

# Devrions-nous peser les enfants à l'école?



Vous avez sans doute vu aux nouvelles ou dans les médias sociaux qu'il y a de plus en plus d'enfants en surcharge pondérale. Pour essayer d'aider tous les enfants à bien grandir, on parle beaucoup de poids. Il est cependant plus important d'insister sur la santé et le bien-être de l'enfant dans son intégralité.

**Faites moins attention au poids, à la taille et à la forme des enfants, et plus attention à leur SANTÉ et à leur BIEN-ÊTRE.**

## Pourquoi faire moins attention au poids?

- **Tous les élèves doivent être actifs physiquement et bien manger pour être en bonne santé, quel que soit leur poids.**
- Peser les enfants à l'école peut faire plus de mal que de bien.

## Qu'est-ce qui peut arriver lorsqu'on pèse un enfant à l'école ?

- Les enfants se font souvent taquiner à cause de leur poids. Lorsqu'on pèse un enfant à l'école, il est possible qu'il se fasse encore plus taquiner.
- Quel que soit le poids d'un enfant, ses camarades risquent de l'inciter à essayer des régimes dangereux, ce qui pourrait mener à des troubles de l'alimentation.
- Il peut être humiliant, effrayant ou embarrassant pour l'enfant de se faire peser à l'école. Un grand nombre de facteurs sur lesquels l'enfant n'a pas de contrôle peuvent avoir une influence sur sa taille.

## Les recherches démontrent que les programmes scolaires soutiennent mieux la santé des élèves s'ils comportent les aspects suivants :

- activité physique : à la fois sport et jeux actifs non compétitifs
- moins de temps passé assis
- environnements alimentaires favorables
- pratiques appropriées pour toutes les cultures
- gratuité ou coût réduit pour tous les participants
- participation de la famille
- autres programmes et initiatives scolaires venant soutenir la santé de l'enfant



## Références

- Baker, S., & Nutritionist, P. H. (2011). Effective Public Health Interventions in the Prevention of Obesity in Children from Birth to Six Years : A Rapid Review of the Evidence, (August).
- Davison, K. K., Markey, C. N., & Birch, L. L. (2008). NIH Public Access. *International Journal*, 33(3), 320–332. doi:10.1002/eat.10142.A
- Dehghan, M., Akhtar-Danesh, N., & Merchant, A. T. (2005). Childhood obesity, prevalence and prevention. *Nutrition Journal*, 4 (Table 1), 24. doi:10.1186/1475-2891-4-24
- Dietz, W. H., Story, M. T., & Leviton, L. C. (2009). Introduction to Issues and Implications of Screening, Surveillance, and Reporting of Children's BMI. *Pediatrics*, 124 (Supplement), S1–S2. doi:10.1542/peds.2008-3586C
- Harrison, M. K., & Peggs, C. (2004). The role of schools in preventing childhood obesity. *The West Virginia Medical Journal*, 98(6), 260–262.
- Ikeda, J. P., Crawford, P. B., & Woodward-Lopez, G. (2006). BMI screening in schools: Helpful or harmful. *Health Education Research*, 21(6), 761–769. doi:10.1093/her/cyl144
- Nanney, S. (2012). Schools and Obesity Prevention : Creating School Environments and Policies to Promote Healthy Eating and Physical Activity Author ( s ): Mary Story , Marilyn S . Nanney , Marlene B . Schwartz Reviewed work ( s ): Published by : Blackwell Publishing on beh. *Policy*, 87(1), 71–100.
- Nihiser, A. J., Lee, S. M., Wechsler, H., McKenna, M., Odom, E., Reinold, C., ... Grummer-Strawn, L. (2007). Body mass index measurement in schools. *The Journal of School Health*, 77(10), 651–671; quiz 722–724. doi:10.1111/j.1746-1561.2007.00249.x
- Russell-Mayhew, S., McVey, G., Bardick, A., & Ireland, A. (2012). Mental health, wellness, and childhood overweight/obesity. *Journal of Obesity*, 2012. doi:10.1155/2012/281801
- Santé publique Ontario. (2013). Obésité chez les enfants et les jeunes : Données probantes pour guider l'action en Ontario : Rapport Sommaire.
- Scheier, L. M. (2004a). Potential problems with school health report cards. *Journal of the American Dietetic Association*, 104(4), 525–527. doi:10.1016/j.jada.2004.02.001