	31*	16	2,0	52	50	1,0
Jour de fin de semaine	27*	11	2,6	56	56	1,0
<b>Temps consacré au travail/aux études</b>						
0 minutes	28*	13	2,1	63	65	1,0
1 à 419 minutes (moins de 7 heures)	41*	25	1,7	58	54	1,1
420 à 539 minutes (de 7 heures à près de 9 heures)	33*	16	2,1	44	42	1,0
540 minutes et plus (9 heures et plus)	26*	9	2,9	34	29	1,2

† groupe de référence

 \* différence statistiquement significative par rapport au groupe de référence à  $p < 0,05$ 

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale de 2005.