

Offres et pratiques alimentaires revues dans les services de garde du Québec

Volet 2 :

Questionnaire à l'intention des éducatrices

Analyse descriptive par questions des résultats

Amélie Baillargeon

Marie Marquis
Directrice du projet

Université de Montréal

Le 12 août 2011

Table des matières

1^{re} partie : Connaissances en nutrition	5
Question 1 – Guide alimentaire canadien (GAC).....	5
Question 2 – Taille des portions servies.....	6
Question 3 – Rôles et sources des nutriments.....	9
Question 4 – Allergies et intolérances alimentaires.....	20
Question 5 – Appétit des enfants d’âge préscolaire	21
2^e partie : Attitudes et comportements en lien avec l’alimentation	23
Question 6 – Sources d’informations concernant la nutrition des enfants d’âge préscolaire	23
Question 7 – Confiance accordée aux sources d’informations sur la nutrition des enfants d’âge préscolaire	24
Question 8 – Vision de la saine alimentation du MSSS	26
Question 9 – Pratiques alimentaires en service de garde.....	27
Question 10 – Comportements des éducatrices à l’égard des enfants	35
Question 11 – Stratégies en matière d’alimentation des enfants	37
3^e partie : Stratégies en matière d’alimentation et perceptions du rôle en matière d’éducation alimentaire	38
Question 12 – Mise en situation 1 : les éducatrices n’aiment pas le plat principal.....	38
Question 13 – Mise en situation 2 : un enfant n’aime pas un aliment servi au dîner	39
Question 14 – Mise en situation 3 : un nouveau mets est servi et les enfants le refusent	41
Question 15 – Mise en situation 4 : les enfants difficiles.....	42
Question 16 – Mise en situation 5 : un enfant n’a pas faim au moment du repas.....	44
Question 17 – Mise en situation 6 : l’embonpoint chez les fillettes	45
Question 18 – Mise en situation 7 : les fillettes de petit poids	46
Question 19 – Mise en situation 8 : un enfant ne termine pas son repas	47

Question 20 – Mise en situation 9 : les perceptions du rôle en matière d'éducation alimentaire	49
Question 21 – Principales préoccupations des éducatrices durant les repas et les collations en lien avec différents thèmes	50
4^e partie : Opinions et préoccupations	50
Question 22 – Mythes en lien avec la nutrition	50
Question 23 – Mythes en lien avec l'alimentation des enfants	52
Question 24 – Mythes en lien avec les comportements alimentaires des enfants	53
Question 25 – Pour moi, bien manger, c'est...	53
Question 26 – Engagement envers la saine alimentation.....	54
Question 27 – Préoccupations à l'égard de l'image corporelle	54
Question 28 – Perceptions de l'image corporelle	55
Question 29 – Poids corporel	55
Question 30 – Améliorations à apporter à l'offre alimentaire du service de garde	56
5^e partie : Besoins en formation.....	57
Question 31 – Conseils et informations à recevoir	57
Question 32 – Moyens de transmission des informations.....	59
6^e partie : Profil des éducatrices.....	60
Question 33 – Formation des éducatrices.....	60
Question 34 – Niveau de scolarité des éducatrices	61
Question 35 – Années d'expérience en éducation à la petite enfance en service de garde	62
Question 36 – Nombre d'années d'expérience au poste actuel	63
Question 37 – Nombre d'éducatrices en poste au service de garde	63
Question 38 – Horaire de travail	63
Question 39 – Sexe	64
Question 40 – Nationalité des éducatrices	64

Question 41 – Âge des éducatrices	64
Questions 42 et 43 – Enfants des éducatrices et leur âge	65
Questions 44 et 45 – Enfants des éducatrices en service de garde	65
Questions 46 et 47 – Achats alimentaires et préparation des repas	66

Analyse descriptive par questions des résultats

Le présent document traite des résultats obtenus au questionnaire qu'ont rempli en ligne entre 222 et 361 éducatrices, selon les parties, des 106 services de garde participant au projet de recherche « Offres et pratiques alimentaires revues dans les services de garde du Québec : analyse de données et transfert de connaissances » d'Extenso.

En termes relatifs (pourcentage) et absolus (nombre ou n), la présentation des résultats comporte six parties : 1) les connaissances en nutrition des éducatrices, 2) leurs attitudes et leurs comportements en lien avec l'alimentation, 3) leurs réactions à des mises en situation, 4) leurs opinions et leurs préoccupations, 5) leurs besoins en formation ainsi que 6) leur profil. La présentation des résultats est divisée selon ces six parties et suit l'ordre des questions telles qu'elles apparaissent dans le questionnaire. Certaines questions n'ont pas été traitées étant donnée leur nature qualitative.

En vue d'alléger le texte, le genre féminin a été utilisé sans discrimination aucune.

1^{re} partie : Connaissances en nutrition

La première partie présente les résultats obtenus aux cinq premières questions portant sur les connaissances en nutrition des éducatrices. Elles sont 361 à avoir répondu aux questions axées plus particulièrement sur le Guide alimentaire canadien (GAC), la taille des portions, les rôles et sources des nutriments, les allergies et les intolérances alimentaires ainsi que l'appétit des enfants d'âge préscolaire.

Question 1 – Guide alimentaire canadien (GAC)

Dans cette section sont explorées les connaissances des éducatrices à l'égard du GAC ainsi que de ses composantes et les réflexions qui s'y rapportent.

Tableau 1 | Connaissances des éducatrices sur le GAC (n variables)

Questions	Oui		Non		Je ne sais pas	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Connaissez-vous le Guide alimentaire canadien? (n=323)</i>	312	96,6%	11	3,4%	---	--
<i>Le Guide alimentaire canadien indique le nombre de portions de chaque groupe alimentaire à consommer quotidiennement pour chaque groupe d'âge (ex. : enfants, adolescents, adultes). (n=313)</i>	283	90,4%	11	3,5%	19	6,1%
<i>Le Guide alimentaire canadien inclut tous les aliments que vous pouvez trouver à l'épicerie (ex. : pommes, brioche, viandes, croustilles...). (n=317)</i>	97	30,6%	193	60,9%	27	8,5%
<i>Le GAC recommande de consommer une petite quantité de gras quotidiennement, peu importe le type de gras. (n=318)</i>	75	23,6%	176	55,3%	67	21,1%

Tout d'abord, près de 97 % (n=312) des éducatrices ont indiqué connaître le GAC, contre un peu plus de 3 % (n=11) qui disent ne pas le connaître.

Un peu plus de 90 % (n=283) des éducatrices ont mentionné que le GAC indique, pour chaque groupe d'âge, le nombre de portions des groupes alimentaires à consommer quotidiennement, *ce qui est vrai*. Un peu moins de 4 % (n=11) des répondantes ont indiqué que le GAC ne le précisait pas, et un peu plus de 6 % (n=19) des participantes ont répondu ne

pas avoir remarqué s'il l'indiquait ou non.

Environ 61 % (n=193) des éducatrices ne considèrent pas, *avec raison*, que le GAC comprend tous les aliments (ex. : pommes, brioches, viandes ou croustilles) que l'on trouve en épicerie. Elles sont près de 31 % (n=97) à indiquer que le GAC les comprend tous, et 8,5 % (n=27) des répondantes ne savent pas ce qu'inclut le GAC.

Enfin, près du quart (n=75) des éducatrices ont répondu que le GAC recommande de consommer une petite quantité de gras quotidiennement, peu importe le type. Elles sont par contre environ 55 % (n=176) à indiquer le contraire, et un peu plus de 21 % (n=67) des répondantes ne le savent pas. *Le GAC recommande bel et bien de consommer 30 à 45 mL (2 à 3 c. à table) de matières grasses. Toutefois, elles doivent être insaturées (ex. : huiles de canola, de maïs, de lin, d'olive, d'arachide, de soya ou de tournesol, margarines non hydrogénées) et non saturées ou trans (ex., beurre, margarines hydrogénées et shortening) qui, elles, doivent être limitées ou évitées.*

Tableau 2 | Nombre de groupes alimentaires du GAC selon les éducatrices (n=318)

	Trois		Quatre		Cinq		Je ne sais pas	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Combien de groupes alimentaires le GAC contient-il?</i>	4	1,3%	251	78,9%	61	19,2%	2	0,6%

En ce qui a trait au nombre de groupes alimentaires du GAC, environ 79 % (n=251) des éducatrices ont sélectionné *la bonne réponse* en indiquant qu'il en comporte quatre. Cependant, elles sont un peu plus de 1 % (n=4) à avoir indiqué qu'il en contient trois, et un peu moins de 20 % (n=61) des participantes ont mentionné qu'il en comporte cinq. Moins de 1 % (n=2) des répondantes ont répondu ne pas savoir le nombre de groupes alimentaires du GAC.

Question 2 – Taille des portions servies

Cette section explore la taille des portions que présentent habituellement les éducatrices aux enfants lorsqu'elles leur offrent un aliment pour la première fois. Les questions sont divisées selon les quatre groupes alimentaires du GAC. Le tableau ci-après présente les portions recommandées en fonction de l'âge des enfants.

Tableau A | Taille des portions recommandée de divers aliments en fonction de l'âge de l'enfant

	<i>Enfant de 2 à 3 ans</i>	<i>Enfant de 4 à 5 ans</i>
FRUITS ET LÉGUMES		
<i>Légume cuit</i>	60 mL	125 mL
<i>Fruit frais</i>	Moitié d'un fruit	Fruit complet
<i>Jus de fruits</i>	60 mL	125 mL
PRODUITS CÉRÉALIERS		
<i>Pâtes alimentaires</i>	60 mL	125 mL
<i>Céréales à déjeuner</i>	60 mL à 85 mL	125 mL à 175 mL
<i>Pain</i>	Moitié d'une tranche	Tranche complète
LAIT ET SUBSTITUTS		
<i>Lait ou boisson de soya</i>	125 mL	250 mL
<i>Yogourt</i>	85 mL	175 mL
<i>Fromage</i>	30 g	50 g
VIANDES ET SUBSTITUTS		
<i>Viande, volaille, poisson</i>	40 g	75 g
<i>Œuf</i>	1	2
<i>Légumineuses</i>	85 mL	175 mL

Légumes et fruits

Tableau 3 | Taille habituelle des portions de légumes cuits, de fruits frais et de jus de fruits servies la première fois aux enfants (n variables)

<i>Aliments</i>	<i>60 mL / 1/4 fruit*</i>		<i>125 mL / 1/2 fruit*</i>		<i>250 mL / 1 fruit*</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Légumes cuits (n=321)</i>	181	56,4%	123	38,3%	17	5,3%
<i>Fruits frais (n=321)</i>	31	9,7%	84	26,2%	206	64,2%
<i>Jus de fruits (n=308)</i>	90	29,2%	179	58,1%	39	12,7%

*NB : Les unités en mL s'appliquent aux légumes cuits et aux jus de fruits. Celles en « portions de fruit » se rapportent aux fruits frais. Il est à noter que 60 ml de fruits frais correspond habituellement à un demi-fruit moyen, 125 ml, à un fruit moyen et 250 mL, à deux fruits¹.

Lorsque les éducatrices servent la première fois aux enfants un légume cuit tel que du brocoli, elles sont un peu plus de 56 % (n=181) à leur offrir une portion de 60 mL. Un peu plus de 38 % (n=123) des répondantes leur présentent une portion de 125 mL et un peu plus de 5 % (n=17) d'entre elles leur proposent 250 mL.

En ce qui a trait aux fruits frais, près de 10 % (n=31) des éducatrices présentent la première fois aux enfants habituellement le quart du fruit. Un peu plus de 26 % (n=84) des répondantes leur proposent la moitié du fruit alors qu'un peu plus de 64 % (n=206) d'entre elles leur offrent le fruit au complet.

Enfin, du côté des jus de fruits, près de 30 % (n=90) des éducatrices offrent la première fois aux enfants habituellement une portion de 60 mL. Plus 58 % (n=179) des répondantes leur proposent 125 mL de jus de fruits la première fois. Enfin, un peu moins de 13 % (n=39) d'entre elles leur versent la première fois un verre de 250 mL.

Pour les trois catégories d'aliments, bien que les réponses ne distinguent pas la taille des portions servies en fonction des âges, on peut supposer que, avec les résultats obtenus, les éducatrices offrent aux enfants la taille recommandée.

¹ Document Nos petits mangeurs sur les portions
©2011/11/11

Produits céréaliers

Tableau 4 | Taille habituelle des portions de pâtes alimentaires, de céréales à déjeuner et du pain servies la première fois aux enfants (n variables)

Aliments	60 mL ou 1/2 tranche*		125 mL ou 1 tranche*		250 mL ou 1 1/2 tranche*	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
Pâtes alimentaires (n=315)	74	23,5%	167	53,0%	74	23,5%
Céréales à déjeuner (n=319)	73	22,9%	175	54,9%	71	22,3%
Pain (n=317)	92	29,0%	185	58,4%	40	12,6%

*NB : Les unités en mL s'appliquent aux pâtes alimentaires et aux céréales à déjeuner tandis que celles en « tranche » se rapportent au pain.

Lorsque les éducatrices présentent des pâtes alimentaires la première fois aux enfants, près du quart (n=74) d'entre elles leur offrent une portion soit de 60 mL, soit de 250 mL. Elles sont un peu plus de la moitié (n=167) à leur en servir 125 mL.

En ce qui a trait aux céréales à déjeuner, comme les Cheerios, environ 23 % (n=73) des éducatrices proposent aux enfants une portion de 60 mL la première fois. Près de 55 % (n=175) des répondantes leur offrent un bol de 125 mL. Enfin, un peu plus de 22 % (n=71) d'entre elles leur présentent la première fois une portion de 250 mL.

Moins du tiers (n=92) des éducatrices présentent habituellement une demi-tranche la première fois aux enfants alors qu'un peu plus de 58 % (n=185) d'entre elles leur offrent une tranche complète. Près de 13 % (n=40) des répondantes leur proposent une tranche et demie de pain.

En ce qui a trait au pain, les éducatrices présentent généralement la portion recommandée aux enfants. Par contre, du côté des pâtes alimentaires et des céréales, environ le quart des éducatrices semblent leur offrir de plus grosses portions que celles recommandées.

Lait et substituts

Tableau 5 | Taille habituelle des portions de lait/boisson de soya enrichie, de yogourt et de fromage servies la première fois aux enfants (n variables)

Aliments	60 mL ou 45 mL ou 25 g*		125 mL ou 50 g*		250 mL ou 175 mL ou 75 g*	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
Lait/boisson de soya enrichie (n=317)	47	14,8%	149	47,0%	121	38,2%
Yogourt (n=320)	44	13,8%	211	65,9%	65	20,3%
Fromage (n=317)	70	22,1%	186	58,7%	61	19,2%

*NB : Les unités en mL s'appliquent au lait ou à la boisson de soya enrichie ainsi qu'au yogourt tandis que celles en gramme se rapportent au fromage.

Lorsque les éducatrices proposent le lait ou la boisson de soya enrichie pour la première fois aux enfants, environ 15 % (n=47) d'entre elles leur présentent une portion de 60 mL. Elles sont 47 % (n=149) à leur en servir un verre de 125 mL. Enfin, elles sont plus du tiers (n=121) à présenter pour la première fois une portion de 250 mL aux enfants.

Du côté du yogourt, près de 14 % (n=22) des éducatrices présentent aux enfants une portion de 45 mL la première fois. Environ 66 % (n=211) des répondantes leur offrent 125 mL de yogourt, et un peu plus de 20 % (n=65) d'entre elles servent une portion de 175 mL.

En ce qui a trait au fromage, 22 % (n=70) des éducatrices proposent une portion de 25 g la première fois qu'elles en offrent aux enfants. Un peu moins de 59 % (n=186) d'entre elles donnent 50 g de fromage aux enfants, et un peu plus de 19 % (n=61) des répondantes leur présentent une portion de 75 g.

En ce qui concerne la taille habituellement servie des portions de lait ou de boisson de soya enrichie, de yogourt et de fromage servies la première fois aux enfants, on constate que, dans la première catégorie (lait ou boisson de soya) près de 15 % des éducatrices n'en donnent pas assez; dans la deuxième (yogourt), les répondantes semblent en servir suffisamment bien que les portions évaluées ne correspondent pas aux recommandations; et dans la troisième (fromage), 20 % n'en donnent pas assez.

Viandes et substituts

Tableau 6 | Taille habituelle des portions de viande/volaille/poisson, d'œuf et de légumineuse servies la première fois aux enfants (n variables)

Aliments	25 g ou ½ œuf ou 60 mL*		50 g ou 1 œuf ou 125 mL*		75 g ou 2 œufs ou 175 mL*	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
Viande, volaille, poisson (n=317)	36	11,4%	128	40,4%	153	48,3%
Œufs (n=316)	98	31,0%	202	63,9%	16	5,1%
Légumineuses (n=319)	176	55,2%	120	37,6%	23	7,2%

*NB : Les unités en gramme s'appliquent à la viande, à la volaille et au poisson, et celles en mL se rapportent aux légumineuses.

Lorsque les éducatrices offrent de la viande, de la volaille ou du poisson pour la première fois aux enfants, un peu plus de 11 % (n=36) d'entre elles leur présentent une portion de 25 g. Un peu plus de 40 % (n=128) des répondantes leur en servent 50 g. Elles sont plus de 48 % (n=153) à proposer des portions de 75 g aux enfants.

Environ le tiers (n=98) des éducatrices servent un demi-œuf aux enfants la première fois qu'elles leur en présentent. Près de 64 % (n=202) d'entre elles leur proposent l'œuf entier. Un peu plus de 5 % (n=16) des répondantes leur offrent un œuf et demi.

Enfin, plus de 55 % (n=176) des éducatrices présentent pour la première fois aux enfants une portion de légumineuses de 60 mL. Près de 38 % (n=120) des répondantes leur offrent une portion de 125 mL. Un peu plus de 7 % (n=23) d'entre elles leur servent 175 mL de légumineuses.

Du côté des portions de viande, de volaille et de poisson, d'œuf ainsi que de légumineuses servies la première fois aux enfants, il est noté que, dans la première catégorie (viande, volaille et poisson), la taille servie correspond aux recommandations. Dans la deuxième (œuf), 31 % des répondantes en servent un demi, ce qui est insuffisant. Dans la troisième (légumineuses), les portions évaluées ne correspondent pas aux recommandations pour les enfants âgés de 2 à 3 ans, mais les éducatrices semblent néanmoins leur en servir assez et, dans le cas des enfants de 4 à 5 ans, elles ne sont que 7 % à leur en servir la portion recommandée de 175 mL, ce qui ne suffit pas.

Question 3 – Rôles et sources des nutriments

Dans cette section, on explore les connaissances des éducatrices concernant les rôles et les sources des glucides, des protéines, des lipides, des fibres alimentaires, du fer, du calcium/de la vitamine D, du sodium et de l'eau. Les énoncés suivis d'un astérisque (*) dans les tableaux sont vrais.

Les glucides

Tableau 7 | Rôles des glucides selon les éducatrices (n=361)

Les glucides...	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
...sont indispensables au bon fonctionnement du corps.*	224	62,0%	137	38,0%
...sont la principale source d'énergie du corps.*	165	45,7%	196	54,3%
...font engraisser.	89	24,7%	272	75,3%
...incluent les fibres alimentaires.*	75	20,8%	286	79,2%
...doivent être évités.	52	14,4%	309	85,6%
...rendent les enfants hyperactifs.	35	9,7%	326	90,3%

Plus de 83 % (n=353) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les rôles des glucides. La moyenne est de 3,8 (+/- 1,4) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Plus de 60 % (n=224) des répondantes jugent que les glucides sont indispensables au bon fonctionnement du corps alors que 38 % (n=137) d'entre elles pensent le contraire. *Ils sont effectivement indispensables au bon fonctionnement du corps, puisqu'elles sont notamment la source d'énergie privilégiée par le cerveau.*

Près de 46 % (n=165) des éducatrices considèrent que les glucides sont la principale source d'énergie du corps, contre plus de 54 % (n=196) d'entre elles qui disent le contraire. *En effet, ils sont le type de nutriment source d'énergie le plus facilement mobilisable par le corps.*

Environ le quart (n=89) des éducatrices jugent que les glucides font engraisser tandis que plus de 75 % (n=272) d'entre elles pensent le contraire. *Normalement, une consommation de glucides adaptée aux besoins de chacun n'entraîne pas de prise de poids. Par contre, lorsqu'il y a consommation excessive, les glucides se transforment en lipides et s'accumulent dans le corps.*

Un peu moins de 21 % (n=75) des répondantes considèrent, *avec raison*, que les glucides incluent les fibres alimentaires alors que moins de 80 % (n=286) d'entre elles jugent qu'elles n'en font pas partie.

Plus de 14 % (n=52) des éducatrices pensent que les glucides doivent être évités, *à tort*, alors que plus de 85 % (n=309) d'entre elles jugent que non.

Moins de 10 % (n=35) des répondantes considèrent que les glucides rendent les enfants hyperactifs, *avec raison*, alors que plus de 90 % (n=326) d'entre elles pensent le contraire.

Tableau 8 | Aliments sources de glucides selon les éducatrices (n=361)

Sources de glucides	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
Sucre de table, miel, sirop d'érable*	250	69,3%	111	30,7%
Pommes, betteraves, carottes*	235	65,1%	126	34,9%
Pain, pâtes alimentaires*	215	59,6%	146	40,4%
Lait*	60	16,6%	301	83,4%
Légumineuses*	41	11,4%	320	88,6%
Viande	25	6,9%	336	93,1%

Plus de 44 % (n=160) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources de glucides. La moyenne est de 2,3 (+/- 1,5) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Selon près de 70 % (n=250) des éducatrices, le sucre de table, le miel et le sirop d'érable sont des sources de glucides. Un peu plus de 65 % (n=235) des répondantes considèrent que les pommes, les betteraves et les carottes en constituent une aussi. Le pain et les pâtes alimentaires sont des sources de glucides selon près de 60 % (n=215) des éducatrices; le lait, par un peu moins de 17 % (n=60) d'entre elles; les légumineuses, par un peu plus de 11 % (n=41) des répondantes; les viandes, par environ 7 % (n=25) d'entre elles. Parmi tous ces aliments, seule la viande n'est pas une source de glucides. Dans les autres aliments, certains sont plus riches en sucres raffinés (sucre de table, miel et sirop d'érable) alors que les autres, en plus d'être des sources de glucides, comportent d'autres nutriments bénéfiques pour la santé, tels que des fibres, des protéines ainsi que des antioxydants.

Les protéines

Tableau 9 | Rôles des protéines selon les éducatrices (n=361)

Les protéines...	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
...sont indispensables à la croissance des enfants.*	271	75,1%	90	24,9%
...fournissent de l'énergie.*	264	73,1%	97	26,9%
...aident à se sentir rassasier plus longtemps.*	214	59,3%	147	40,7%
...défendent le corps contre les maladies.*	102	28,3%	259	71,7%
...font engraisser.	12	3,3%	349	96,7%
...sont inutiles pour les adultes.	5	1,4%	356	98,6%

Elles sont 87,5 % (n=316) des éducatrices à avoir obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux affirmations sur les rôles des protéines. La moyenne est de 4,3 (+/- 1,2) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Les protéines sont indispensables à la croissance des enfants selon 75 % (n=271) des répondantes, ce qui est vrai, contre le quart (n=90) d'entre elles qui ne le jugent.

Selon un peu plus de 73 % (n=264) des éducatrices, les protéines fournissent de l'énergie, alors que près de 27 % (n=97) d'entre elles ne le croient pas. Cet énoncé est en partie vrai, puisque les protéines contiennent de l'énergie, mais elles ne constituent pas la première source utilisée par le corps, ce sont plutôt les glucides. Les protéines contribuent plutôt à bâtir et à maintenir la structure du corps que forment les os et les muscles.

Selon près de 60 % (n=214) des répondantes, les protéines aident à se sentir rassasier plus longtemps, ce qui est vrai, alors qu'un peu plus de 40 % (n=147) ne pensent pas que cet énoncé soit exact.

Plus de 28 % (n=102) des éducatrices considèrent que les protéines défendent le corps contre les maladies, ce qui est vrai, alors que près de 72 % (n=259) d'entre elles jugent le contraire.

Les protéines font engraisser selon un peu plus de 3 % (n=12) des éducatrices tandis que moins de 97 % (n=349) d'entre elles ne considèrent pas cet énoncé exact. Normalement, une consommation de protéines adaptée aux besoins de chacun n'entraîne pas de prise de poids. Par contre, lorsqu'il y a consommation excessive, les protéines se transforment en lipides et s'accumulent dans le corps.

Les protéines sont inutiles pour les adultes selon moins de 2 % (n=5) des éducatrices, *ce qui est faux*, tandis que près de 99 % (n=356) d'entre elles jugent le contraire.

Tableau 10 | Aliments sources de protéines selon les éducatrices (n=361)

Sources de protéines	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
Viande et poisson*	316	87,5%	45	12,5%
Œufs*	278	77,0%	83	23,0%
Légumineuses*	273	75,6%	88	24,4%
Lait*	151	41,8%	210	58,2%
Pain	24	6,6%	337	93,4%
Pommes de terre	18	5,0%	343	95,0%

Plus de 88 % (n=319) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources de protéines. La moyenne est de 4,7 (+/- 1,3) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Les viandes et les poissons sont considérés comme des sources de protéines par 87,5 % (n=316) des éducatrices; les œufs, par 77 % (n=278) des répondantes; les légumineuses, par près de 76 % (n=273) d'entre elles; le lait, par près de 42 % (n=151) des répondantes; le pain, par un peu moins de 7 % (n=24) des éducatrices; et les pommes de terre, par 5 % (n=18) d'entre elles. *Les principales sources de protéines sont les viandes et les poissons, les légumineuses, le lait et les œufs. Le pain et la pomme de terre ne constituent pas des sources significatives de protéines.*

Les lipides

Tableau 11 | Rôles des lipides selon les éducatrices (n=361)

Les lipides...	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
...sont indispensables à la croissance des enfants.*	211	58,4%	150	41,6%
...aident à l'absorption de certaines vitamines.*	199	55,1%	162	44,9%
...fournissent de l'énergie.*	121	33,5%	240	66,5%
...donnent de la saveur aux aliments.*	76	21,1%	285	78,9%
...rendent la peau grasse et donnent des boutons.	17	4,7%	344	95,3%
...sont tous bons pour la santé.	6	1,7%	355	98,3%

Près de 49 % (n=176) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur cinq aux affirmations sur les rôles des lipides. La moyenne est de 1,8 (+/- 1,1) sur 5. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Près de 59 % (n=211) des répondantes sont d'accord avec le fait que les lipides sont indispensables à la croissance des enfants, *ce qui est vrai*, contre un peu de moins de 42 % (n=150) qui disent le contraire.

Plus de 55 % (n=199) des répondantes jugent que les lipides aident à l'absorption de certaines vitamines, *ce qui est vrai*, contre environ 45 % (n=162) des répondantes qui considèrent le contraire.

Selon le tiers (n=121) des répondantes, les lipides fournissent de l'énergie, *ce qui est vrai*, alors que les deux autres tiers (n=240) d'entre elles sont en désaccord avec cet énoncé.

Plus de 21 % (n=76) des éducatrices considèrent que les lipides donnent de la saveur aux aliments, *ce qui est vrai*, contre environ 79 % (n=285) d'entre elles.

Selon près de 5 % (n=17) des éducatrices, les lipides rendent la peau grasse et donnent des boutons *ce qui est faux*, tandis que près de 95 % (n=344) ne considèrent pas cet énoncé exact.

Moins de 2 % (n=6) des éducatrices jugent que les lipides sont tous bons pour la santé alors que plus de 98 % (n=355) d'entre elles sont d'avis contraire. *Cet énoncé est faux puisque ce ne sont pas tous les lipides qui sont bons pour la santé, comme c'est le cas pour les matières grasses trans et saturées.*

Tableau 12 | Aliments sources de lipides selon les éducatrices (n=361)

Sources de lipides	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Beurre, margarine, huiles*</i>	292	80,9%	69	19,1%
<i>Noix et graines*</i>	222	61,5%	139	38,5%
<i>Fromage*</i>	197	54,6%	164	45,4%
<i>Viande et poisson*</i>	180	49,9%	181	50,1%
<i>Charcuteries*</i>	150	41,6%	211	58,4%
<i>Croustilles*</i>	140	38,8%	221	61,2%

Environ 63 % (n=169) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources de lipides. La moyenne est de 3,3 (+/- 2,0) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Le beurre, la margarine et les huiles sont considérés comme des sources de lipides par environ 81 % (n=292) des éducatrices; les noix et les graines, par 61,5 % (n=222) d'entre elles; les fromages, par plus de 54 % (n=197) des répondantes; les viandes et les poissons, par la moitié (n=180) des répondantes; les charcuteries, par près de 42 % (n=150) d'entre elles; et les croustilles, par près de 39 % (n=140) des éducatrices. *Tous ces aliments sont riches en lipides, mais certains ont un meilleur profil lipidique que d'autres, notamment les noix et les graines ainsi que les poissons puisqu'ils sont riches en matières grasses insaturées.*

Les fibres alimentaires

Tableau 13 | Rôles des fibres alimentaires selon les éducatrices (n=361)

Les fibres alimentaires...	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...aident à régulariser le transit intestinal.*</i>	297	82,3%	54	17,7%
<i>...aident à réduire le cholestérol sanguin.*</i>	164	45,4%	197	54,6%
<i>...aident à rassasier plus longtemps.*</i>	151	41,8%	210	58,2%
<i>...aident à contrôler le poids.*</i>	125	34,6%	236	65,4%
<i>...sont des glucides (sucres).*</i>	57	15,8%	304	84,2%
<i>...sont difficiles à digérer et provoquent un inconfort gastrique.*</i>	11	3,0%	350	97,0%

Près de 43 % (n=155) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur cinq aux affirmations sur les rôles des fibres alimentaires. La moyenne est de 2,2 (+/- 1,3) sur 5. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Selon plus de 82 % (n=297) des éducatrices, les fibres alimentaires aident à régulariser le transit intestinal, *ce qui est vrai*, tandis que moins de 18 % (n=54) d'entre elles sont d'avis contraire.

Plus de 45 % (n=164) des répondantes considèrent que les fibres alimentaires aident à réduire le cholestérol sanguin, *ce qui est vrai*, contre un peu plus de la moitié (n=197) d'entre elles qui ne jugent pas cet énoncé exact.

Les fibres alimentaires aident à rassasier plus longtemps selon près de 42 % (n=151) des répondantes, *ce qui est vrai*, alors que plus de 58 % (n=210) d'entre elles ne jugent pas cet énoncé exact.

Selon plus de 34 % (n=125) des éducatrices, les fibres alimentaires aident à contrôler le poids, *ce qui est vrai*, alors que plus de 65 % (n=236) d'entre elles ne considèrent pas cet énoncé exact.

Seuls près de 16 % (n=57) des éducatrices considèrent que les fibres alimentaires sont des glucides, *ce qui est vrai*, contre plus de 84 % (n=304) d'entre elles qui sont d'avis contraire.

Selon 3 % (n=11) des répondantes, les fibres alimentaires sont difficiles à digérer et provoquent un inconfort gastrique, *ce qui est vrai si on augmente notre consommation trop rapidement et qu'on ne s'hydrate pas suffisamment en même temps*, alors qu'elles sont plus de 97 % (n=350) à ne pas juger cet énoncé vrai.

Tableau 14 | Aliments sources de fibres alimentaires selon les éducatrices (n=361)

Sources de fibres alimentaires	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Céréales à déjeuner*</i>	260	72,0%	101	28,0%
<i>Fruits et légumes*</i>	217	60,1%	144	39,9%
<i>Légumineuses*</i>	194	53,7%	167	46,3%
<i>Biscuits à l'avoine</i>	192	53,2%	169	46,8%
<i>Pâtes alimentaires blanches et riz blanc</i>	103	28,5%	258	71,5%
<i>Poisson</i>	18	5,0%	343	95,0%

Près de 92 % (n=331) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux affirmations sur les sources de fibres alimentaires. La moyenne est de 4,0 (+/- 1,2) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Les céréales à déjeuner sont considérées comme des sources de fibres alimentaires par 72 % (n=260) des éducatrices; les fruits et les légumes, par plus de 60 % (n=217); les légumineuses, par près de 54 % (n=194); les biscuits à l'avoine, par plus de 53 % (n=192); les pâtes alimentaires blanches et le riz blanc, par 28,5 % (n=103); et les poissons, par 5 % (n=18). Les légumineuses, les fruits et les légumes sont des sources incontestées de fibres alimentaires alors que les poissons, les pâtes alimentaires blanches (sauf si elles sont enrichies à l'inuline, nouvelle fibre soluble), le riz blanc et les biscuits à l'avoine n'en sont pas. Les céréales à déjeuner peuvent également être considérées comme une source de fibres alimentaires, sauf si elles sont raffinées.

Le fer

Tableau 15 | Rôles du fer selon les éducatrices (n=361)

Le fer...	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...est un constituant des globules rouges du sang.*</i>	232	64,3%	129	35,7%

Le fer...	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
...aide à la croissance des enfants.*	195	54,0%	166	46,0%
...aide à transporter l'oxygène dans le sang.*	176	48,8%	185	51,2%
...fournit de l'énergie.	155	42,9%	206	57,1%
...de source végétale est assimilé plus facilement si consommé avec une source de vitamine C comme des oranges.*	114	31,6%	247	68,4%
..., si en carence dans l'alimentation, peut causer un retard de développement des connaissances.*	85	23,5%	276	76,5%

Un peu moins de 49 % (n=176) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur cinq aux affirmations sur les rôles du fer. La moyenne est de 2,4 (+/- 1,5) sur 5. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Plus de 64 % (n=232) des répondantes considèrent que le fer est un constituant des globules rouges du sang, ce qui est vrai, alors que près de 36 % (n=129) d'entre elles ne jugent pas cet énoncé exact.

Selon 54 % (n=195) des éducatrices, le fer aide à la croissance des enfants, ce qui est vrai, tandis que 46 % (n=166) d'entre elles pensent le contraire.

Selon près de 49 % (n=176) des éducatrices, le fer aide à transporter l'oxygène dans le sang, ce qui est vrai, contre un peu plus de la moitié (n=185) d'entre elles qui sont d'avis contraire.

Environ 43 % (n=155) des répondantes sont d'avis que le fer fournit de l'énergie alors qu'un peu plus de 57 % (n=206) d'entre elles ne le sont pas.

Près de 32 % (n=114) des répondantes pensent que le fer de source végétale est assimilé plus facilement s'il est consommé avec une source de vitamine C, ce qui est vrai, contre plus de 68 % (n=247) d'entre elles qui sont d'avis contraire.

Moins du quart (n=85) des éducatrices jugent exact l'énoncé disant qu'un manque de fer dans l'alimentation peut causer un retard de développement des connaissances, contre plus de 76 % (n=276) d'entre elles qui sont d'avis contraire.

Tableau 16 | Aliments sources du fer selon les éducatrices (n=361)

Sources de fer	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
Foie, bœuf, porc*	306	84,8%	55	15,8%
Brocoli	246	68,1%	115	31,9%
Légumineuses*	152	42,1%	209	57,9%
Noix et graines*	122	33,8%	239	66,2%
Pain de blé entier, riz brun	62	17,2%	299	82,8%
Fromage	13	3,6%	348	96,4%

Près de 92 % (n=331) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur cinq aux affirmations sur les sources du fer. La moyenne est de 4,0 (+/- 1,6) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Le foie, le bœuf et le porc sont considérés comme des sources de fer par près de 85 % (n=306) des éducatrices; le brocoli, par plus de 68 % (n=246) des éducatrices; les légumineuses, par plus de 42 % (n=152) des répondantes; le pain de blé entier et le riz brun, par plus de 17 % (n=62) d'entre elles; les noix et graines, par près de 34 % (n=122) d'entre elles; et le fromage, par moins de 4 % (n=13) des répondantes. *Parmi ces sources, le foie, le bœuf et le porc sont les seules de type hémique, c'est-à-dire facilement absorbables par le corps. Les légumineuses, les noix et les graines sont de type non hémique, donc moins facilement absorbables par l'organisme. C'est pourquoi, pour en améliorer l'absorption, on recommande de les consommer avec un aliment source de vitamine C. Le pain de blé entier, le riz brun, le brocoli et le fromage ne constituent pas des sources de fer pour leur part.*

Le calcium et la vitamine D

Tableau 17 | Rôles du calcium et de la vitamine D selon les éducatrices (n=361)

Le calcium et la vitamine D...	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>..aident à la croissance des os.*</i>	307	85,0%	54	15,0%
<i>...sont indispensables au corps durant toute notre vie.*</i>	268	74,2%	93	25,8%
<i>La vitamine D aide à l'absorption du calcium.*</i>	193	53,5%	168	46,5%
<i>Le calcium permet la contraction des muscles.*</i>	60	16,6%	301	83,4%
<i>Le calcium aide à la cicatrisation des plaies.*</i>	51	14,1%	310	85,9%
<i>...constipent.</i>	25	6,9%	336	93,1%

Près de 54 % (n=194) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les rôles du calcium et de la vitamine D. La moyenne est de 2,5 (+/- 1,4) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Selon 85 % (n=307) des éducatrices, le calcium et la vitamine D aident à la croissance des os, *ce qui est vrai*, contre 15 % (n=54) d'entre elles qui ne considèrent pas que cet énoncé exact.

Près des trois quarts (n=268) des répondantes considèrent que le calcium et la vitamine D sont indispensables au corps durant toute notre vie, *ce qui est vrai*, alors que près de 26 % (n=93) d'entre elles ne jugent pas cet énoncé exact.

Plus de 53 % (n=193) des répondantes considèrent que la vitamine D aide à l'absorption du calcium, *ce qui est vrai*, alors qu'elles sont près de 47 % (n=168) à ne pas juger cet énoncé exact.

Le calcium permet la contraction des muscles selon un peu moins de 17 % (n=60) des éducatrices, *ce qui est vrai*, alors qu'elles sont plus de 83 % (n=301) à ne pas considérer cet énoncé exact.

Selon un peu plus de 14 % (n=51) des répondantes, le calcium aide à la cicatrisation des plaies, *ce qui est vrai*, alors qu'environ 86 % (n=310) d'entre elles sont d'avis contraire.

Environ 7 % (n=25) des éducatrices considèrent que le calcium et la vitamine D constipent, *ce qui est faux*, alors qu'elles sont plus de 93 % (n=336) à croire le contraire.

Tableau 18 | Aliments sources du calcium selon les éducatrices (n=361)

Sources de calcium	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Lait*</i>	318	88,1%	43	11,9%

<i>Fromage*</i>	289	80,1%	72	19,9%
<i>Boisson de soya enrichie*</i>	228	63,2%	133	36,8%
<i>Saumon en conserve*</i>	124	34,3%	237	65,7%
<i>Brocoli*</i>	83	23,0%	278	77,0%
<i>Haricots blancs*</i>	24	6,6%	337	93,4%

Elles sont 69 % (n=259) des éducatrices à avoir obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources de calcium. La moyenne est de 3,0 (+/- 1,5) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Le lait est considéré comme une source de calcium par plus de 88 % (n=318) des éducatrices; le fromage, par un peu plus de 80 % (n=289) des éducatrices; la boisson de soya enrichie, par plus de 63 % (n=228) des répondantes; le saumon en conserve, par plus de 34 % (n=124) d'entre elles; le brocoli, par 23 % (n=83); et les haricots blancs, par moins de 7 % (n=24). Tous ces aliments sont source de calcium.

Tableau 19 | Aliments sources de vitamine D selon les éducatrices (n=361)

Sources de vitamine D	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Lait*</i>	229	63,4%	132	36,6%
<i>Boisson de soya enrichie*</i>	168	46,5%	193	53,5%
<i>Saumon et thon*</i>	125	34,6%	236	65,4%
<i>Fromage</i>	114	31,6%	247	68,4%
<i>Légumineuses</i>	80	22,2%	281	77,8%
<i>Margarine*</i>	31	8,6%	330	91,4%

Près de 65 % (n=234) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources de vitamine D. La moyenne est de 3,0 (+/- 1,0) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Le lait est considéré comme une source de vitamine D par plus de 63 % (n=229) des répondantes; la boisson de soya enrichie, par 46,5 % (n=168) des répondantes; le saumon et le thon, par plus de 35 % (n=125) des éducatrices; le fromage, par 32 % (n=114) d'entre elles; les légumineuses, par plus de 22 % (n=80); et la margarine, par moins de 9 % (n=31) des éducatrices. Parmi ces aliments, la margarine, le lait, le saumon, le thon et la boisson de soya enrichie sont des sources de vitamine D alors que le fromage et les légumineuses n'en sont pas.

Le sodium

Tableau 20 | Rôles du sodium selon les éducatrices (n=361)

Le sodium...	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...retient l'eau dans le corps.*</i>	247	68,4%	114	31,6%
<i>...entraîne l'hypertension artérielle.*</i>	207	57,3%	154	42,3%
<i>...peut causer des problèmes aux reins.*</i>	204	56,5%	157	43,5%
<i>...rehausse le goût des aliments.*</i>	182	50,4%	179	49,6%
<i>...est indispensable au fonctionnement du corps.*</i>	120	33,2%	241	66,8%
<i>...permet la contraction des muscles.*</i>	29	8,0%	332	92,0%

Environ 59 % (n=212) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les rôles du sodium. La moyenne est de 2,7 (+/- 1,6) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Selon un peu plus de 68 % (n=247) des éducatrices, le sodium retient l'eau dans le corps, *ce qui est vrai*, contre près de 32 % (n=114) d'entre elles qui ne jugent pas cet énoncé exact.

Un peu plus de 57 % (n=207) des éducatrices considèrent que le sodium entraîne l'hypertension artérielle, *ce qui est vrai*, alors qu'elles sont un peu plus de 42 % (n=154) à penser le contraire.

Selon 56,5 % (n=204) des répondantes, le sodium peut causer des problèmes aux reins, *ce qui est vrai*, contre 43,5 % (n=157) d'entre elles qui ne jugent pas cet énoncé exact.

Plus de la moitié (n=182) des éducatrices considèrent que le sodium rehausse le goût des aliments, *ce qui est vrai*, tandis que l'autre moitié (n=179) n'est pas de cet avis.

Le sodium est indispensable au fonctionnement du corps selon le tiers (n=120) des répondantes, *ce qui est vrai*, alors que les deux autres tiers (n=241) d'entre elles ne considèrent pas cet énoncé exact.

Le sodium permet la contraction des muscles selon 8 % (n=29) des répondantes, *ce qui est vrai*, contre 92 % (n=332) d'entre elles qui ne sont pas de cet avis.

Tableau 21 | Aliments sources du sodium selon les éducatrices (n=361)

Sources de sodium	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Sel de table*</i>	309	85,6%	52	14,4%
<i>Jus de légumes commerciaux*</i>	228	63,2%	133	36,8%
<i>Sauce soya*</i>	225	62,3%	136	37,7%
<i>Légumes en conserve *</i>	198	54,8%	163	45,2%
<i>Céréales à déjeuner*</i>	57	15,8%	304	84,2%
<i>Fruits frais</i>	11	3,0%	350	97,0%

Plus de 76 % (n=275) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources de sodium. La moyenne est de 3,8 (+/- 1,6) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Le sel de table est considéré comme une source de sodium par plus de 85 % (n=309) des éducatrices; les jus de légumes commerciaux, par plus de 63 % (n=228) des répondantes; la sauce soya, par plus de 62 % (n=225) des éducatrices; les légumes en conserve, par un peu moins de 55 % (n=198) des répondantes; les céréales à déjeuner, par moins de 16 % (n=57) d'entre elles; et les fruits frais, par 3 % (n=11). *Parmi ces aliments, seuls les fruits frais ne sont pas des sources de sodium.*

L'eau

Tableau 22 | Rôles de l'eau selon les éducatrices (n=361)

L'eau...	<i>Énoncés exacts (selon répondante)</i>		<i>Énoncés inexacts (selon répondante)</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...est un constituant important du corps.*</i>	312	86,4%	49	13,6%

L'eau...	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
...est indispensable au bon fonctionnement du corps.*	306	84,8%	55	15,2%
...aide à débarrasser l'organisme de ses déchets.*	295	81,7%	66	18,3%
...aide au maintien de la température du corps.*	209	57,9%	152	42,1%
...fournit de l'énergie.	72	19,9%	289	80,1%
...augmente la pression sanguine.*	13	3,6%	348	96,4%

La totalité des éducatrices a obtenu au moins trois bonnes réponses sur cinq aux affirmations sur les rôles de l'eau. La moyenne est de 3,3 (+/- 1,4) sur 5. Voici le détail des réponses en fonction des affirmations.

Plus de 86 % (n=312) des éducatrices considèrent que l'eau est un constituant important du corps, *ce qui est vrai*, alors que plus de 13 % (n=49) d'entre elles ne la jugent pas ainsi.

L'eau est indispensable au bon fonctionnement du corps selon environ 85 % (n=306) des éducatrices, *ce qui est vrai*, alors qu'un peu plus de 15 % (n=55) d'entre elles ne sont pas de cet avis.

Selon 62 % (n=295) des répondantes, l'eau aide à débarrasser l'organisme de ses déchets, *ce qui est vrai*, alors que plus de 18 % (n=66) d'entre elles ne jugent pas cet énoncé exact.

Selon près de 58 % (n=209) des répondantes, l'eau aide au maintien de la température du corps, *ce qui est vrai*, alors que plus de 42 % (n=152) d'entre elles ne sont pas de cet avis.

Environ 20 % (n=72) des éducatrices jugent que l'eau fournit de l'énergie, contre un peu plus de 80 % (n=289) d'entre elles qui sont d'avis contraire.

Moins de 4 % (n=13) des répondantes sont d'avis que l'eau augmente la pression sanguine, *ce qui est vrai*, tandis que plus de 96 % (n=348) d'entre elles ne considèrent pas cet énoncé exact.

Tableau 23 | Aliments sources d'eau selon les éducatrices (n=361)

Sources d'eau	Énoncés exacts (selon répondante)		Énoncés inexacts (selon répondante)	
	Effectif	N %	Effectif	N %
Fruits et légumes*	301	83,4%	60	16,6%
Jus de fruits*	258	71,5%	103	28,5%
Lait*	137	38,0%	224	62,0%
Poisson	25	6,9%	336	93,1%
Pain	8	2,2%	353	97,8%
Viande	4	1,1%	357	98,9%

Plus de 44 % (n=160) des éducatrices ont obtenu au moins trois bonnes réponses sur six aux énoncés sur les sources d'eau. La moyenne est de 4,8 (+/- 1,1) sur 6. Voici le détail des réponses en fonction des énoncés.

Les fruits et les légumes sont considérés comme une source d'eau par 83 % (n=301) des éducatrices; les jus de fruits, par 71 % (n=258) d'entre elles; le lait, par 38 % (n=137) des éducatrices; le poisson, par moins de 7 % (n=25) des répondantes; le pain, par un peu plus de 2 % (n=8) des répondantes; et la viande, par un plus de 1 % (n=4) d'entre elles. *Les principales sources d'eau parmi les aliments précédents sont les jus de fruits, les fruits, les légumes et le lait.*

Question 4 – Allergies et intolérances alimentaires

Cette section présente les connaissances des éducatrices au sujet des allergies et des intolérances alimentaires.

Tableau 24 | Connaissances des éducatrices en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires (n variables)

Énoncés	Oui		Non		Je ne sais pas		Il n'y en a pas	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
Une allergie alimentaire donne des symptômes physiques qui peuvent mettre la vie en danger. (n=319)	315	98,7%	3	0,9%	1	0,3%	---	---
L'introduction de nouveaux aliments dans l'alimentation de l'enfant doit être supervisée par les parents. (n=320)	314	98,1%	4	1,3%	2	0,6%	---	---
Je suis au courant de la procédure établie dans mon service de garde pour les enfants ayant des allergies alimentaires. (n=319)	311	97,5%	3	0,9%	2	0,6%	3	0,9%
Une allergie alimentaire peut survenir même si l'enfant avait déjà mangé l'aliment en cause et n'avait présenté aucun symptôme à ce moment-là. (n=320)	308	96,3%	5	1,6%	7	2,2%	---	---
Un allergène est une substance qui déclenche une réaction allergique chez une personne (n=319)	294	92,2%	6	1,9%	19	6,0%	---	---
Tous les aliments peuvent causer des allergies alimentaires. (n=319)	190	59,6%	71	22,3%	58	18,2%	---	---
Une intolérance alimentaire donne des symptômes physiques qui peuvent mettre la vie en danger. (n=320)	40	12,5%	274	85,6%	6	1,9%	---	---
Une allergie et une intolérance alimentaire signifient la même chose. (n=320)	12	3,8%	305	95,3%	3	0,9%	---	---

Près de 99 % (n=315) des répondantes considèrent, *avec raison*, qu'une allergie alimentaire donne des symptômes physiques qui peuvent mettre la vie en danger; moins de 1 % (n=3) d'éducatrices ne sont pas de cet avis; et 0,3 % (n=1) d'entre elles ne le savent pas.

Plus de 98 % (314) des éducatrices jugent, *avec raison*, que l'introduction de nouveaux aliments dans l'alimentation de l'enfant doit être supervisée par les parents; un peu plus de 1 % (n=4) des répondantes ne sont pas d'accord avec cet énoncé; et moins de 1 % (n=2) ne le savent pas.

Au sujet de l'affirmation « Je suis au courant de la procédure établie dans mon service de garde pour les enfants ayant des allergies alimentaires », les éducatrices en accord avec celle-ci comptent pour 97,5 % (n=311); moins de 1 % (n=3) des répondantes ne sont pas en accord avec l'énoncé; moins de 1 % (n=2) d'entre elles ne le savent pas; et environ 1 % (n=3) des éducatrices indiquent qu'il n'existe pas de procédures à suivre concernant les allergies alimentaires.

Plus de 96 % (n=308) des éducatrices sont d'accord, *avec raison*, avec l'énoncé qu'une allergie alimentaire peut survenir même si l'enfant avait déjà mangé l'aliment en cause et n'avait présenté aucun symptôme à ce moment-là; moins de 2 % (n=5) des répondantes ne sont pas d'accord avec cet énoncé; et un peu plus de 2 % (n=7) d'entre elles ne le savent pas.

En ce qui a trait à l'énoncé disant qu'un allergène est une substance qui déclenche une réaction allergique chez une personne, *ce qui est vrai*, plus de 92 % (n=294) des éducatrices sont en accord avec cette affirmation, environ 2 % (n=6) d'entre elles ne sont pas de cet avis, et 6 % (n=9) des répondantes ne le savent pas.

Près de 60 % (n=190) des éducatrices considèrent, à tort, que tous les aliments peuvent causer des allergies alimentaires; plus de 22 % (n=71) des répondantes ne sont pas de cet avis tandis que plus de 18 % (n=58) d'entre elles ne le savent pas. Pour causer une allergie, l'aliment doit contenir des protéines.

Parmi les répondantes, elles sont 12,5 % (n=40) à penser qu'une intolérance alimentaire donne des symptômes physiques qui peuvent mettre la vie en danger. Celles qui sont d'avis contraire comptent pour plus de 85 % (n=274); et moins de 2 % (n=6) des éducatrices ne le savent pas. *Les intolérances alimentaires ne donnent pas de symptômes physiques mettant la vie en danger à court terme.*

Un peu moins de 4 % (n=12) des éducatrices sont d'avis que les allergies et les intolérances alimentaires signifient la même chose; plus de 95 % (n=305) des répondantes ne sont pas de cet avis; et moins de 1 % (n=3) d'entre elles ne le savent pas. *Il est à noter que les allergies et les intolérances alimentaires ne constituent pas la même chose : la première est une hypersensibilisation du système immunitaire à une protéine alimentaire alors que la seconde est aussi une hypersensibilisation, mais de nature alimentaire.*

Question 5 – Appétit des enfants d'âge préscolaire

Cette section présente les connaissances des éducatrices au sujet de l'appétit des enfants d'âge préscolaire.

Tableau 25 | Connaissances des éducatrices en matière d'appétit des enfants d'âge préscolaire (n variables)

Énoncés	Oui		Non		Je ne sais pas/ Je ne sais pas vraiment quoi penser à ce sujet*/ Je ne sais pas bien la différence entre ces concepts**	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
L'appétit des enfants peut être très variable, d'un enfant à l'autre et d'une journée à l'autre. (n=320)	320	100%	0	0%	0	0%
La routine dans la fréquence des repas est importante pour les enfants. (n=318)	315	99,1%	1	0,3%	2	0,6%
J'encourage les enfants à reconnaître leurs signaux de faim et de satiété. ** (n=319)	295	92,5%	15	4,7%	9	2,8%
Les enfants d'âge préscolaire ont besoin de manger plus souvent que les adultes. (n=318)	174	54,7%	117	36,8%	27	8,5%
Si un enfant a faim entre les repas et les collations prévus, je lui offre de quoi le soutenir jusqu'au prochain repas/collation. (n=320)	93	29,1%	227	70,9%	0	0%
Si l'enfant a de l'embonpoint, il risque de rester ainsi toute sa vie s'il continue de manger selon son appétit. * (n=318)	84	26,4%	165	51,9%	69	21,7%
Si l'enfant a un gros appétit et qu'il mange beaucoup, il risque de devenir obèse. (n=317)	63	19,9%	240	75,7%	14	4,4%

NB : Les astérisques * et ** dénotent des choix de réponse spécifiques aux énoncés correspondants.

Selon la totalité (n=320) des éducatrices, l'appétit des enfants peut être très variable d'un enfant à l'autre et d'une journée à l'autre, *ce qui est vrai et normal*.

Un peu plus de 99 % (n=318) des répondantes considèrent, *avec raison*, que la routine dans la fréquence des repas est importante pour les enfants alors que 0,3 % (n=1) des participantes ne jugent pas cet énoncé exact et que moins de 1 % (n=2) d'entre elles ne le savent pas.

Parmi les participantes, 92,5 % (n=295) d'entre elles disent encourager, *avec raison*, les enfants à reconnaître leurs signaux de faim et de satiété. Moins de 5 % (n=15) des autres ne leur signalent pas de le faire. Moins de 3 % (n=9) des répondantes mentionnent ne pas bien saisir la différence entre ces concepts.

Près de 55 % (n=174) des éducatrices considèrent, *à tort*, que les enfants d'âge préscolaire ont besoin de manger plus souvent que les adultes; environ 37 % (n=117) des répondantes sont d'avis contraire; et 8,5 % (n=27) d'entre elles ne le savent pas.

Plus de 29 % (n=93) des éducatrices offrent de quoi soutenir l'enfant jusqu'au prochain repas ou la prochaine collation s'il a faim entre les repas et les collations prévus. Environ 71 % (n=227) des répondantes ne le font pas. Lorsqu'elles le font, elles proposent aux enfants différentes options, dont un fruit, des craquelins avec du fromage, de l'eau, du lait ou des crudités. *Cette pratique n'est toutefois pas recommandée*.

Plus du quart (n=84) des éducatrices jugent que, si l'enfant a de l'embonpoint, il risque de rester ainsi toute sa vie s'il continue de manger selon son appétit. Environ 52 % (n=165) d'entre elles ne sont pas de cet avis, et un peu moins de 22 % (n=69) des répondantes ne savent pas quoi penser à ce sujet. *Cet énoncé n'est également pas vrai, car l'important*

est que l'enfant mange à sa faim, et il ne doit surtout pas être mis au régime.

Moins de 20 % (n=63) des éducatrices jugent que si l'enfant a un gros appétit et qu'il mange beaucoup, il risque de devenir obèse alors que plus des trois quarts (n=240) d'entre elles ne sont pas de cet avis. Moins de 5 % (n=14) des répondantes n'ont pas d'opinion à cet égard. Cet énoncé n'est pas nécessairement vrai puisque, si l'enfant respecte ses signaux de faim et de satiété, il répondra à ses besoins.

2^e partie : Attitudes et comportements en lien avec l'alimentation

La deuxième partie présente les résultats obtenus aux six questions portant sur les attitudes et les comportements des éducatrices en lien avec l'alimentation. Elles sont 344 à avoir répondu aux questions qui touchent plus particulièrement aux sources d'informations qu'elles utilisent concernant la nutrition des enfants d'âge préscolaire, à la confiance qu'elles accordent à différentes sources d'informations, à leur opinion sur la Vision de la saine alimentation du ministère de la Santé et des services sociaux (MSSS), à la fréquence de divers types de situation en milieu de garde, à leurs comportements envers les enfants ainsi qu'à leurs stratégies à l'égard de l'alimentation des enfants.

Question 6 – Sources d'informations concernant la nutrition des enfants d'âge préscolaire

Cette section explore les sources d'informations en matière de nutrition des enfants d'âge préscolaire que consultent les éducatrices.

Tableau 26 | Sources d'informations concernant la nutrition des enfants d'âge préscolaire privilégiées par les éducatrices (n=344)

Sources d'informations	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
Magazines	247	71,8%	97	28,2%
Cuisinière du service de garde	238	69,2%	106	30,8%
Livres	225	65,4%	119	34,6%
Sites Web	199	57,8%	145	42,2%
Autres éducatrices	173	50,3%	171	49,7%
Parents et amis	160	46,5%	184	53,5%
Médecins	149	43,3%	195	56,7%
Diététistes-nutritionnistes	146	42,4%	198	57,6%
Matériel du gouvernement	144	41,9%	200	58,1%
Notes de cours du CÉGEP ou de l'université	141	41,0%	203	59,0%
Parents d'enfants	132	38,4%	212	61,6%
Personnes-ressources du service de garde (ex. : conseillère pédagogique, CA, direction)	108	31,4%	236	68,6%
Matériel éducatif destiné à la petite enfance développé par l'industrie alimentaire (ex. : trousse bleue des Producteurs laitiers du Canada)	105	30,5%	239	69,5%
Journaux	84	24,4%	260	75,6%
Intervenants dans le domaine de la santé (ex. : naturopathes)	63	18,3%	281	81,7%

Sources d'informations	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
Émissions de radio	58	16,9%	286	83,1%
Autres	38	11,0%	306	89,0%

Parmi les sources d'informations concernant la nutrition des enfants d'âge préscolaire privilégiées par plus de la moitié des éducatrices, on compte les cinq suivantes :

- ❖ magazines : 72 % (n=247);
- ❖ sites Web : 58 % (n=199);
- ❖ cuisinières en poste au service de garde : 69 % (n=238);
- ❖ autres éducatrices : 50 % (n=173).
- ❖ livres : 65 % (n=225);

Parmi les magazines consultés, Bien grandir, Enfants et Parents ont été les plus cités. Du côté des sites Web, Extenso, Naître et grandir, Conseils nutrition.tv et Nos petits mangeurs ont été mentionnés. *Comment nourrir son enfant* de Louise Lambert-Lagacé ainsi que *À table les enfants* d'Isabelle Émond et de Marie Breton ont aussi été spécifiés à quelques reprises par les éducatrices.

Entre 30 et 50 % des répondantes consultent également les huit sources suivantes :

- ❖ parents et amis : 46,5 % (n=184);
- ❖ notes de cours du CÉGEP ou de l'université : 41 % (n=141);
- ❖ médecins : 43 % (n=149);
- ❖ parents d'enfants : 38 % (n=132);
- ❖ diététistes-nutritionnistes : 42 % (n=146);
- ❖ personnes-ressources du service de garde : 31 % (n=108);
- ❖ matériel du gouvernement : 42 % (n=144);
- ❖ matériel éducatif destiné à la petite enfance développé par l'industrie alimentaire : 30,5 % (n=105).

Enfin, moins du quart des éducatrices s'informent en recourant aux trois sources suivantes :

- ❖ journaux : 24 % (n=84);
- ❖ émissions de radio : 17 % (n=58).
- ❖ intervenants dans le domaine de la santé : 18 % (n=63);

Parmi les répondantes, 11 % (n=38) indiquent s'appuyer sur d'autres sources telles que des formations suivies par le passé ainsi que des émissions de télévision comme L'épicerie, Par-dessus le marché et Salut bonjour.

Question 7 – Confiance accordée aux sources d'informations sur la nutrition des enfants d'âge préscolaire

Cette section explore la confiance qu'accordent les éducatrices à diverses sources d'informations en lien avec la nutrition des enfants d'âge préscolaire.

Tableau 27 | Confiance accordée par les éducatrices à diverses sources d'informations sur la nutrition des enfants d'âge préscolaire (n variables)

Sources d'informations	Oui		Plus ou moins		Non		Je ne sais pas	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Diététiste-nutritionniste (n=307)</i>	291	94,8%	7	2,3%	3	1,0%	6	2,0%
<i>Médecin (n=301)</i>	271	90,0%	22	7,3%	5	1,7%	3	1,0%
<i>Livres (n=307)</i>	275	89,6%	29	9,4%	0	0%	3	1,0%
<i>Matériel du gouvernement (n=300)</i>	254	84,7%	26	8,7%	5	1,7%	15	5,0%
<i>Responsable de cuisine du service de garde (n=306)</i>	252	82,4%	48	15,7%	5	1,6%	1	0,3%
<i>Notes de cours du CÉGEP ou de l'université (n=292)</i>	218	74,7%	48	16,4%	7	2,4%	19	6,5%
<i>Magazines (n=305)</i>	216	70,8%	79	25,9%	5	1,6%	5	1,6%
<i>Pharmacie (n=289)</i>	187	64,7%	69	23,9%	12	4,2%	21	7,3%
<i>Internet (n=296)</i>	168	56,8%	110	37,2%	8	2,7%	10	3,4%
<i>Télévision (n=309)</i>	169	54,7%	123	39,8%	12	3,9%	5	1,6%
<i>Intervenants dans le domaine de la santé (ex. : naturopathes) (n=291)</i>	154	52,9%	87	29,9%	19	6,5%	31	10,7%
<i>Informations sur les emballages alimentaires (n=290)</i>	148	51,0%	113	39,0%	18	6,2%	11	3,8%
<i>Éducatrices du service de garde (n=295)</i>	148	50,2%	134	45,4%	8	2,7%	5	1,7%
<i>Direction ou CA du service de garde (n=282)</i>	140	49,6%	108	38,3%	15	5,3%	19	6,7%
<i>Journaux (n=289)</i>	121	41,9%	127	43,9%	18	6,2%	23	8,0%
<i>Parents d'enfants (n=290)</i>	99	34,1%	161	55,5%	18	6,2%	12	4,1%
<i>Radio (n=294)</i>	97	33,0%	150	51,0%	18	6,1%	29	9,9%
<i>Magasins d'aliments naturels (n=288)</i>	92	31,9%	142	49,3%	26	9,0%	28	9,7%
<i>Amis (n=288)</i>	91	31,6%	170	59,0%	18	6,3%	9	3,1%
<i>Parents et grands-parents (n=290)</i>	84	29,0%	170	58,6%	32	11,0%	4	1,4%

Plus des trois quarts des éducatrices disent faire confiance à six sources d'informations concernant la nutrition des enfants d'âge préscolaire suivantes :

- ❖ diététiste-nutritionniste : 95 % (n=291);
- ❖ médecin : 90 % (n=271);
- ❖ livres : 90 % (n=275);
- ❖ matériel du gouvernement : 85 % (n=254);
- ❖ responsable de cuisine du service de garde : 82 % (n=252);
- ❖ notes de cours du CÉGEP ou de l'université : 75 % (n=218).

Entre la moitié et moins des trois quarts des répondantes font confiance aux huit sources d'informations suivantes :

- ❖ magazines : 71 % (n=216);
- ❖ pharmacie : 65 % (n=187);
- ❖ Internet : 57 % (n=168);
- ❖ télévision : 55 % (n=169);
- ❖ intervenants dans le domaine de la santé : 53 % (n=154);
- ❖ informations sur les emballages alimentaires : 51 % (n=148);
- ❖ éducatrices du service de garde : 50 % (n=148);
- ❖ direction ou CA du service de garde : 50 % (n=140).

Moins de la moitié des éducatrices accordent leur confiance aux six sources ci-après :

- ❖ journaux : 42 % (n=121);
- ❖ parents d'enfants : 34 % (n=99);
- ❖ radio : 33 % (n=97);
- ❖ magasins d'aliments naturels : 32 % (n=92);
- ❖ amis : 32 % (n=91);
- ❖ parents et grands-parents : 29 % (n=84).

Entre 25 % et 60 % des répondantes font plus ou moins confiance aux 14 sources d'informations suivantes :

- ❖ amis : 59 % (n=170);
- ❖ parents et grands-parents : 59 % (n=170);
- ❖ parents d'enfants : 55,5 % (n=161);
- ❖ radio : 51 % (n=150);
- ❖ magasins d'aliments naturels : 49 % (n=142);
- ❖ éducatrices du service de garde : 45 % (n=134);
- ❖ journaux : 44 % (n=127);
- ❖ télévision : 40 % (n=123);
- ❖ informations sur les emballages alimentaires : 39 % (n=113);
- ❖ direction ou CA du service de garde : 38 % (n=108);
- ❖ Internet : 36 % (n=110);
- ❖ intervenants dans le domaine de la santé : 30 % (n=87);
- ❖ magazines : 26 % (n=79);
- ❖ pharmacie : 24 % (n=69).

Enfin, de manière générale, moins de 12 % des éducatrices disent ne pas faire confiance à l'une ou l'autre des 20 sources d'informations citées.

Question 8 – Vision de la saine alimentation du MSSS

Dans cette section, l'adhésion des éducatrices à la Vision de la saine alimentation du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et de ses concepts est examinée, de même que l'application de cette vision aux pratiques alimentaires de leur service de garde.

Tableau 28 | Degré d'accord des éducatrices avec les énoncés sur la Vision de la saine alimentation du MSSS (n variables)

Énoncés	Totalemment en accord / en accord		Plus ou moins d'accord		Totalemment en désaccord / en désaccord	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Je partage personnellement cette vision de la saine alimentation selon laquelle tout aliment a sa place dans une saine alimentation, mais cette place varie en fréquence et en quantité selon la valeur nutritive de l'aliment. (n=311)</i>	286	92,0%	21	6,8%	4	1,3%
<i>Le service de garde se doit d'être exemplaire donc seuls les aliments classifiés de quotidiens donc à valeur nutritive élevée devraient trouver leur place au menu. (n=311)</i>	286	92,0%	15	4,8%	10	3,2%
<i>L'offre alimentaire de notre service de garde rejoint cette vision de la saine alimentation. (n=312)</i>	236	75,6%	58	18,6%	18	5,8%
<i>Le service de garde devrait miser sur un menu laissant place aux aliments quotidiens et aux aliments d'occasion, mais non aux aliments d'exception. (n=311)</i>	215	69,1%	69	22,2%	27	8,7%

Elles sont 92 % (n=286) des éducatrices à se dire totalement en accord ou en accord avec l'énoncé « Je partage

personnellement cette vision de la saine alimentation selon laquelle tout aliment a sa place dans une saine alimentation, mais cette place varie en fréquence et en quantité selon la valeur nutritive de l'aliment ». Environ 7 % (n=21) des répondantes se disent plus ou moins en accord avec cette affirmation, et un peu plus de 1 % (n=4) d'entre elles indiquent être soit en désaccord, soit totalement en désaccord avec cet énoncé.

Elles sont 92 % (n=286) des éducatrices à indiquer être totalement en accord ou en accord avec l'énoncé affirmant que « Le service de garde se doit d'être exemplaire donc seuls les « aliments quotidiens », soit de valeur nutritive élevée, devraient trouver leur place au menu ». Un peu moins de 5 % (n=15) d'entre elles sont plus ou moins en accord avec cet énoncé alors qu'un peu plus de 3 % (n=10) des répondantes se disent soit en désaccord, soit totalement en désaccord.

Près de 76 % (n=236) des répondantes se disent totalement en accord ou en accord avec le fait que l'offre alimentaire de leur service de garde rejoint cette vision de la saine alimentation. Un peu moins de 19 % (n=58) des éducatrices sont plus ou moins d'accord avec cette affirmation, et moins de 6 % (n=18) mentionnent être en désaccord et totalement en désaccord.

Un peu plus de 69 % (n=215) des répondantes mentionnent être totalement en accord ou en accord avec le fait que le service de garde devrait miser sur un menu comprenant les aliments quotidiens et les aliments d'occasion, mais non les aliments d'exception. Elles sont plus de 22 % (n=69) à être plus ou moins d'accord avec cette affirmation tandis que près de 9 % (n=27) des éducatrices se disent en désaccord ou totalement en désaccord.

Il est intéressant que de noter qu'une forte proportion des éducatrices dit partager la Vision de la saine alimentation du MSSS (92% ou n=286) et mentionne que l'offre alimentaire de leur service de garde rejoint cette vision (75 % ou n=236). Toutefois, elles sont environ 92 % (n=286) à indiquer que le service de garde se doit d'être exemplaire en n'offrant à son menu que des aliments quotidiens tandis qu'un peu plus de 69 % (n=215) des répondantes indiquent que le menu devrait miser autant sur les aliments quotidiens que d'occasion, mais exclure les aliments d'exception. En ce qui a trait à ces deux derniers énoncés, seul le second est exact selon la Vision de la saine alimentation du MSSS.

Question 9 – Pratiques alimentaires en service de garde

Dans cette section, différents sujets en lien avec les pratiques alimentaires ayant dans les services de garde sont explorés avec les éducatrices. Parmi ceux-ci, on trouve le menu, la politique alimentaire, les procédures encadrant la prise des collations et des repas, le déroulement des repas et des collations dans les services de garde ainsi que l'attitude des éducatrices à l'égard des enfants en dehors des repas et des parents en lien avec l'alimentation.

QUESTION 9A

Tableau 29 | Fréquence des situations en lien avec le menu du service de garde des éducatrices (n variables)

Situations	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je suis au courant des mets servis chaque jour. (n=310)</i>	304	98,1%	2	0,6%	4	1,3%
<i>Je suis au courant quand il doit y avoir un changement au menu. (n=308)</i>	238	77,3%	42	13,6%	28	9,1%
<i>Je suis au courant quand une nouvelle recette est ajoutée au menu. (n=306)</i>	202	66,0%	46	15,0%	58	19,0%
<i>Je dis au responsable de cuisine quelles sont les préférences des enfants selon le menu. (n=307)</i>	200	65,1%	73	23,8%	34	11,1%

Situations	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je dis au responsable de cuisine quels sont les mets que je n'aimerais plus avoir au menu. (n=306)</i>	38	12,4%	86	28,1%	182	59,5%
<i>Je dis au responsable de cuisine quels sont les mets que j'aimerais avoir au menu. (n=308)</i>	34	11,0%	96	31,2%	178	57,8%
<i>Je participe au développement des nouveaux menus. (n=305)</i>	17	5,6%	37	12,1%	251	82,3%

Plus de 98 % (n=304) des éducatrices disent être souvent ou toujours au courant des mets servis chaque jour, contre moins de 1 % (n=2) et un peu plus de 1 % (n=4) des répondantes qui mentionnent respectivement être de temps en temps et rarement ou jamais informées du menu quotidien.

Plus des trois quarts (n=238) des répondantes indiquent être souvent ou toujours au courant lorsqu'un changement au menu survient alors que moins de 14 % (n=42) d'entre elles disent l'être de temps en temps, et un peu plus de 9 % (n=28) des répondantes mentionnent ne l'être que rarement ou jamais.

Environ les deux tiers (n=202) des éducatrices mentionnent être souvent ou toujours au courant lorsqu'une nouvelle recette s'ajoute au menu; 15 % (n=46) des répondantes disent l'être de temps en temps; et 19 % (n=58) indiquent ne l'être que rarement ou jamais.

Un peu plus de 65 % (n=200) des éducatrices indiquent souvent ou toujours au responsable de cuisine les préférences des enfants dans le menu. Près du quart (n=73) d'entre elles lui en font part de temps en temps. Un peu plus de 11 % (n=34) des répondantes ne le font que rarement ou jamais.

Plus de 12 % (n=38) des répondantes mentionnent souvent ou toujours au responsable de cuisine les mets qu'elles ne souhaitent plus avoir au menu; un peu plus de 28 % (n=86) d'entre elles lui en font part de temps en temps; et près de 60 % (n=182) des répondantes ne le font que rarement ou jamais.

Les éducatrices qui disent souvent ou toujours les mets qu'elles souhaitent avoir au menu s'élèvent à 11 % (n=34), celles qui le font de temps en temps comptent pour plus de 31 % (n=96) et celles qui ne le font que rarement ou jamais correspondent à près de 60 % (n=178) des répondantes.

Moins de 6 % (n=17) des répondantes participent souvent ou toujours au développement de nouveaux menus. Un peu plus de 12 % (n=37) d'entre elles y participent de temps en temps. Plus de 82 % (n=251) des répondantes indiquent rarement ou ne jamais être incluses dans le processus.

QUESTION 9B

Tableau 30 | Attitudes des éducatrices envers la politique alimentaire du service de garde (n variables)

Énoncés	Oui		Non		Je ne sais pas		Non applicable	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Il existe une politique alimentaire dans mon milieu de garde. (n=307)</i>	227	73,9%	16	5,2%	60	19,5%	4	1,3%
<i>J'ai pris connaissance de la politique alimentaire en vigueur dans mon milieu de garde. (n=304)</i>	195	64,1%	45	14,8%	31	10,2%	33	10,9%
<i>Je suis d'accord avec tout le contenu de la politique alimentaire de mon milieu de garde. (n=302)</i>	147	48,7%	43	14,2%	51	16,9%	61	20,2%

Près des trois quarts (n=227) des éducatrices indiquent qu'il existe une politique alimentaire dans leur milieu de garde alors qu'un peu plus de 5 % (n=16) d'entre elles mentionnent qu'il n'y en a pas, et 19,5 % (n=60) des répondantes ne le savent pas.

Un peu plus de 64 % (n=195) des répondantes disent avoir pris connaissance de la politique alimentaire en vigueur dans leur milieu de garde; près de 15 % (n=45) d'entre elles indiquent ne pas l'avoir consultée, et un peu plus de 10 % (n=31) des éducatrices ne le savent pas. Enfin, pour environ 11 % (n=33) des répondantes, cette question ne s'applique pas.

Près de la moitié (n=147) des éducatrices sont d'accord avec l'ensemble du contenu de la politique alimentaire de leur milieu de garde. Un peu plus de 14 % (n=43) d'entre elles mentionnent ne pas l'être alors que près de 17 % (n=51) des autres disent ne pas le savoir. Pour un peu plus de 20 % (n=61) des répondantes, la question n'est pas applicable.

QUESTION 9C

Tableau 31 | Attitudes des éducatrices envers les procédures encadrant les collations et les repas au service de garde (n variables)

Énoncés	Oui		Non		Je ne sais pas		Non applicable	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Il existe une procédure entourant les repas dans mon milieu de garde. (n=306)</i>	224	73,2%	20	6,5%	54	17,6%	8	2,6%
<i>J'ai pris connaissance de la procédure entourant les repas. (n=305)</i>	215	70,5%	22	7,2%	31	10,2%	37	12,1%
<i>Je suis d'accord avec le contenu de la procédure entourant les repas/collations. (n=304)</i>	202	66,4%	11	3,6%	47	15,5%	44	14,5%

Un peu plus de 73 % (n=224) des éducatrices indiquent qu'il existe une procédure entourant les repas dans leur milieu de garde alors que 6,5 % (n=20) d'entre elles mentionnent qu'il n'en existe aucune. Un peu moins de 18 % (n=54) des répondantes disent ne pas le savoir. Pour moins de 3 % (n=8) des participantes, la question ne s'applique pas.

Un peu plus de 70 % (n=215) des répondantes disent avoir pris connaissance de la procédure entourant les repas de leur milieu de garde; un peu plus de 7 % (n=22) d'entre elles indiquent ne pas l'avoir consultée, et un peu plus de 10 % (n=31) des éducatrices ne le savent pas. Enfin, pour un peu plus de 12 % (n=37) des répondantes, cette question ne s'applique pas.

Plus des deux tiers (n=202) des éducatrices sont d'accord avec le contenu de la procédure entourant les repas de leur milieu de garde. Un peu moins de 4 % (n=22) d'entre elles mentionnent ne pas l'être alors qu'un peu plus de 10 % (n=31) des autres disent ne pas le savoir. Pour 14,5 % (n=44) des répondantes, la question n'est pas applicable.

QUESTION 9D

Tableau 32 | Comportements en lien avec le déroulement des repas en service de garde (n variables)

Comportements aux dîners	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Les enfants doivent se laver les mains avant de passer à table. (n=309)</i>	309	100%	0	0%	0	0%
<i>Je me lave les mains avant de passer à table. (n=309)</i>	308	99,7%	1	0,3%	0	0%
<i>Je sais comment réagir en cas d'étouffement. (n=306)</i>	304	99,3%	2	0,7%	0	0%
<i>J'encourage les enfants à goûter aux aliments qui leur sont servis. (n=308)</i>	304	98,7%	3	1,0%	1	0,3%
<i>Les enfants peuvent redemander à être resservis du mets principal. (n=305)</i>	297	97,4%	6	2,0%	2	0,7%
<i>Le repas suit la même procédure et la même routine chaque jour. (n=308)</i>	295	95,8%	12	3,9%	1	0,3%
<i>Je participe au nettoyage des tables après le repas. (n=308)</i>	283	91,9%	6	1,9%	19	6,2%
<i>Au moment des repas, je mange avec les enfants. (n=303)</i>	275	90,8%	12	4,0%	16	5,3%
<i>Devant les enfants, je goûte à tous les plats préparés par le responsable de cuisine même si je ne les apprécie pas. (n=307)</i>	269	87,6%	18	5,9%	20	6,5%
<i>Je portionne les mets dans les assiettes des enfants. (n=303)</i>	258	85,1%	23	7,6%	22	7,3%
<i>J'insiste pour que les enfants goûtent quelques aliments. (n=303)</i>	244	80,5%	34	11,2%	25	8,3%
<i>Je tiens compte des accommodements religieux et/ou culturels des enfants au moment des repas. (n=296)</i>	230	77,7%	9	3,0%	57	19,3%
<i>Je parle des bienfaits de la nourriture aux enfants pendant le repas. (n=308)</i>	202	65,6%	74	24,0%	32	10,4%
<i>J'insiste pour que les enfants goûtent tous les aliments. (n=307)</i>	200	65,1%	43	14,0%	64	20,8%
<i>Après le repas, les enfants qui ont fini de manger doivent rester assis. (n=305)</i>	193	63,3%	37	12,1%	75	24,6%
<i>Il y a un rituel (chanson ou jeu) qui précède le repas. (n=308)</i>	193	62,7%	75	24,4%	40	13,0%
<i>Après le repas, les enfants qui ont fini de manger doivent demander la permission pour sortir de table. (n=304)</i>	187	61,5%	22	7,2%	95	31,3%
<i>Je dis aux enfants ce que je pense du repas (commentaires positifs ou négatifs). (n=300)</i>	138	46,0%	64	21,3%	98	32,7%
<i>Chaque enfant a sa place assignée autour de la table. (n=305)</i>	134	43,9%	26	8,5%	145	47,5%
<i>Je mets la table avec l'aide des enfants. (n=304)</i>	133	43,8%	65	21,4%	106	34,9%
<i>De l'eau est offerte à volonté durant le repas. (n=308)</i>	133	43,2%	42	13,6%	133	43,2%
<i>Les enfants peuvent boire du lait à volonté pendant le repas. (n=296)</i>	96	32,4%	25	8,4%	175	59,1%
<i>Les enfants ayant des allergies alimentaires sont séparés du reste du groupe pour manger. (n=302)</i>	74	24,5%	24	7,9%	204	67,5%

Comportements aux dîners	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>J'apporte mon lunch au service de garde. (n=302)</i>	43	14,2%	30	9,9%	229	75,8%
<i>Les enfants peuvent manger avec leurs doigts. (n=304)</i>	39	12,8%	126	41,4%	139	45,7%
<i>Les repas avec un enfant ayant des allergies alimentaires sont source de stress et de tension. (n=306)</i>	30	9,8%	65	21,2%	211	69,0%
<i>Les enfants qui ont terminé leur plat principal peuvent avoir du dessert avant que tous les enfants aient fini leur plat principal. (n=304)</i>	25	8,2%	32	10,5%	247	81,3%
<i>Les enfants ayant des allergies alimentaires doivent apporter leur propre nourriture. (n=303)</i>	22	7,3%	26	8,6%	255	84,2%
<i>Les repas pris à l'extérieur (ex. : pique-nique) sont difficiles à gérer. (n=304)</i>	21	6,9%	67	22,0%	216	71,1%
<i>Les enfants doivent manger en silence. (n=308)</i>	14	4,5%	23	7,5%	271	88,0%
<i>Du pain est offert sur la table. (n=304)</i>	12	3,9%	104	34,2%	188	61,8%
<i>Il y a de la musique durant le repas. (n=306)</i>	11	3,6%	77	25,2%	218	71,2%
<i>La télévision est allumée durant le repas. (n=308)</i>	0	0%	2	0,6%	306	99,4%

Plus des trois quarts des éducatrices mentionnent que les 12 comportements suivants sont souvent ou toujours adoptés :

- ❖ Les enfants doivent se laver les mains avant de passer à table : 100 % (n=309);
- ❖ Je me lave les mains avant de passer à table : 99,5 % (n=308);
- ❖ Je sais comment réagir en cas d'étouffement : 99 % (n=304);
- ❖ J'encourage les enfants à goûter aux aliments qui leur sont servis : 99 % (n=304);
- ❖ Les enfants peuvent redemander à être resservis du mets principal : 97 % (n=297);
- ❖ Le repas suit la même procédure et la même routine chaque jour : 96 % (n=295);
- ❖ Je participe au nettoyage des tables après le repas : 92 % (n=283);
- ❖ Au moment des repas, je mange avec les enfants : 91 % (n=275);
- ❖ Devant les enfants, je goûte à tous les plats préparés par le responsable de cuisine même si je ne les apprécie pas : 88 % (n=269);
- ❖ Je portionne les mets dans les assiettes des enfants : 85 % (n=258);
- ❖ J'insiste pour que les enfants goûtent quelques aliments : 80,5 % (n=244);
- ❖ Je tiens compte des accommodements religieux ou culturels des enfants au moment des repas : 78 % (n=244).

Entre le tiers et les deux tiers, des répondantes disent que les dix comportements suivants sont souvent ou toujours adoptés :

- ❖ Je parle des bienfaits de la nourriture aux enfants pendant le repas : 66 % (n=202);
- ❖ J'insiste pour que les enfants goûtent tous les aliments : 65 % (n=200);
- ❖ Après le repas, les enfants qui ont fini de manger
- ❖ Je dis aux enfants ce que je pense du repas (commentaires positifs ou négatifs) : 46 % (n=138);
- ❖ Chaque enfant a sa place assignée autour de la table : 44 % (n=134);
- ❖ Je mets la table avec l'aide des enfants : 44 % (n=133);

doivent rester assis : 63 % (n=193);

- ❖ Il y a un rituel (chanson ou jeu) qui précède le repas : 62 % (n=193)
- ❖ De l'eau est offerte à volonté durant le repas : 43 % (n=133);
- ❖ Après le repas, les enfants qui ont fini de manger doivent demander la permission pour sortir de table : 61,5 % (n=187);
- ❖ Les enfants peuvent boire du lait à volonté pendant le repas : 32 % (n=96).

Moins du quart des éducatrices indiquent que les dix comportements suivants sont souvent ou toujours adoptés :

- ❖ Les enfants ayant des allergies alimentaires sont séparés du reste du groupe pour manger : 24,5 % (n=74);
- ❖ Les enfants ayant des allergies alimentaires doivent apporter leur propre nourriture : 7 % (n=22);
- ❖ J'apporte mon lunch au service de garde : 14 % (n=43);
- ❖ Les repas pris à l'extérieur (ex. : pique-nique) sont difficiles à gérer : 7 % (n=21);
- ❖ Les enfants peuvent manger avec leurs doigts : 13 % (n=39);
- ❖ Les enfants doivent manger en silence : 4,5 % (n=14);
- ❖ Les repas avec un enfant ayant des allergies alimentaires sont source de stress et de tension : 10 % (n=30);
- ❖ Du pain est offert sur la table : 4 % (n=12);
- ❖ Les enfants qui ont terminé leur plat principal peuvent avoir du dessert avant que tous les enfants aient fini leur plat principal : 8 % (n=25);
- ❖ Il y a de la musique durant le repas : 4 % (n=11).

Enfin, plus de 99 % (n=306) des répondantes mentionnent que la télévision n'est que rarement ou jamais allumée durant les repas.

QUESTION 9E

Tableau 33 | Comportements en lien avec le déroulement des collations en service de garde (n variables)

Comportements aux collations	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Les enfants doivent se laver les mains avant de manger. (n=308)</i>	308	100%	0	0%	0	0%
<i>Je me lave les mains avant de servir la collation. (n=307)</i>	307	100%	0	0%	0	0%
<i>Les enfants prennent leur collation assis autour d'une table. (n=307)</i>	289	94,1%	15	4,9%	3	1,0%
<i>Je sers la collation aux enfants. (n=307)</i>	273	88,9%	24	7,8%	10	3,3%
<i>Au moment des collations, je mange avec les enfants. (n=306)</i>	265	86,6%	29	9,5%	12	3,9%
<i>Devant les enfants, je goûte à toutes les collations préparées par le responsable de cuisine même si je ne les apprécie pas. (n=304)</i>	253	83,2%	38	12,5%	13	4,3%
<i>J'insiste pour que les enfants goûtent quelques aliments. (n=303)</i>	215	71,0%	40	13,2%	48	15,8%
<i>Je parle des bienfaits de la nourriture aux enfants pendant la collation. (n=307)</i>	191	62,2%	78	25,4%	38	12,4%

Comportements aux collations	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>J'insiste pour que les enfants goûtent tous les aliments. (n=304)</i>	188	61,8%	34	11,2%	82	27,0%
<i>Il y a un rituel (chanson ou jeu) qui précède la collation. (n=306)</i>	145	47,4%	96	31,4%	65	21,2%
<i>La collation AM se déroule différemment de la collation PM. (n=294)</i>	63	21,4%	44	15,0%	187	63,6%
<i>Si je n'aime pas un aliment, je le dis aux enfants. (n=305)</i>	44	14,4%	45	14,8%	216	70,8%
<i>J'apporte mes collations au service de garde. (n=303)</i>	24	7,9%	28	9,2%	251	82,8%
<i>Il y a de la musique durant la collation. (n=302)</i>	8	2,6%	100	33,1%	194	64,2%
<i>La télévision est allumée pendant la collation. (n=306)</i>	1	0,3%	4	1,3%	301	98,4%

Plus de 80 % des éducatrices mentionnent que les six comportements suivants sont souvent ou toujours adoptés au moment des collations :

- ❖ Les enfants doivent se laver les mains avant de manger : 100 % (n=308);
- ❖ Je me lave les mains avant de servir la collation : 100 % (n=307);
- ❖ Les enfants prennent leur collation assis autour d'une table : 94 % (n=289);
- ❖ Je sers la collation aux enfants : 89 % (n=273);
- ❖ Au moment des collations, je mange avec les enfants : 87 % (n=267);
- ❖ Devant les enfants, je goûte à toutes les collations préparées par le responsable de cuisine même si je ne les apprécie pas : 83 % (n=253).

Entre 45 % et 75 % des répondantes disent que les quatre comportements suivants sont souvent ou toujours adoptés :

- ❖ J'insiste pour que les enfants goûtent quelques aliments : 71 % (n=215);
- ❖ Je parle des bienfaits de la nourriture aux enfants pendant la collation : 62 % (n=191);
- ❖ J'insiste pour que les enfants goûtent tous les aliments : 62 % (n=188);
- ❖ Il y a un rituel (chanson ou jeu) qui précède la collation : 47 % (n=145).

Moins du quart des éducatrices indiquent que les quatre comportements suivants sont souvent ou toujours adoptés :

- ❖ La collation AM se déroule différemment de la collation PM (différences de contexte de la prise alimentaire ou du contenu alimentaire des collations) : 21 % (n=63);
- ❖ Si je n'aime pas un aliment, je le dis aux enfants : 14 % (n=44);
- ❖ J'apporte mes collations au service de garde : 8 % (n=2);
- ❖ Il y a de la musique durant la collation : 3 % (n=8).

Enfin, 98 % (n=300) des répondantes indiquent que la télévision n'est que rarement ou jamais allumée pendant la collation.

QUESTION 9F

Tableau 34 | Comportements des éducatrices envers les enfants en lien avec l'alimentation en dehors des repas (n variables)

Comportements en dehors des repas	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je leur parle de nouvelles saveurs, textures, couleurs des aliments au menu. (n=304)</i>	154	50,7%	95	31,3%	55	18,1%
<i>Je les informe quand il y aura de nouveaux aliments au menu. (n=302)</i>	137	45,4%	77	25,5%	88	29,1%
<i>J'explique l'origine des aliments. (n=303)</i>	73	24,1%	133	43,9%	97	32,0%
<i>Je participe à des activités éducatives en alimentation (ex. : dégustation de différents fruits). (n=305)</i>	70	23,0%	177	58,0%	58	19,0%
<i>Je participe à des activités culinaires (ex. : faire un gâteau). (n=306)</i>	51	16,7%	157	51,3%	98	32,0%
<i>Je participe à des activités éducatives portant sur l'alimentation des différentes cultures. (n=304)</i>	38	12,5%	117	38,5%	149	49,0%
<i>Je leur donne des informations sur la valeur nutritionnelle des aliments. (n=303)</i>	52	17,2%	104	34,3%	147	48,5%
<i>J'offre une gâterie (ex. : bonbon, gâteau) comme récompense pour un bon comportement. (n=306)</i>	1	0,3%	5	1,6%	300	98,0%

Près de 51 % (n=154) des éducatrices parlent souvent ou toujours de nouvelles saveurs, textures et couleurs des aliments au menu aux enfants en dehors des repas. Un peu moins du tiers (n=95) des répondantes le fait de temps en temps alors que moins de 20 % (n=55) d'entre elles ne le font que rarement ou jamais.

En ce qui a trait aux six autres comportements, moins de la moitié des répondantes indiquent qu'ils sont souvent ou toujours adoptés :

- ❖ Je les informe quand il y aura des nouveaux aliments au menu : 45 % (n=137);
- ❖ J'explique l'origine des aliments : 24 % (n=73);
- ❖ Je participe à des activités éducatives en alimentation (ex. : dégustation de différents fruits) : 23 % (n=70);
- ❖ Je participe à des activités culinaires (ex. : faire un gâteau) : 17 % (n=51);
- ❖ Je participe à des activités éducatives portant sur l'alimentation des différentes cultures : 12,5 % (n=38);
- ❖ Je leur donne des informations sur la valeur nutritionnelle des aliments : 17 % (n=52).

Moins de 1 % (n=1) des répondantes offrent souvent ou toujours une gâterie en guise de récompense pour un bon comportement en dehors des repas.

QUESTION 9G

Tableau 35 | Comportements des éducatrices envers les parents en lien avec l'alimentation (n variables)

Comportements avec les parents	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je leur donne des informations sur la quantité d'aliments consommée par leur enfant chaque repas. (n=306)</i>	261	85,3%	29	9,5%	16	5,2%
<i>Je leur donne des informations sur le déroulement des repas et collations dans le service de garde. (n=306)</i>	201	65,7%	76	24,8%	29	9,5%
<i>Je les encourage à consulter un médecin ou une nutritionniste si je m'aperçois que leur enfant a des problèmes avec l'alimentation. (n=301)</i>	99	32,9%	70	23,3%	132	43,9%
<i>Je les encourage à aller consulter un médecin ou une nutritionniste si je juge que leur enfant a un problème de surpoids ou de faible poids. (n=299)</i>	57	19,1%	38	12,7%	204	68,2%

Plus de 85 % (n=261) des éducatrices mentionnent qu'elles donnent souvent ou toujours des informations aux parents sur la quantité d'aliments consommée par leur enfant chaque repas tandis que moins de 10 % (n=29) des participantes le font de temps en temps uniquement. Un peu plus de 5 % (n=16) des répondantes ne le font que rarement ou jamais.

Près de 66 % (n=201) des répondantes indiquent qu'elles donnent souvent ou toujours des informations aux parents sur le déroulement des repas et des collations dans le service de garde. Près du quart (n=76) des participantes le font uniquement de temps en temps, et moins de 10 % (n=29) des répondantes ne le font que rarement ou jamais.

Environ le tiers (n=99) des éducatrices disent qu'elles encouragent souvent ou toujours les parents à consulter un médecin ou une nutritionniste si elles s'aperçoivent que leur enfant a des problèmes d'alimentation. Près du quart (n=70) des participantes le font de temps en temps, et un peu moins de 44 % (n=132) des répondantes ne le font que rarement ou jamais.

Moins de 20 % (n=57) des participantes mentionnent souvent ou toujours encourager les parents à consulter un médecin ou une nutritionniste si elles jugent que leur enfant a un problème de surpoids ou de faible poids. Moins de 13 % (n=38) des éducatrices le font de temps en temps, et un peu plus de 68 % (n=204) des répondantes ne le font que rarement ou jamais.

Question 10 – Comportements des éducatrices à l'égard des enfants

Cette section présente les ressemblances ou les dissemblances comportementales que présentent les éducatrices en lien avec l'autorité qu'elles exercent auprès des enfants.

Tableau 36 | Ressemblances ou dissemblances comportementales des éducatrices en lien avec l'autorité exercée auprès des enfants (n variables)

Comportements en lien avec l'autorité	Comme moi / Tout à fait comme moi		Un peu comme moi		Pas du tout comme moi / Pas comme moi	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>J'encourage les enfants à parler avec moi de différentes choses. (n=296)</i>	282	95,3%	11	3,7%	3	1,0%
<i>J'explique habituellement aux enfants les raisons des règles à suivre. (n=296)</i>	276	93,2%	15	5,1%	5	1,7%

Comportements en lien avec l'autorité	<i>Comme moi / Tout à fait comme moi</i>		<i>Un peu comme moi</i>		<i>Pas du tout comme moi / Pas comme moi</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
	<i>J'ai des règles que les enfants doivent respecter. (n=297)</i>	257	86,5%	34	11,4%	6
<i>Pendant la journée, je donne régulièrement des petits travaux à faire aux enfants (aux repas ou en dehors des repas). (n=295)</i>	162	54,9%	85	28,8%	48	16,3%
<i>J'accepte que les enfants ne respectent pas certaines règles. (n=295)</i>	59	20,0%	71	24,1%	165	55,9%
<i>Je me décrirais comme une éducatrice stricte. (n=298)</i>	47	15,8%	114	38,3%	137	46,0%
<i>Je ne félicite pas souvent les enfants pour leurs bons coups. (n=299)</i>	16	5,4%	3	1,0%	280	93,6%
<i>Je m'attends à ce que les enfants fassent toujours ce que je leur demande de faire sans devoir leur expliquer pourquoi. (n=300)</i>	5	1,7%	23	7,7%	272	90,7%

Plus de 95 % (n=282) des éducatrices jugent que l'énoncé « J'encourage les enfants à parler avec moi de différentes choses » leur ressemble. Moins de 4 % (n=11) des participantes indiquent que cette affirmation leur ressemble un peu, et 1 % (n=3) des répondantes disent qu'elle ne leur ressemble pas.

Plus de 92 % (n=276) des répondantes considèrent que l'affirmation « J'explique habituellement aux enfants les raisons des règles à suivre » leur ressemble, contre un peu moins de 2 % (n=5) des participantes indiquant qu'elle ne leur ressemble pas. Un peu plus de 5 % (n=15) des éducatrices jugent que l'énoncé leur ressemble un peu.

À l'énoncé « J'ai des règles que les enfants doivent respecter », 86,5 % (n=257) des participantes ont répondu se reconnaître dans celui-ci, contre 2 % (n=6) des éducatrices qui ont répondu le contraire. Plus de 11 % (n=34) des éducatrices ont mentionné qu'il leur ressemblait un peu.

Près de 55 % (n=162) des éducatrices considèrent que l'affirmation « Pendant la journée, je donne régulièrement des petits travaux à faire aux enfants (aux repas ou en dehors des repas) » leur ressemble, contre un peu plus de 16 % (n=48) des répondantes qui ont répondu le contraire. Près de 29 % (n=85) des participantes s'associent un peu à ce comportement.

À l'énoncé « J'accepte que les enfants ne respectent pas certaines règles », 20 % (n=59) des répondantes ont répondu se reconnaître dans celui-ci, contre environ 56 % (n=165) des éducatrices qui ont répondu le contraire. Plus de 24 % (n=71) des participantes ont mentionné qu'il leur ressemblait un peu.

Près de 16 % (n=47) des participantes se considèrent comme des éducatrices strictes, contre 46 % (n=137) des répondantes qui ne se jugent pas ainsi. Plus de 38 % (n=114) des participantes se considèrent un peu strictes.

Un peu plus de 5 % (n=16) des éducatrices disent s'associer à l'affirmation « Je ne félicite pas souvent les enfants pour leurs bons coups », contre un peu moins de 94 % (n=280) des répondantes qui ne s'y reconnaissent pas, et seul 1 % (n=3) des participantes disent s'associer un peu à cet énoncé.

Moins de 2 % (n=5) des répondantes mentionnent se reconnaître dans l'énoncé « Je m'attends à ce que les enfants fassent toujours ce que je leur demande de faire sans devoir leur expliquer pourquoi », contre un peu moins de 91 % (n=300) des éducatrices indiquant le contraire. Un peu moins de 8 % (n=23) des participantes disent s'associer un peu à

cette affirmation.

Question 11 – Stratégies en matière d'alimentation des enfants

Dans cette section sont traitées les différentes stratégies en matière d'alimentation utilisées par les éducatrices.

Tableau 37 | Fréquence d'utilisation des stratégies en matière d'alimentation (n variables)

Stratégies en matière d'alimentation	Souvent/toujours		De temps en temps		Jamais/rarement	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je parle positivement des aliments que les enfants mangent pendant les repas/collations. (n=298)</i>	274	91,9%	17	5,7%	7	2,3%
<i>Je respecte les habitudes alimentaires des enfants d'origine ethnique différente. (n=290)</i>	251	86,6%	17	5,9%	22	7,6%
<i>J'aide les enfants qui en ont besoin à manger (ex. : je coupe les aliments en plus petits morceaux). (n=298)</i>	234	78,5%	50	16,8%	14	4,7%
<i>Je respecte les préférences alimentaires des enfants. (n=296)</i>	232	78,4%	52	17,6%	12	4,1%
<i>Je dois être particulièrement attentive pour être certaine que les enfants mangent suffisamment. (n=297)</i>	149	50,2%	58	19,5%	90	30,3%
<i>Je m'assure que les enfants ne mangent pas trop d'aliments riches en gras. (n=292)</i>	113	38,7%	59	20,2%	120	41,1%
<i>Je demande aux enfants leur niveau de faim avant de les servir. (n=296)</i>	112	37,8%	65	22,0%	119	40,2%
<i>Les enfants doivent finir leur plat principal avant d'avoir un dessert. (n=296)</i>	67	22,6%	36	12,2%	193	65,2%
<i>Je m'assure que les enfants ne mangent pas trop de leurs aliments favoris lorsqu'ils sont offerts aux repas/collations. (n=298)</i>	32	10,7%	46	15,4%	220	73,8%
<i>À l'exception des poupons, il m'arrive de nourrir moi-même les enfants à la cuillère pour m'assurer qu'ils mangent leur repas/collation. (n=297)</i>	15	5,1%	33	11,1%	249	83,8%
<i>Je demande un repas différent à la cuisinière pour un enfant qui n'aime pas le repas au menu. (n=299)</i>	5	1,7%	10	3,3%	284	95,0%

Plus des trois quarts des éducatrices mentionnent souvent ou toujours adopter l'une ou l'autre des quatre stratégies en matière d'alimentation suivantes :

- ❖ Je parle positivement des aliments que les enfants mangent pendant les repas/collations : 92 % (n=274);
- ❖ J'aide les enfants qui en ont besoin à manger (ex. : je coupe les aliments en plus petits morceaux) : 78,5 % (n=234);
- ❖ Je respecte les habitudes alimentaires des enfants d'origine ethnique différente : 87 % (n=251);
- ❖ Je respecte les préférences alimentaires des enfants : 78 % (n=232).

Entre 20 et 50 % des répondantes mentionnent souvent ou toujours adopter l'une des quatre stratégies en matière d'alimentation suivantes :

- ❖ Je dois être particulièrement attentive pour être
- ❖ Je demande aux enfants leur niveau de faim avant de

certaine que les enfants mangent suffisamment : 50 % (n=149);

les servir : 38 % (n=112);

❖ Je m'assure que les enfants ne mangent pas trop d'aliments riches en gras : 39 % (n=113);

❖ Les enfants doivent finir leur plat principal avant d'avoir un dessert : 23 % (n=67).

Moins de 15 % des participantes mentionnent souvent ou toujours adopter l'une ou l'autre des trois stratégies en matière d'alimentation suivantes :

❖ Je m'assure que les enfants ne mangent pas trop de leurs aliments favoris lorsqu'ils sont offerts aux repas/collations : 11 % (n=32);

❖ Je demande un repas différent à la cuisinière pour un enfant qui n'aime pas le repas au menu : 2 % (n=5).

❖ À l'exception des poupons, il m'arrive de nourrir moi-même les enfants à la cuillère pour m'assurer qu'ils mangent leur repas/collation : 5 % (n=15);

3^e partie : Stratégies en matière d'alimentation et perceptions du rôle en matière d'éducation alimentaire

Dans la troisième partie, des mises en situation portant sur les stratégies en matière d'alimentation et sur leurs perceptions de leur rôle en matière d'éducation alimentaire ont été présentées aux éducatrices. Elles sont 317 à y avoir répondu en choisissant, parmi un éventail de stratégies et perceptions, celles qu'elles étaient les plus susceptibles d'utiliser et d'adopter.

Question 12 – Mise en situation 1 : les éducatrices n'aiment pas le plat principal

Cette section explore les stratégies adoptées par les éducatrices lorsque le plat principal servi ne leur plaît pas.

Tableau 38 | Stratégies adoptées par les éducatrices lorsqu'elles n'aiment pas le plat principal servi (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Je ferai un effort devant les enfants pour au moins en consommer un peu.</i>	221	69,7%	96	30,3%
<i>Je mange tout de même de ce plat.</i>	107	33,8%	210	66,2%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	64	20,2%	253	79,8%
<i>Je ne mangerai pas durant le repas, mais je prendrai autre chose avant ou après que les enfants aient mangé.</i>	54	17,0%	263	83,0%
<i>J'explique aux enfants que je n'aime pas ce mets.</i>	38	12,0%	279	88,0%
<i>Autres stratégies</i>	34	10,7%	283	89,3%
<i>Je mange en présence des enfants le lunch que j'aurai apporté connaissant bien le menu.</i>	27	8,5%	290	91,5%
<i>Je vais inventer une raison pour expliquer aux enfants que je ne mange pas sans leur parler de mes préférences.</i>	26	8,2%	291	91,8%
<i>Je n'en mange pas sans rien justifier aux enfants.</i>	15	4,7%	302	95,3%
<i>Je mange un autre plat que le responsable de cuisine aura préparé sachant mes préférences.</i>	9	2,8%	308	97,2%

Stratégies	Oui		Non	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>J'en parlerai au responsable de cuisine afin que ce plat ne revienne pas au menu.</i>	3	0,9%	314	99,1%
<i>Aucune de ces réponses</i>	2	0,6%	315	99,4%

Lorsque les éducatrices n'apprécient pas le plat principal servi au dîner, la principale stratégie adoptée par près de 70 % (n=221) d'entre elles est de faire un effort devant les enfants pour en consommer au moins un peu.

Ensuite, entre 15 et 35 % des répondantes choisissent l'une ou l'autre des trois options suivantes :

- ❖ manger tout de même le plat : 34 % (n=107);
- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter dans une telle situation : 20 % (n=64);
- ❖ ne pas manger durant le repas et prendre autre chose avant ou après que les enfants aient mangé : 17 % (n=54).

Enfin, moins de 15 des participantes privilégient l'une des sept stratégies ci-dessous :

- ❖ expliquer aux enfants qu'elles n'aiment pas le mets en question : 12 % (n=38);
- ❖ utiliser d'autres stratégies, notamment en soulignant l'effort du responsable de cuisine ou en mangeant pendant leur pause : 11 % (n=34);
- ❖ manger en présence des enfants le lunch qu'elles se sont apporté connaissant bien le menu : 8,5 % (n=27);
- ❖ inventer une raison pour expliquer aux enfants qu'elles ne mangent pas le plat pas sans faire allusion à leurs préférences : 8 % (n=26);
- ❖ ne pas manger le mets et ne rien justifier aux enfants : 5 % (n=15);
- ❖ manger un autre plat que le responsable de cuisine aura préparé en fonction de leurs préférences : 4 % (n=9);
- ❖ en parler au responsable de cuisine pour que le plat ne revienne plus au menu : 1 % (n=3).

Moins de 1 % (n=2) des répondantes ont choisi « Aucune de ces réponses ».

Question 13 – Mise en situation 2 : un enfant n'aime pas un aliment servi au dîner

Dans cette section, on traite des stratégies qu'adoptent les éducatrices aux repas lorsqu'un enfant mangeant bien habituellement n'aime pas un aliment servi au dîner.

Tableau 39 | Stratégies adoptées lorsqu'un enfant n'aime pas un aliment servi au dîner (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je complimente l'enfant lorsqu'il mange l'aliment en question (ex. : « c'est bien, tu as mangé l'aliment que tu n'aimais pas! »).</i>	211	66,6%	106	33,4%
<i>Je sers l'enfant même si je sais qu'il n'aime pas l'aliment.</i>	201	63,4%	116	36,6%
<i>Je mange avec enthousiasme de l'aliment en question pour inciter l'enfant à en faire de même.</i>	162	51,1%	155	48,9%
<i>Je n'oblige pas l'enfant à manger de cet aliment.</i>	144	45,4%	173	54,6%
<i>J'insiste pour que l'enfant en mange au moins une petite quantité même s'il n'aime pas cela.</i>	136	42,9%	181	57,1%

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>J'encourage l'enfant à manger en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un arbre avec cet aliment).</i>	132	41,6%	185	58,4%
<i>J'utilise le raisonnement pour faire manger l'enfant (ex. : « cet aliment est bon pour ta santé parce que ça va te rendre fort »).</i>	131	41,3%	186	58,7%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	130	41,0%	187	59,0%
<i>Je dis aux parents que leur enfant ne veut pas manger de cet aliment et je discute avec eux des stratégies qu'ils utilisent à la maison.</i>	112	35,3%	205	64,7%
<i>Je laisserai l'enfant choisir ce qu'il veut manger parmi les autres mets proposés au dîner.</i>	79	24,9%	238	75,1%
<i>Je respecte les consignes des parents concernant les préférences et aversions de leur enfant.</i>	44	13,9%	273	86,1%
<i>Autres stratégies</i>	24	7,6%	293	92,4%
<i>J'encourage l'enfant à manger, en utilisant les aliments comme récompense (ex. : « si tu manges cet aliment, tu auras du dessert »).</i>	14	4,4%	303	95,6%
<i>L'enfant ne pourra pas sortir de table tant qu'il n'aura pas mangé une petite quantité de l'aliment.</i>	12	3,8%	305	96,2%
<i>Je promets à l'enfant une récompense autre que la nourriture s'il mange (ex. : « si tu manges cet aliment, je pourrais lire ton livre préféré »).</i>	6	1,9%	311	98,1%
<i>J'avertis l'enfant que je vais enlever un autre aliment s'il ne mange pas (ex. : « si tu ne manges pas cet aliment, tu n'auras pas de dessert »).</i>	2	0,6%	315	99,4%
<i>J'avertis l'enfant que je vais lui retirer un privilège s'il ne mange pas de l'aliment en question (ex. : « si tu ne manges pas cet aliment, tu ne joueras pas avec tes amis après »).</i>	1	0,3%	316	99,7%
<i>Je montre mon mécontentement si l'enfant ne mange pas de l'aliment en question.</i>	1	0,3%	316	99,7%

Lorsqu'un enfant qui mange bien habituellement n'aime pas un aliment particulier, plus de la moitié des éducatrices utilisent principalement l'une des trois stratégies suivantes :

- ❖ complimenter l'enfant lorsqu'il mange l'aliment en question : 67 % (n=211);
- ❖ servir l'aliment à l'enfant même si elles savent qu'il ne l'aime pas : 63 % (n=201);
- ❖ manger avec enthousiasme l'aliment en question pour inciter l'enfant à en faire de même : 51 % (n=162).

Elles sont entre 25 et 45 % à adopter une ou l'autre des sept stratégies suivantes :

- ❖ ne pas obliger l'enfant à manger cet aliment : 45 % (n=144);
- ❖ insister pour que l'enfant en mange au moins une petite quantité même s'il ne l'aime pas : 43 % (n=136);
- ❖ encourager l'enfant à manger l'aliment en l'arrangeant pour le rendre plus intéressant : 42 % (n=132);
- ❖ utiliser le raisonnement pour faire manger l'enfant (ex. : « cet aliment est bon pour ta santé parce que ça va te rendre fort ») : 41 % (n=131);
- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter dans cette situation : 41 % (n=130);
- ❖ signaler aux parents que leur enfant ne veut pas manger l'aliment en question et discuter avec eux des stratégies utilisées à la maison : 35 % (n=112);
- ❖ laisser l'enfant choisir ce qu'il veut manger parmi les autres mets proposés au dîner : 25 % (n=79).

Enfin, moins de 15 % des participantes privilégient l'une des huit stratégies ci-dessous :

- ❖ respecter les consignes des parents concernant les préférences et aversions de leur enfant : 14 % (n=44);
- ❖ recourir à d'autres stratégies telles que parler aux enfants des papilles gustatives, discuter des stratégies employées par les parents ou leur servir une plus petite portion pour les encourager davantage à goûter : 8 % (n=24);
- ❖ encourager l'enfant à manger en utilisant les aliments comme récompense (ex. : « si tu finis cet aliment, tu auras du dessert ») : 4 % (n=14);
- ❖ empêcher l'enfant de sortir de table tant qu'il n'aura pas mangé une petite quantité de l'aliment : 4 % (n=12);
- ❖ promettre à l'enfant une autre récompense que la nourriture s'il mange l'aliment en question (ex. : « si tu manges cet aliment, je pourrais lire ton livre préféré ») : 2 % (n=6);
- ❖ avertir l'enfant qu'elles lui enlèveront un autre aliment s'il ne mange pas l'aliment en question (ex. : « si tu ne manges pas cet aliment, tu n'auras pas de dessert ») : 1 % (n=2);
- ❖ avertir l'enfant qu'elles lui retireront un privilège s'il ne mange pas l'aliment en question (ex. : « si tu ne finis pas cet aliment, tu ne joueras pas avec tes amis après ») : 0,3 % (n=1);
- ❖ montrer leur mécontentement si l'enfant ne mange pas l'aliment en question : 0,3 % (n=1).

Question 14 – Mise en situation 3 : un nouveau mets est servi et les enfants le refusent

Cette section explore les stratégies qu'adoptent les éducatrices aux repas lorsqu'un nouveau mets est servi que les enfants le refusent ou disent qu'ils ne l'aiment pas sans y avoir goûté.

Tableau 40 | Stratégies adoptées lorsqu'un nouveau mets est servi et que les enfants le refusent (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je prends le temps de leur décrire le nouveau mets.</i>	237	74,8%	80	25,2%
<i>J'invite les enfants à goûter au nouveau mets, mais je ne les y oblige pas.</i>	230	72,6%	87	27,4%
<i>Je goûte au nouveau mets et je me fais un devoir de dire aux enfants que c'est très bon.</i>	181	57,1%	136	42,9%
<i>Je n'oblige pas les enfants à manger de ce mets, mais je leur en sers tout de même.</i>	154	48,6%	163	51,4%
<i>Je rapporte au responsable de cuisine que les enfants ont réagi négativement à la vue du nouveau mets.</i>	151	47,6%	166	52,4%
<i>J'encourage les enfants à manger en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un arbre avec le nouveau légume).</i>	138	43,5%	179	56,5%
<i>Je sers les enfants comme si je n'avais rien entendu.</i>	122	38,5%	195	61,5%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	111	35,0%	206	65,0%
<i>Je cherche des solutions avec le responsable de cuisine afin que les enfants apprécient ce nouveau mets</i>	98	30,9%	219	69,1%
<i>Je laisse les enfants choisir ce qu'ils veulent manger parmi les autres aliments proposés au dîner.</i>	80	25,2%	237	74,8%
<i>J'oblige les enfants à manger au moins une petite quantité du mets principal s'ils veulent sortir de table.</i>	36	11,4%	281	88,6%
<i>Autres stratégies</i>	24	7,6%	293	92,4%
<i>J'exprime mon mécontentement sur leur attitude.</i>	11	3,5%	306	96,5%

Lorsqu'un nouveau plat principal est servi au dîner et que plusieurs enfants réagissent en disant ne pas en vouloir ainsi qu'en déclarant d'avance ne pas l'aimer, entre la moitié et les trois quarts des éducatrices ont recours à l'une des trois stratégies suivantes :

- ❖ prendre le temps de leur décrire le nouveau mets : 75 % (n=237);
- ❖ inviter les enfants à goûter au nouveau mets, mais sans les y obliger : 73% (n=230);
- ❖ goûter au nouveau mets et se faire un devoir de dire aux enfants que c'est très bon : 57 % (n=181).

Entre le quart et la moitié des répondantes emploient l'une des sept stratégies suivantes :

- ❖ ne pas obliger les enfants à manger du nouveau mets, mais leur en servir tout de même : 49 % (n=154);
- ❖ rapporter au responsable de cuisine que les enfants ont réagi négativement à la vue du nouveau mets : 48 % (n=151);
- ❖ encourager les enfants à manger le nouveau mets en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un arbre avec le nouveau légume) : 43,5 % (n=138);
- ❖ servir les enfants comme si elles n'avaient rien entendu : 38,5 % (n=122);
- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter dans cette situation : 35 % (n=111);
- ❖ chercher des solutions avec le responsable de cuisine pour que les enfants apprécient le nouveau mets : 31 % (n=98);
- ❖ laisser les enfants choisir ce qu'ils veulent manger parmi les autres aliments proposés au dîner : 25 % (n=80).

Enfin, moins de 15 % des participantes privilégient une des trois options suivantes :

- ❖ obliger les enfants à manger au moins une petite quantité du mets principal s'ils veulent sortir de table : 11 % (n=36);
- ❖ recourir à d'autres stratégies telles que leur raconter des histoires des héros qui a mangé ce nouveau plat ou encore leur servir de petites quantités : 5 % (n=16);
- ❖ exprimer leur mécontentement à l'égard de l'attitude des enfants : 3,5 % (n=11).

Question 15 – Mise en situation 4 : les enfants difficiles

Dans cette section sont traitées les stratégies qu'adoptent les éducatrices lorsqu'un enfant est difficile et qu'il refuse de se mettre à table ainsi que de manger.

Tableau 41 | Stratégies adoptées par les éducatrices avec les enfants difficiles (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Je complimente l'enfant lorsqu'il mange (ex. : « C'est bien, tu as mangé! »).</i>	233	73,5%	84	26,5%
<i>Je mange pour inciter l'enfant à en faire de même.</i>	211	66,6%	106	33,4%
<i>J'essaie de trouver des solutions à ce comportement en discutant avec les parents.</i>	206	65,0%	111	35,0%
<i>Je sers l'enfant même s'il ne veut pas manger et qu'il n'est pas encore à table.</i>	184	58,0%	133	42,0%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	131	41,3%	186	58,7%
<i>J'utilise le raisonnement pour que l'enfant vienne manger (ex. : « manger te fera grandir et te rendra fort »).</i>	123	38,8%	194	61,2%
<i>J'encourage l'enfant à manger en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un bonhomme sourire avec la purée de pommes de terre).</i>	122	38,5%	195	61,5%

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Je laisse l'enfant choisir de ne pas manger.</i>	88	27,8%	229	72,2%
<i>Je l'ignore.</i>	74	23,3%	243	76,7%
<i>Je connais et respecte les consignes des parents concernant l'alimentation de cet enfant.</i>	63	19,9%	254	80,1%
<i>J'oblige l'enfant à manger au moins une petite quantité d'aliments même s'il n'en veut pas.</i>	56	17,7%	261	82,3%
<i>Autres stratégies</i>	46	14,5%	271	85,5%
<i>Je contrains physiquement l'enfant pour qu'il passe à table et mange (ex. : prendre l'enfant et l'asseoir sur sa chaise pour qu'il mange).</i>	23	7,3%	294	92,7%
<i>L'enfant devra venir à table et ne pourra pas sortir de table tant qu'il n'aura pas mangé un peu.</i>	19	6,0%	298	94,0%
<i>J'encourage l'enfant à manger, en utilisant les aliments comme récompense (ex. : « si tu manges, tu auras du dessert »).</i>	17	5,4%	300	94,6%
<i>Je promets à l'enfant une récompense autre que la nourriture s'il mange (ex. : « si tu manges, je pourrais lire ton livre préféré »).</i>	16	5,0%	301	95,0%
<i>Je montre mon mécontentement si l'enfant ne mange pas.</i>	7	2,2%	310	97,8%
<i>J'avertis l'enfant que je vais lui retirer un privilège s'il ne veut pas manger (ex. : « si tu ne manges pas, tu ne joueras pas avec tes amis après »).</i>	2	0,6%	315	99,4%

Lorsqu'un enfant est difficile, qu'il refuse de se mettre à table et de manger, entre la moitié et les trois quarts des éducatrices privilégient une des quatre stratégies ci-après :

- ❖ complimenter l'enfant lorsqu'il mange son repas (ex. : « C'est bien, tu as mangé! ») : 73,5 % (n=233);
- ❖ manger le repas pour inciter l'enfant à en faire de même : 67 % (n=211);
- ❖ essayer de trouver des solutions à ce comportement en discutant avec les parents : 65 % (n=206);
- ❖ servir l'enfant même s'il ne veut pas manger et qu'il n'est pas encore à table : 58 % (n=184).

Entre 20 et 45 % des participantes choisissent une des six options suivantes :

- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter : 41 % (n=131);
- ❖ utiliser le raisonnement pour inciter l'enfant à venir manger (ex. : « manger te fera grandir et te rendra fort ») : 39 % (n=123);
- ❖ encourager l'enfant à manger en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un bonhomme sourire avec la purée de pommes de terre) : 38,5 % (n=122);
- ❖ laisser l'enfant choisir de ne pas manger : 28 % (n=88);
- ❖ ignorer l'enfant : 23 % (n=74);
- ❖ connaître les consignes des parents concernant l'alimentation de cet enfant et les respecter : 20 % (n=63).

Enfin, moins de 20 % des répondantes disent adopter l'une ou l'autre des huit stratégies suivantes :

- ❖ obliger l'enfant à manger au moins une petite quantité d'aliments même s'il n'en veut pas : 18 % (n=56);
- ❖ recourir à d'autres stratégies telles que servir l'enfant et le laisser venir par lui-même s'asseoir ou discuter des stratégies avec les parents : 14,5 % (n=46);
- ❖ contraindre physiquement l'enfant pour qu'il passe à table et mange (ex. : prendre l'enfant et l'asseoir sur sa chaise pour qu'il mange) : 7 % (n=23);
- ❖ obliger l'enfant à venir à table et l'empêcher d'en sortir tant qu'il n'aura pas mangé : 6 % (n=19);

- ❖ encourager l'enfant à manger en utilisant les aliments comme récompense (ex. : « si tu manges, tu auras du dessert ») : 5 % (n=17);
- ❖ promettre à l'enfant une autre récompense que la nourriture s'il mange (ex. : « si tu manges, je pourrais lire ton livre préféré ») : 5 % (n=16);
- ❖ montrer leur mécontentement si l'enfant ne mange pas : 2 % (n=7);
- ❖ avertir l'enfant qu'elles lui retireront un privilège s'il ne veut pas manger (ex. : « si tu ne manges pas, tu ne joueras pas avec tes amis après ») : 1 % (n=2).

Question 16 – Mise en situation 5 : un enfant n'a pas faim au moment du repas

Cette section porte sur les stratégies qu'adoptent les éducatrices aux repas lorsqu'un enfant, qui ne présente aucun problème de santé, n'a pas faim au début du dîner et que cette situation se répète à l'occasion.

Tableau 42 | Stratégies adoptées par les éducatrices lorsqu'un enfant n'a pas faim (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je sers l'enfant même s'il n'a pas faim.</i>	218	68,8%	99	31,2%
<i>Je complimente l'enfant lorsqu'il mange (ex. : « c'est bien, tu as mangé! »).</i>	207	65,3%	110	34,7%
<i>Je mange avec enthousiasme pour inciter l'enfant à en faire de même.</i>	196	61,8%	121	38,2%
<i>Je laisse l'enfant choisir de ne pas manger et lui dis qu'il devra attendre le prochain repas/collation.</i>	177	55,8%	140	44,2%
<i>Je discute avec les parents du comportement de leur enfant.</i>	172	54,3%	145	45,7%
<i>Je sers l'enfant même s'il ne veut pas d'un mets.</i>	153	48,3%	164	51,7%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	116	36,6%	201	63,4%
<i>J'encourage l'enfant à manger en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un bonhomme sourire avec la purée de pommes de terre).</i>	107	33,8%	210	66,2%
<i>J'utilise le raisonnement pour faire manger l'enfant (ex. : « manger te fera grandir et te rendra fort »).</i>	97	30,6%	220	69,4%
<i>J'oblige l'enfant à manger au moins une petite quantité d'aliments même s'il n'a pas faim.</i>	52	16,4%	265	83,6%
<i>J'obéis aux consignes des parents concernant l'alimentation de leur enfant.</i>	38	12,0%	279	88,0%
<i>Autres stratégies</i>	31	9,8%	286	90,2%
<i>Je laisse l'enfant choisir de ne pas manger et lui offre de lui servir son repas quand il aura faim.</i>	18	5,7%	299	94,3%
<i>J'encourage l'enfant à manger, en utilisant les aliments comme récompense (ex. : « si tu manges, tu auras du dessert »).</i>	15	4,7%	302	95,3%
<i>L'enfant ne pourra pas sortir de table tant qu'il n'aura pas mangé un peu.</i>	15	4,7%	302	95,3%
<i>Je promets à l'enfant une récompense autre que la nourriture s'il mange (ex. : « si tu manges, je pourrais lire ton livre préféré »).</i>	8	2,5%	309	97,5%
<i>J'utilise une ruse telle que « pour me faire plaisir, il faudrait que tu manges ton repas ».</i>	6	1,9%	311	98,1%
<i>Je montre mon mécontentement si l'enfant ne mange pas.</i>	4	1,3%	313	98,7%

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>J'avertis l'enfant que je vais lui retirer un privilège s'il ne mange pas (ex. : « si tu ne manges pas, tu ne joueras pas avec tes amis après »).</i>	0	0%	317	100%

Lorsqu'un enfant, qui n'a aucun problème de santé, n'a pas faim au début du dîner et que cette situation se répète à l'occasion, entre 45 et 70 % des éducatrices choisissent l'une ou l'autre des six stratégies suivantes :

- ❖ servir l'enfant même s'il n'a pas faim : 69 % (n=218);
- ❖ complimenter l'enfant lorsqu'il mange (ex. : « c'est bien, tu as mangé! ») : 65 % (n=207);
- ❖ manger avec enthousiasme pour inciter l'enfant à en faire de même : 62 % (n=196);
- ❖ laisser l'enfant choisir de ne pas manger et lui dire qu'il devra attendre le prochain repas ou la prochaine collation : 56 % (n=187);
- ❖ discuter avec les parents du comportement de leur enfant : 54 % (=172);
- ❖ servir l'enfant même s'il ne veut pas d'un mets : 48 % (n=153).

Entre 15 et 40 % des participantes indiquent recourir à l'une des quatre options ci-après :

- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter : 37 % (n=116);
- ❖ encourager l'enfant à manger en arrangeant les aliments pour les rendre plus intéressants (ex. : faire un bonhomme sourire avec la purée de pommes de terre) : 34 % (n=107);
- ❖ utiliser le raisonnement pour faire manger l'enfant (ex. : « manger te fera grandir et te rendra fort ») : 31 % (n=97);
- ❖ obliger l'enfant à manger au moins une petite quantité d'aliments même s'il n'a pas faim : 16 % (n=52).

Enfin, moins de 15 % des répondantes privilégient l'une ou l'autre des huit stratégies suivantes :

- ❖ obéir aux consignes des parents concernant l'alimentation de leur enfant : 12 % (n=38);
- ❖ recourir à d'autres stratégies telles qu'ignorer l'enfant et laisser venir s'asseoir, l'obliger à se joindre au groupe, en discuter avec les parents ou encore l'inciter à prendre un nombre de bouchées équivalant à l'âge de l'enfant : 10 % (n=31);
- ❖ laisser l'enfant choisir de ne pas manger et lui offrir de lui servir son repas quand il aura faim : 6 % (n=18);
- ❖ encourager l'enfant à manger en utilisant les aliments comme récompense (ex. : « si tu manges, tu auras du dessert ») : 5 % (n=15);
- ❖ empêcher l'enfant de sortir de table tant qu'il n'aura pas mangé un peu : 5 % (n=15);
- ❖ promettre à l'enfant une autre récompense que de la nourriture s'il mange (ex. : « si tu manges, je pourrais lire ton livre préféré ») : 2,5 % (n=8);
- ❖ utiliser une ruse telle que « pour me faire plaisir, il faudrait que tu manges ton repas » : 2 % (n=6);
- ❖ montrer leur mécontentement si l'enfant ne mange pas : 1 % (n=4).

Aucune éducatrice n'avertit l'enfant qu'elle lui retirera un privilège s'il ne mange pas son repas (ex. : « si tu ne manges pas, tu ne joueras pas avec tes amis après »).

Question 17 – Mise en situation 6 : l'embonpoint chez les fillettes

Dans cette section sont examinées les stratégies qu'adoptent les éducatrices aux repas lorsqu'une fillette présente de l'embonpoint.

Tableau 43 | Stratégies adoptées par les éducatrices aux repas en lien avec l'embonpoint (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Je sers à cette enfant la même quantité d'aliments qu'aux autres enfants.</i>	248	78,2%	69	21,8%
<i>Je discute avec ses parents de mes inquiétudes sur son poids actuel.</i>	138	43,5%	179	56,5%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	108	34,1%	209	65,9%
<i>Je laisse l'enfant choisir la quantité de nourriture qu'elle veut manger.</i>	62	19,6%	255	80,4%
<i>Je ne me préoccupe pas de l'embonpoint de cette enfant.</i>	50	15,8%	267	84,2%
<i>Autres stratégies</i>	49	15,5%	268	84,5%
<i>Je sers un peu moins de nourriture à cette enfant qu'aux autres.</i>	37	11,7%	280	88,3%
<i>J'éviterai de servir certains aliments que je juge plus engraisant à cette enfant.</i>	13	4,1%	304	95,9%
<i>Je dis subtilement à l'enfant qu'il faut qu'elle fasse attention de ne pas trop manger sans préciser pourquoi.</i>	5	1,6%	312	98,4%
<i>Je lui refuse une 2^e portion, de peur qu'elle mange trop et qu'elle prenne du poids en conséquence.</i>	3	0,9%	314	99,1%
<i>J'avise discrètement l'enfant sans que les autres puissent entendre que, si elle mange trop, elle prendra du poids.</i>	2	0,6%	315	99,4%
<i>Si un dessert est prévu, je n'offrirai pas de dessert à cette enfant.</i>	0	0%	317	100%

Aux repas, lorsqu'une fillette présente de l'embonpoint, la principale stratégie utilisée par un peu plus de 78 % (n=248) des éducatrices est de lui servir la même quantité d'aliments qu'aux autres.

Entre 15 et 45 % des répondantes optent pour l'une ou l'autre des cinq stratégies suivantes :

- ❖ discuter avec ses parents des inquiétudes qu'elles ont à l'égard du poids actuel de l'enfant : 43,5 % (n=138);
- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter dans une telle situation : 34 % (n=108);
- ❖ laisser choisir l'enfant la quantité de nourriture qu'elle veut manger : 20 % (n=62);
- ❖ ne pas se préoccuper pas de l'embonpoint de l'enfant : 16 % (n=50);
- ❖ recourir à d'autres stratégies telles qu'initier les enfants aux signaux de la satiété, contrôler le nombre de portions servies, inviter les enfants à manger lentement et de petites bouchées ou encore à faire des activités physiques : 15,5 % (n=49).

Enfin, moins de 15 % des répondantes choisissent l'une des cinq stratégies suivantes :

- ❖ servir à l'enfant un peu moins de nourriture qu'aux autres : 12 % (n=37);
- ❖ éviter de servir à l'enfant certains aliments qu'elles jugent plus engraisant : 4 % (n=13);
- ❖ dire subtilement à l'enfant qu'il faut qu'elle fasse attention de ne pas trop manger sans préciser pourquoi : 2 % (n=5);
- ❖ refuser à l'enfant une 2^e portion, de peur qu'elle mange trop et qu'elle prenne du poids en conséquence : 1 % (n=3);
- ❖ aviser discrètement l'enfant sans que les autres puissent entendre que, si elle mange trop, elle prendra du poids : 1 % (n=2).

Aucune éducatrice ne lui offre pas de dessert s'il y en a un prévu.

Question 18 – Mise en situation 7 : les fillettes de petit poids

Cette section porte sur les stratégies qu'adoptent les éducatrices aux repas lorsqu'une fillette présente un petit poids.

Tableau 44 | Stratégies adoptées par les éducatrices aux repas en lien avec le petit poids (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Je sers à cette enfant la même quantité d'aliments qu'aux autres enfants.</i>	256	80,8%	61	19,2%
<i>Je discute de mon impression que cette enfant est de trop petit poids avec ses parents.</i>	135	42,6%	282	57,4%
<i>Je laisse l'enfant choisir la quantité de nourriture qu'elle veut manger.</i>	113	35,6%	204	64,4%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation.</i>	105	33,1%	212	66,9%
<i>Je ne me préoccupe pas du petit poids de cette enfant.</i>	54	17,0%	263	83,0%
<i>Je ressers en priorité cette enfant si elle veut une 2^e portion.</i>	33	10,4%	284	89,6%
<i>Je dis subtilement à l'enfant qu'il faut qu'elle fasse attention à bien manger pour pouvoir grandir.</i>	30	9,5%	287	90,5%
<i>Autres stratégies</i>	29	9,1%	288	90,9%
<i>Je donne tout le temps un dessert à cette enfant.</i>	18	5,7%	299	94,3%
<i>Je sers particulièrement de certains aliments à cette enfant, parce que je sais que ces aliments l'aideront à grossir.</i>	13	4,1%	304	95,9%
<i>Je sers davantage de nourriture à cette enfant qu'aux autres.</i>	10	3,2%	307	96,8%

Aux repas, lorsqu'une fillette présente un petit poids, la principale stratégie de près de 81 % (n=256) des éducatrices consiste en lui servir la même quantité d'aliments qu'aux autres.

Entre 30 et 45 % des répondantes ont recours à l'une des trois stratégies suivantes :

- ❖ discuter avec ses parents de leur impression quant au fait que leur fillette semble de trop petit poids : 43 % (n=135);
- ❖ laisser choisir la fillette la quantité de nourriture qu'elle veut manger : 36 % (n=116);
- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter dans une telle situation : 33 % (n=105).

Enfin, moins de 20 % des participantes choisissent l'une des sept options ci-après :

- ❖ ne pas se préoccuper de son petit poids : 17 % (n=54);
- ❖ resservir l'enfant en priorité si elle veut une 2^e portion : 10 % (n=33);
- ❖ dire subtilement à l'enfant qu'il faut qu'elle fasse attention de bien manger pour pouvoir grandir : 9,5 % (n=30);
- ❖ recourir à d'autres stratégies comme arranger les aliments pour les rendre plus attrayants, en discuter les parents ou éviter de servir de trop grosses portions pour ne pas décourager l'enfant et ne pas gaspiller inutilement : 9 % (n=29);
- ❖ donner tout le temps à la fillette un dessert : 6 % (n=18);
- ❖ servir particulièrement à la fillette de certains aliments, parce qu'elles savent que ces aliments l'aideront à grossir : 4 % (n=13);
- ❖ servir à la fillette davantage de nourriture qu'aux autres : 3 % (n=10).

Question 19 – Mise en situation 8 : un enfant ne termine pas son repas

Dans cette section sont explorées les stratégies adoptées par les éducatrices lorsqu'un enfant ne termine pas son repas.

Tableau 45 | Stratégies adoptées par les éducatrices lorsqu'un enfant ne termine pas son repas (n=317)

Stratégies	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Je laisse l'enfant choisir de ne pas finir son repas et lui donne tout de même un dessert.</i>	211	66,6%	106	33,4%
<i>Je demande à l'enfant pourquoi il n'a pas terminé son repas.</i>	159	50,2%	158	49,8%
<i>Je complimente l'enfant lorsqu'il finit son repas (ex. : « c'est bien, tu as fini ton repas! »).</i>	157	49,5%	160	50,5%
<i>J'applique la politique de mon milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation. lorsqu'un enfant ne termine pas son repas</i>	116	36,6%	201	63,4%
<i>Je finis mon repas pour inciter l'enfant à en faire de même.</i>	108	34,1%	209	65,9%
<i>J'en parle avec les parents et je discute avec eux de l'alimentation à la maison.</i>	73	23,0%	244	77,0%
<i>J'utilise le raisonnement pour faire manger l'enfant (ex. : « finir ton repas te fera grandir et te rendra fort »).</i>	46	14,5%	271	85,5%
<i>Autres stratégies</i>	35	11,0%	282	89,0%
<i>Je demande à l'enfant de finir son repas.</i>	27	8,5%	290	91,5%
<i>J'utilise une ruse telle que « termine ton repas si tu veux aller jouer » pour inciter l'enfant à manger.</i>	16	5,0%	301	95,0%
<i>Je montre mon mécontentement si l'enfant ne finit pas son repas.</i>	9	2,8%	308	97,2%
<i>Je laisse l'enfant choisir de ne pas finir son repas, mais ne lui donne pas droit au dessert.</i>	9	2,8%	308	97,2%
<i>Je presse l'enfant à finir son repas (ex. : « dépêche-toi et mange ton repas »).</i>	5	1,6%	312	98,4%
<i>Je promets à l'enfant une récompense autre que la nourriture s'il finit son repas (ex. : « si tu finis ton repas, je pourrais lire ton livre préféré »).</i>	3	0,9%	314	99,1%
<i>L'enfant ne pourra pas sortir de table tant qu'il n'aura pas fini son repas.</i>	3	0,9%	314	99,1%
<i>J'avertis l'enfant que je vais lui retirer un privilège s'il ne finit pas son repas (ex. : « si tu ne finis pas ton repas, tu ne joueras pas avec tes amis après »).</i>	0	0%	317	100%

Lorsqu'un enfant ne termine pas son repas, entre la moitié et les trois quarts des éducatrices optent pour l'une des trois stratégies suivantes :

- ❖ laisser l'enfant choisir de ne pas finir son repas et lui donner tout de même un dessert : 67 % (n=211);
- ❖ demander à l'enfant pourquoi il n'a pas terminé son repas : 50 % (n=159);
- ❖ complimenter l'enfant lorsqu'il finit son repas (ex. : « C'est bien, tu as fini ton repas! ») : 49,5 % (n=157).

Entre 25 et 40 % des répondantes choisissent l'une ou l'autre des trois options ci-après :

- ❖ appliquer la politique de leur service de garde prévoyant l'attitude à adopter dans une telle situation : 37 % (n=116);
- ❖ finir leur propre repas pour inciter l'enfant à en faire de même : 34 % (n=108);
- ❖ en parler avec ses parents et discuter avec eux de l'alimentation à la maison : 23 % (n=73).

Enfin, les neuf stratégies ci-après sont employées par moins de 15 % des participantes :

- ❖ utiliser le raisonnement pour le faire manger (ex. : « finir ton repas te fera grandir et te rendra fort ») : 14,5 % (n=46);
- ❖ recourir à d'autres stratégies telles qu'en discuter avec les parents ou encore offrir à l'enfant une portion de dessert proportionnelle à ce qu'il a consommé du plat principal : 11 % (n=35);
- ❖ demander à l'enfant de finir son repas : 8,5 % (n=27);

- ❖ utiliser une ruse telle que « termine ton repas si tu veux aller jouer » pour l'inciter à manger : 5 % (n=16);
- ❖ montrer leur mécontentement si l'enfant ne finit pas son repas : 3 % (n=9);
- ❖ laisser l'enfant choisir de ne pas finir son repas, mais ne pas lui donner droit au dessert : 3 % (n=9);
- ❖ presser l'enfant à finir son repas (ex. : « dépêche-toi et mange ton repas ») : 2 % (n=5);
- ❖ promettre à l'enfant une autre récompense que la nourriture s'il finit son repas (ex. : « si tu finis ton repas, je pourrais lire ton livre préféré ») : 1 % (n=3);
- ❖ empêcher l'enfant de sortir de table tant qu'il n'aura pas fini son repas : 1 % (n=3).

Aucune éducatrice ne l'avertit qu'elle lui retirera un privilège s'il ne finit pas son repas (ex. : « si tu ne finis pas ton repas, tu ne joueras pas avec tes amis après »).

Question 20 – Mise en situation 9 : les perceptions du rôle en matière d'éducation alimentaire

Cette section traite des perceptions qu'ont les éducatrices par rapport à leur rôle en matière d'éducation alimentaire des enfants en service de garde.

Tableau 46 | Perceptions des éducatrices à l'égard de leur rôle en matière d'éducation alimentaire (n=317)

Perceptions	Oui		Non	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>De manière générale, je crois que mon rôle est tout aussi important que celui des parents concernant l'éducation alimentaire des enfants en services de garde.</i>	244	77,0%	73	23,0%
<i>Entre éducatrices, il nous arrive d'échanger sur l'importance de notre rôle dans l'éducation alimentaire des enfants en service de garde.</i>	146	46,1%	171	53,9%
<i>De manière générale, je crois que ce sont les parents qui ont le rôle déterminant dans l'éducation alimentaire de leur enfant.</i>	95	30,0%	222	70,0%
<i>Je crois qu'il est important de ne pas se substituer aux parents en ce qui concerne l'éducation alimentaire des enfants en service de garde.</i>	68	21,5%	249	78,5%
<i>Pour certains enfants je crois que mon rôle est plus important que celui des parents dans l'éducation alimentaire de leur enfant.</i>	31	9,8%	286	90,2%
<i>Autres perceptions</i>	18	5,7%	299	94,3%

Parmi les éducatrices ayant participé au questionnaire, elles sont 77 % (n=244) à croire que, de manière générale, leur rôle est tout aussi important que celui des parents concernant l'éducation alimentaire des enfants.

Un peu plus de 46 % (n=146) des répondantes ont indiqué qu'entre éducatrices, il leur arrive d'échanger sur l'importance de leur rôle dans l'éducation alimentaire des enfants en service de garde.

Moins du tiers (n=95) des participantes ont mentionné croire, de manière générale, que ce sont les parents qui ont le rôle déterminant dans l'éducation alimentaire de leur enfant.

Parmi les participantes, elles sont 21,5 % (n=68) à croire qu'il est important de ne pas se substituer aux parents en ce qui concerne l'éducation alimentaire des enfants en service de garde.

Moins de 10 % (n=31) des répondantes considèrent leur rôle plus important pour certains enfants que celui des parents dans l'éducation alimentaire de leur enfant.

Un peu plus de 6 % (n=18) des éducatrices ont d'autres perceptions de leur rôle à cet égard. Elles considèrent notamment que leur rôle en est un de soutien et de référence aux parents, particulièrement auprès des parents d'un premier enfant, et qu'elles sont collaboratrices de premier plan au développement de l'enfant sur tous les plans et donc, qu'elles doivent travailler en collaboration avec les parents.

Question 21 – Principales préoccupations des éducatrices durant les repas et les collations en lien avec différents thèmes

QUALITATIF – À VENIR

4^e partie : Opinions et préoccupations

La quatrième partie présente les résultats obtenus aux neuf questions explorant les opinions et les préoccupations des éducatrices relativement à l'alimentation. Elles sont 302 à avoir répondu aux questions qui portent plus particulièrement sur les mythes à l'égard de la nutrition, de l'alimentation et des comportements alimentaires des enfants ainsi que sur leur engagement à l'égard de la saine alimentation, les préoccupations en lien avec leur image corporelle et leur poids. Enfin, les améliorations que les éducatrices souhaitent apporter à l'alimentation fournie dans leur service de garde ont également été examinées.

Question 22 – Mythes en lien avec la nutrition

Cette section présente les perceptions qu'ont les éducatrices à l'égard des mythes en lien avec la nutrition. *Seuls les énoncés marqués d'un astérisque (*) sont vrais; les autres affirmations sont fausses.*

Tableau 47 | Perceptions des éducatrices à l'égard de mythes en lien avec la nutrition (n variables)

Mythes en lien avec la nutrition	Vrai		Faux		Je ne sais pas	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>*Les jus de fruits peuvent abîmer les dents. (n=284)</i>	212	74,6%	50	17,6%	22	7,7%
<i>Le sucre à fruits, le miel, le sirop d'érable et la cassonade sont meilleurs pour la santé que le sucre de table. (n=283)</i>	195	68,9%	63	22,3%	25	8,8%
<i>Il est préférable de ne pas boire durant les repas. (n=284)</i>	154	54,2%	98	34,5%	32	11,3%
<i>Les produits à base d'huile d'olive sont tous bons pour la santé. (n=284)</i>	137	48,2%	101	35,6%	46	16,2%
<i>Le pain, les pâtes et les patates font engraisser. (n=282)</i>	119	42,2%	153	54,3%	10	3,5%
<i>Boire du lait favorise la production excessive de mucus, de sécrétion. (n=283)</i>	100	35,3%	86	30,4%	97	34,3%
<i>*La valeur nutritive de la boisson de soya enrichie est identique à celle du lait de vache. (n=284)</i>	80	28,2%	99	34,9%	105	37,0%
<i>Un enfant constipé ne devrait pas manger de fromage. (n=283)</i>	79	27,9%	158	55,8%	46	16,3%
<i>Le sucre rend les enfants hyperactifs. (n=283)</i>	70	24,7%	190	67,1%	23	8,1%
<i>Les aliments réduits en gras sont tous bons pour la santé. (n=285)</i>	53	18,6%	204	71,6%	28	9,8%
<i>Aujourd'hui, le lait est moins nutritif qu'autrefois. (n=283)</i>	42	14,8%	184	65,0%	57	20,1%
<i>Une banane de grosseur moyenne remplace un steak. (n=283)</i>	38	13,4%	171	60,4%	74	26,1%
<i>Les œufs à coquille brune sont plus nutritifs que les œufs à coquille blanche. (n=284)</i>	32	11,3%	184	64,8%	68	23,9%
<i>Les enfants plus ronds devraient suivre un régime amaigrissant. (n=285)</i>	12	4,2%	242	84,9%	31	10,9%
<i>Si un enfant refuse de manger un aliment, il est mieux de ne plus lui offrir celui-ci. (n=285)</i>	8	2,8%	273	95,8%	4	1,4%

Plus de la moitié des éducatrices sont en accord avec les trois affirmations suivantes; *seule la première est vraie* :

- ❖ les jus de fruits peuvent abîmer les dents : 75 % (n=212);
- ❖ le sucre à fruits, le miel, le sirop d'érable et la cassonade sont meilleurs pour la santé que le sucre de table : 69 % (n=195);
- ❖ il est préférable de ne pas boire durant les repas : 54 % (n=154).

Entre le quart et la moitié des éducatrices jugent vraies les six affirmations suivantes *alors qu'elles sont toutes fausses* :

- ❖ les produits à base d'huile d'olive sont tous bons pour la santé : 48 % (n=137);
- ❖ le pain, les pâtes et les patates font engraisser : 42 % (n=119);
- ❖ boire du lait favorise la production excessive de mucus, de sécrétion : 33 % (n=100);
- ❖ la valeur nutritive de la boisson de soya enrichie est identique à celle du lait de vache : 28 % (n=80);
- ❖ un enfant constipé ne devrait pas manger de fromage : 28 % (n=79);
- ❖ le sucre rend les enfants hyperactifs : 25 % (n=70).

Moins de 20 % des éducatrices sont d'avis que les six affirmations suivantes sont vraies *alors qu'elles sont fausses* :

- ❖ les aliments réduits en gras sont tous bons pour la santé : 19 % (n=53);
- ❖ le lait aujourd'hui est moins nutritif qu'autrefois : 15 % (n=42);
- ❖ une banane de grosseur moyenne remplace un steak : 13 % (n=38);
- ❖ les œufs à coquille brune sont plus nutritifs que les œufs à coquille blanche : 11 % (n=32);
- ❖ les enfants plus ronds devraient suivre un régime amaigrissant : 4 % (n=12);
- ❖ si un enfant refuse de manger un aliment, il est mieux de ne plus lui offrir celui-ci : 3 % (n=8).

Question 23 – Mythes en lien avec l'alimentation des enfants

Les résultats suivants indiquent le niveau d'accord des éducatrices à l'égard de différents mythes relatifs à l'alimentation des enfants. *Seul le premier énoncé* est vrai; les autres affirmations sont fausses.*

Tableau 48 | Niveau d'accord des éducatrices à l'égard de mythes en lien avec l'alimentation des enfants (n variables)

Mythes en lien avec l'alimentation des enfants	En accord / légèrement en accord		Neutre		En désaccord / légèrement en désaccord	
	Effectif	N %	Effectif	N %	Effectif	N %
*Les aliments durs, petits, ronds ou collants sont susceptibles de causer un étouffement. (n=282)	253	89,7%	11	3,9%	18	6,4%
Il est important de limiter le gras dans l'alimentation des enfants d'âge préscolaire. (n=281)	146	52,0%	55	19,6%	80	28,5%
On doit interdire les bonbons aux enfants d'âge préscolaire. (n=281)	133	47,3%	54	19,2%	94	33,5%
On doit interdire le chocolat aux enfants d'âge préscolaire. (n=282)	69	24,5%	54	19,1%	159	56,4%
L'ajout de sel dans la préparation des mets est important dans l'alimentation des enfants. (n=284)	21	7,4%	30	10,6%	233	82,0%
Les protéines coupent l'appétit, il faut éviter d'en consommer. (n=281)	8	2,8%	31	11,0%	242	86,1%
Le jus de fruit (sans sucre) remplace bien le lait. (n=280)	4	1,4%	15	5,4%	261	93,2%

Plus de 45 % des éducatrices se disent en accord ou légèrement en accord les trois affirmations suivantes *bien que seule la première soit vraie* :

- ❖ les aliments durs, petits, ronds ou collants sont susceptibles de causer un étouffement : 90 % (n=253);
- ❖ il est important de limiter le gras dans l'alimentation des enfants d'âge préscolaire : 52 % (n=146);
- ❖ on doit interdire les bonbons aux enfants d'âge préscolaire : 47 % (n=133).

Moins du quart des éducatrices sont d'avis, *à tort*, que les quatre affirmations suivantes sont vraies :

- ❖ on doit interdire le chocolat aux enfants d'âge préscolaire : 24,5% (n=69);
- ❖ l'ajout de sel dans la préparation des mets est important dans l'alimentation des enfants : 7 % (n=21);
- ❖ les protéines coupent l'appétit et qu'il faut éviter d'en consommer : 3 % (n=8);
- ❖ le jus de fruit (sans sucre) remplace bien le lait : 2 % (n=4).

Question 24 – Mythes en lien avec les comportements alimentaires des enfants

Cette section présente le niveau d'accord des éducatrices à l'égard de différents mythes sur les comportements alimentaires des enfants.

Tableau 49 | Niveau d'accord des éducatrices à l'égard de mythes en lien avec les comportements alimentaires des enfants (n variables)

<i>La majorité des enfants...</i>	<i>En accord / légèrement en accord</i>		<i>Neutre</i>		<i>En désaccord / légèrement en désaccord</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...aiment le lait. (n=280)</i>	260	92,9%	7	2,5%	13	4,6%
<i>...aiment les desserts sucrés. (n=284)</i>	240	84,5%	17	6,0%	27	9,5%
<i>...préfèrent le pain blanc au pain brun. (n=279)</i>	84	30,1%	70	25,1%	125	44,8%
<i>...ne sont pas des mangeurs de mets végétariens. (n=282)</i>	77	27,3%	36	12,8%	169	59,9%
<i>...aiment les boissons gazeuses. (n=280)</i>	76	27,1%	72	25,7%	132	47,1%
<i>...ne sont pas des mangeurs de légumes. (n=282)</i>	64	22,7%	16	5,7%	202	71,6%
<i>...ne sont pas des mangeurs de poisson. (n=283)</i>	58	20,5%	22	7,8%	203	71,7%
<i>...ne sont pas des mangeurs de fruits. (n=284)</i>	20	7,0%	7	2,5%	257	90,5%

Plus de 80 % des éducatrices sont en accord avec les deux énoncés suivants :

- ❖ la majorité des enfants aiment le lait : 93 % (n=260);
- ❖ la majorité des enfants aiment les desserts sucrés : 84,5 % (n=240).

Entre 20 et 30 % des éducatrices sont d'accord les cinq énoncés suivants :

- ❖ la majorité des enfants préfèrent le pain blanc au pain brun : 30 % (n=84);
- ❖ la majorité des enfants ne sont pas des mangeurs de mets végétariens : 27 % (n=77);
- ❖ la majorité des enfants aiment les boissons gazeuses : 27 % (n=76);
- ❖ la majorité des enfants ne sont pas des mangeurs de légumes : 23 % (n=64);
- ❖ la majorité des enfants ne sont pas des mangeurs de poisson : 20,5 % (n=58).

Quant à l'énoncé « La majorité des enfants ne sont pas des mangeurs de fruits », 7 % (n=20) des éducatrices sont d'avis qu'il est vrai.

Question 25 – Pour moi, bien manger, c'est...

QUALITATIF – À VENIR

Question 26 – Engagement envers la saine alimentation

Cette section traite de l'engagement des éducatrices à l'égard de la saine alimentation selon les stades de disposition au changement de Prochaska.

Tableau 50 | Engagement des éducatrices envers la saine alimentation (n=278)

<i>Engagement envers la saine alimentation</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>J'ai fait des changements pour améliorer mon alimentation depuis plus de six mois.</i>	90	32,4%
<i>J'ai toujours eu une saine alimentation.</i>	82	29,5%
<i>J'ai fait des changements pour améliorer mon alimentation depuis moins de six mois.</i>	36	12,9%
<i>J'ai l'intention de faire des changements pour améliorer mon alimentation dans le prochain mois.</i>	28	10,1%
<i>J'ai l'intention de faire des changements pour améliorer mon alimentation dans les six prochains mois.</i>	24	8,6%
<i>L'amélioration de mon alimentation n'est pas une priorité pour l'instant.</i>	18	6,5%

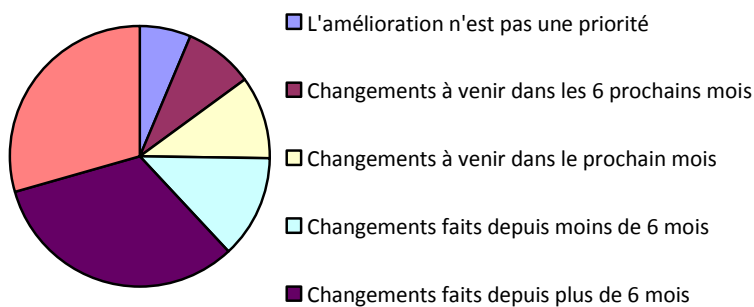


Figure 1 | Engagement des éducatrices envers la saine alimentation (n=278)

Environ le tiers des éducatrices ont indiqué avoir soit fait des changements pour améliorer leur alimentation depuis plus de six mois (32 % ou n=90), soit toujours eu une saine alimentation (29,5 % ou n=82).

Entre 10 et 15 % des participantes ont répondu soit avoir fait des changements pour améliorer leur alimentation depuis moins de six mois (13 % ou n=36), soit avoir l'intention de faire des changements pour améliorer leur alimentation dans le prochain mois (10 % ou n=28).

Moins de 10 % des répondantes ont mentionné soit avoir l'intention de faire des changements pour améliorer leur alimentation dans les six prochains mois (9 % ou n=24), soit ne pas considérer l'amélioration de leur alimentation comme une priorité pour l'instant (6,5 % ou n=18).

Question 27 – Préoccupations à l'égard de l'image corporelle

Cette section présente le niveau de préoccupation qu'ont les éducatrices à l'égard de leur image corporelle.

Tableau 51 | Niveau de préoccupation des éducatrices à l'égard de leur image corporelle (n=283)

	<i>Jamais</i>		<i>Rarement</i>		<i>De temps en temps</i>		<i>Souvent</i>		<i>Toujours</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>De manière générale, êtes-vous préoccupée par votre image corporelle?</i>	5	1,8%	15	5,3%	94	33,2%	108	38,2%	61	21,6%

Près de 22 % (n=61) des éducatrices mentionnent être toujours préoccupées par leur poids. Un peu plus de 38 % (n=108) des participantes mentionnent l'être souvent. Le tiers (n=94) des répondantes l'est de temps en temps. Un peu plus de 5 % (n=15) des participantes disent l'être rarement. Enfin, moins de 2 % (n=5) des éducatrices ne sont jamais préoccupées par leur poids.

Question 28 – Perceptions de l'image corporelle

Dans cette section est explorée la perception qu'ont les éducatrices de leur poids.

Tableau 52 | Perception des éducatrices à l'égard de leur poids (n=281)

	<i>Trop maigre</i>		<i>Maigre</i>		<i>Poids idéal</i>		<i>Grassouillette</i>		<i>Trop ronde</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Comment qualifiez-vous votre corps?</i>	1	0,4%	12	4,3%	125	44,5%	107	38,1%	36	12,8%

Moins de 1 % (n=1) des éducatrices se considèrent comme trop maigres. Un peu plus de 4 % (n=12) des participantes se jugent maigres. Près de 45 % (n=125) des répondantes considèrent leur poids idéal. Un peu plus de 38 % (n=107) des éducatrices se trouvent grassouillettes. Enfin, environ 13 % (n=36) des participantes se jugent trop rondes.

Question 29 – Poids corporel

Cette section traite des tentatives de gestion de poids effectuées par les éducatrices au cours de six derniers mois.

Tableau 53 | Tentatives de gestion de poids effectuées au cours des six derniers mois par les éducatrices (n variables)

<i>Au cours des six derniers mois, avez-vous essayé de...</i>	<i>Oui</i>		<i>Non</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...contrôler votre poids? (n=251)</i>	173	68,9%	78	31,1%
<i>...perdre du poids? (n=259)</i>	131	50,6%	128	49,4%
<i>...gagner du poids? (n=222)</i>	13	5,9%	209	94,1%

Près de 69 % (n=173) des éducatrices ont essayé de contrôler leur poids au cours des six derniers mois. Pendant cette même durée, elles ont également été la moitié (n=131) à avoir tenté de perdre du poids. Enfin, environ 6 % (n=13) des participantes ont essayé de gagner du poids.

Question 30 – Améliorations à apporter à l’offre alimentaire du service de garde

Cette section porte sur les modifications que les éducatrices aimeraient voir apporter à l’offre alimentaire de leur service de garde.

Tableau 54 | Niveau d’accord des éducatrices à l’égard des améliorations à apporter à l’offre alimentaire de leur service de garde (n variables)

<i>J’aimerais...</i>	<i>En accord / légèrement en accord</i>		<i>Neutre</i>		<i>En désaccord / légèrement en désaccord</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>Ajouter plus de variété au menu. (n=281)</i>	148	52,7%	65	23,1%	68	24,2%
<i>Augmenter la quantité d’aliments locaux servis au service de garde. (n=284)</i>	140	49,6%	85	30,1%	57	20,2%
<i>Augmenter la quantité de produits céréaliers à grains entiers servis au service de garde. (n=283)</i>	130	45,9%	72	25,4%	81	28,6%
<i>Augmenter la quantité de légumes servis au service de garde. (n=282)</i>	121	42,9%	61	21,6%	100	35,5%
<i>Augmenter la variété de desserts cuisinés servis aux dîners. (n=282)</i>	120	42,6%	68	24,1%	94	33,3%
<i>Que la quantité de sucre soit réduite dans les aliments préparés par le responsable de l’alimentation. (n=282)</i>	108	38,3%	59	20,9%	115	40,8%
<i>Que la quantité de gras soit réduite dans les aliments préparés par le responsable de l’alimentation. (n=283)</i>	107	37,8%	63	22,3%	117	39,9%
<i>Augmenter la quantité d’aliments biologiques servis au service de garde. (n=282)</i>	100	35,5%	96	34,0%	86	30,5%
<i>Que la quantité de sel soit réduite dans les aliments préparés par le responsable de l’alimentation. (n=283)</i>	95	33,6%	72	25,4%	116	41,0%
<i>Augmenter la quantité de fruits servis au service de garde. (n=283)</i>	92	32,5%	75	26,5%	116	41,0%
<i>Augmenter la quantité de mets végétariens servis au service de garde. (n=282)</i>	77	27,3%	91	32,3%	114	40,4%

De manière générale, les avis des éducatrices quant à l’amélioration de l’offre alimentaire semblent partagés entre les trois choix de réponse. Voici les résultats indiquant celles qui sont en accord ou légèrement en accord et en désaccord ou légèrement en désaccord avec les énoncés.

Environ 53 % (n=148) des éducatrices aimeraient ajouter plus de variété au menu, contre un peu plus de 24 % (n=62) qui ne sont pas de cet avis.

La moitié (n=140) des participantes souhaiterait augmenter la quantité d’aliments locaux servis au service de garde, contre un peu plus de 20 % (n=57) qui ne jugent pas ce changement nécessaire.

Près de 46 % (n=130) des répondantes désireraient augmenter la quantité de produits céréaliers à grains entiers servis au service de garde, contre près de 29 % (n=81) qui ne considèrent pas ce changement nécessaire.

Environ des 43 % (n=121) des éducatrices aimeraient augmenter la quantité de légumes servis au service de garde, contre 35,5 % (n=100) qui ne sont pas de cet avis.

Environ 43 % (n=120) des participantes souhaiteraient augmenter la variété de desserts cuisinés servis aux dîners, contre le tiers (n=94) qui ne juge pas ce changement nécessaire.

Un peu plus de 38 % (n=108) des répondantes désireraient que la quantité de sucre soit réduite dans les aliments préparés par le responsable de l'alimentation, contre environ 41 % (n=115) qui ne considèrent pas ce changement nécessaire.

Près de 39 % (n=107) des éducatrices souhaiteraient que la quantité de gras soit réduite dans les aliments préparés par le responsable de l'alimentation, contre environ 40 % (n=117) qui ne sont pas de cet avis.

Plus du tiers (n=100) des répondantes désireraient augmenter la quantité d'aliments biologiques servis au service de garde, contre 30,5 % (n=86) qui ne jugent pas ce changement nécessaire.

Près de 34 % (n=95) des participantes aimeraient que la quantité de sel soit réduite dans les aliments préparés par le responsable de l'alimentation, contre 41 % (n=116) qui ne sont pas de cet avis.

Environ le tiers (n=92) des éducatrices souhaiterait augmenter la quantité de fruits servis au service de garde, contre 41 % (n=116) qui ne jugent pas ce changement nécessaire.

Un peu plus de 27 % (n=77) des répondantes désireraient augmenter la quantité de mets végétariens servis au service de garde, contre un peu plus de 40 % (n=114) qui ne considèrent pas ce changement nécessaire.

5^e partie : Besoins en formation

La cinquième partie présente les résultats obtenus aux deux questions examinant les conseils et les informations relativement à l'alimentation et à la nutrition que souhaitent recevoir les éducatrices, de même que les moyens qu'elles privilégient pour se faire transmettre ces renseignements. Elles sont 295 à avoir répondu aux questions.

Question 31 – Conseils et informations à recevoir

Cette section traite des conseils et des informations sur divers sujets que souhaitent recevoir les éducatrices.

Tableau 55 | Niveau d'intérêt des éducatrices pour l'obtention de renseignements sur différents sujets (n variables)

<i>J'aimerais recevoir des conseils ou des informations sur...</i>	<i>Intéressée</i>		<i>Un peu intéressée</i>		<i>Pas intéressée</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...les difficultés en alimentation associées au comportement des enfants (ex. : refus de manger, caprice). (n=284)</i>	240	84,5%	28	9,9%	16	5,6%
<i>...les troubles de l'alimentation chez les enfants (ex. : anorexie, glotonnerie). (n=283)</i>	231	81,6%	42	14,8%	10	3,5%
<i>...des activités en lien avec l'alimentation. (n=283)</i>	231	81,6%	35	12,4%	17	6,0%
<i>...les allergies et les intolérances alimentaires (n=280)</i>	223	79,6%	45	16,1%	12	4,3%
<i>...des activités en lien avec la nutrition. (n=281)</i>	219	77,9%	41	14,6%	21	7,5%
<i>...l'obésité infantile. (n=281)</i>	212	75,4%	50	17,8%	19	6,8%

<i>J'aimerais recevoir des conseils ou des informations sur...</i>	<i>Intéressée</i>		<i>Un peu intéressée</i>		<i>Pas intéressée</i>	
	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>	<i>Effectif</i>	<i>N %</i>
<i>...des activités avec de la nutrition et de la cuisine. (n=278)</i>	204	73,4%	48	17,3%	26	9,4%
<i>...le développement du goût chez les enfants. (n=280)</i>	201	71,8%	59	21,1%	20	7,1%
<i>...la grosseur des portions pour un enfant de moins de 5 ans. (n=280)</i>	197	70,4%	53	18,9%	30	10,7%
<i>...des bonnes sources d'informations en nutrition. (n=274)</i>	188	68,6%	57	20,8%	29	10,6%
<i>...la compréhension des étiquettes nutritionnelles. (n=278)</i>	181	65,1%	58	20,9%	39	14,0%
<i>...l'alimentation et les enfants diabétiques. (n=278)</i>	171	61,5%	77	27,3%	31	11,2%
<i>...les maladies en lien avec l'alimentation (ex. : maladie cœliaque). (n=279)</i>	171	61,3%	77	27,6%	31	11,1%
<i>...la nutrition en général. (n=282)</i>	167	59,2%	81	28,7%	34	12,1%
<i>...l'introduction des aliments complémentaires. (n=275)</i>	162	58,9%	87	31,6%	26	9,5%
<i>...les aliments en général. (n=273)</i>	152	55,7%	81	29,7%	40	14,7%
<i>...l'alimentation et les enfants trisomiques. (n=274)</i>	146	53,3%	73	26,6%	55	20,1%
<i>...l'alimentation et les enfants déficients mentaux. (n=274)</i>	146	53,3%	71	25,9%	57	20,8%
<i>...le Guide alimentaire canadien. (n=274)</i>	145	52,9%	81	29,6%	48	17,5%
<i>...la pauvreté alimentaire. (n=279)</i>	139	49,8%	87	31,2%	53	19,0%
<i>...l'hygiène et la salubrité. (n=276)</i>	119	43,1%	97	35,1%	60	21,7%
<i>Autres sujets (n=65)</i>	23	35,4%	7	10,8%	35	53,8%

Plus de 70 % des éducatrices sont intéressées à recevoir des informations sur les neuf sujets suivants :

- ❖ les difficultés en alimentation associées au comportement des enfants (ex. : refus de manger, caprice) : 84,5 % (n=240);
- ❖ les troubles de l'alimentation chez les enfants (ex. : anorexie, glotonnerie) : 82 % (n=231);
- ❖ les activités en lien avec l'alimentation : 82 % (n=231);
- ❖ les allergies et les intolérances alimentaires : 80 % (n=223);
- ❖ les activités en lien avec la nutrition : 78 % (n=219);
- ❖ l'obésité infantile : 75 % (n=212);
- ❖ les activités avec de la nutrition et de la cuisine : 73 % (n=204);
- ❖ le développement du goût chez les enfants : 72 % (n=201);
- ❖ la grosseur des portions pour un enfant de moins de 5 ans : 70 % (n=197).

Entre 50 % et 70 % des éducatrices sont intéressées à recevoir des informations sur les 12 sujets suivants :

- ❖ les bonnes sources d'informations en nutrition : 69 % (n=188);
- ❖ la compréhension des étiquettes nutritionnelles : 65 % (n=181);
- ❖ l'alimentation et les enfants diabétiques : 61,5% (n=171);
- ❖ les maladies en lien avec l'alimentation (ex. : maladie cœliaque) : 61 % (n=171);
- ❖ la nutrition en général : 59 % (n=167);
- ❖ l'introduction des aliments complémentaires : 59 % (n=162);

- ❖ les aliments en général : 56 % (n=152);
- ❖ l'alimentation et les enfants trisomiques : 53 % (n=146);
- ❖ l'alimentation et les enfants déficients mentaux : 53 % (n=146);
- ❖ le Guide alimentaire canadien : 53 % (n=145);
- ❖ la pauvreté alimentaire : 50 % (n=139);
- ❖ l'hygiène et la salubrité : 43 % (n=119).

Enfin, plus du tiers (n=24) des répondantes sont intéressées à recevoir des informations sur n'importe quel autre sujet qui les aiderait à toujours mieux accomplir leur travail.

Question 32 – Moyens de transmission des informations

Les résultats de cette section illustrent les moyens par lesquels les éducatrices souhaitent recevoir de l'information concernant l'alimentation ou la nutrition pour leur travail.

Tableau 56 | Moyens par lesquels les éducatrices souhaitent recevoir de l'information (n variables)

<i>J'aimerais recevoir de l'information par l'intermédiaire de...</i>	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>...documents à lire (ex. : brochure, feuillet) déjà imprimés (n=266)</i>	228	85,7%	38	14,3%
<i>...photographies explicatives (ex. : taille des portions) déjà imprimées (n=265)</i>	213	80,4%	52	19,6%
<i>...documents à lire (ex. : brochure, feuillet) accessibles par Internet (n=261)</i>	182	69,7%	79	30,3%
<i>...formations où je serais présente en personne. (n=259)</i>	178	68,7%	81	31,3%
<i>...photographies explicatives (ex. : taille des portions) accessibles par Internet (n=259)</i>	161	62,2%	98	37,8%
<i>...vidéos explicatives que je consulterais selon mes disponibilités accessibles par Internet (n=248)</i>	134	54,0%	114	46,0%
<i>...échanges organisés avec d'autres éducatrices où je serais présente en personne (n=251)</i>	125	49,8%	126	50,2%
<i>...vidéos explicatives que je consulterais selon mes disponibilités remises sur CD (n=247)</i>	113	45,7%	134	54,3%
<i>...formations accessibles par Internet (n=251)</i>	110	43,8%	141	56,2%
<i>...coach à qui je soumettrais toutes mes questions accessible par Internet (n=245)</i>	103	42,0%	142	58,0%
<i>...documents à lire (ex. : brochure, feuillet) remis sur CD (n=252)</i>	98	38,9%	154	61,1%
<i>...photographies explicatives (ex. : taille des portions) remises sur CD (n=242)</i>	92	38,0%	150	62,0%
<i>...coach à qui je soumettrais toutes mes questions en personne (n=245)</i>	83	33,9%	162	66,1%
<i>...échanges organisés avec d'autres éducatrices accessibles par Internet (ex. : forums de discussion) (n=240)</i>	71	29,6%	169	70,4%
<i>...coach à qui je soumettrais toutes mes questions accessible par téléphone. (n=234)</i>	34	14,5%	200	85,5%

Deux moyens de transmission d'informations sont privilégiés par 80 % et plus des éducatrices :

- ❖ documents à lire déjà imprimés : 86 % (n=228);
- ❖ photographies explicatives (ex. : taille des portions) déjà imprimées : 80 % (n=213).

Entre 40 % et 70 % des éducatrices aimeraient recevoir des informations par l'intermédiaire des huit moyens suivants :

- ❖ documents à lire accessibles par Internet : 70 % (n=182);
- ❖ formations où je serais présente en personne : 69 % (n=178);
- ❖ photographies explicatives accessibles par Internet : 62 % (n=161);
- ❖ vidéos explicatives que je consulterais selon mes disponibilités accessibles par Internet : 54 % (n=134);
- ❖ échanges organisés avec d'autres éducatrices où je serais présente en personne : 50 % (n=125);
- ❖ vidéos explicatives que je consulterais selon mes disponibilités remises sur CD : 46 % (n=113);
- ❖ formations accessibles par Internet : 44 % (n=110);
- ❖ coach à qui je soumettrais toutes mes questions accessible par Internet : 42 % (n=103).

Moins de 40 % des éducatrices souhaitent obtenir des informations par l'intermédiaire des cinq moyens suivants :

- ❖ documents à lire remis sur CD : 39 % (n=98);
- ❖ photographies explicatives remises sur CD : 38 % (n=92);
- ❖ coach à qui je soumettrais toutes mes questions en personne : 34 % (n=83);
- ❖ échanges organisés avec d'autres éducatrices accessibles par Internet : 30 % (n=71);
- ❖ coach à qui je soumettrais toutes mes questions accessible par téléphone : 14,5 % (n=34).

6^e partie : Profil des éducatrices

La sixième partie dresse le portrait sociodémographique des 295 éducatrices ayant répondu aux questions. Différents facteurs sont pris en considération : la formation, le niveau de scolarité de la répondante, les années d'expérience en service de garde, le nombre d'années occupées au poste actuel, le nombre d'éducatrices travaillant au même service de garde, l'horaire de travail, le sexe, la nationalité, l'âge, le fait d'avoir des enfants ou non, l'âge de ces derniers le cas échéant, la fréquentation par ceux-ci d'un service de garde et, enfin, les personnes responsables au domicile des achats alimentaires et de la préparation des repas.

Question 33 – Formation des éducatrices

Les résultats suivants indiquent la proportion d'éducatrices ayant obtenu un diplôme dans un domaine d'étude donné.

Tableau 57 | Diplômes des éducatrices (n=295)

Formation	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Diplôme d'études collégiales en techniques d'éducation à l'enfance</i>	90	30,5%	205	69,5%
<i>Diplôme d'études collégiales en techniques d'éducation en service de garde</i>	83	28,1%	212	71,9%
<i>Attestation d'études collégiales en techniques d'éducation à l'enfance</i>	64	21,7%	231	78,3%
<i>Attestation d'études collégiales en techniques d'éducation en service de garde</i>	30	10,2%	265	89,8%
<i>Certificat universitaire spécialisé en petite enfance</i>	28	9,5%	267	90,5%
<i>Diplôme d'études collégiales en techniques d'éducation spécialisée</i>	13	4,4%	282	95,6%
<i>Diplôme obtenu à l'étranger reconnu au Québec</i>	8	2,7%	287	97,3%
<i>Baccalauréat en éducation préscolaire</i>	6	2,0%	289	98,0%
<i>Baccalauréat en psychologie</i>	5	1,7%	290	98,3%
<i>Baccalauréat en psychoéducation</i>	2	0,7%	293	99,3%

Formation	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Baccalauréat en adaptation scolaire et sociale</i>	2	0,7%	293	99,3%
<i>Baccalauréat en petite enfance</i>	1	0,3%	294	99,7%
<i>Diplôme d'études collégiales en techniques de travail social</i>	0	0%	295	100%
<i>Attestation d'études collégiales en services à l'enfance autochtone</i>	0	0%	295	100%
<i>Baccalauréat en orthopédagogie</i>	0	0%	295	100%

Les quatre formations que possèdent majoritairement les éducatrices sont les suivantes :

- ❖ diplôme d'études collégiales en techniques d'éducation à l'enfance : 30,5 % (n=90);
- ❖ diplôme d'études collégiales en techniques d'éducation en service de garde : 28 % (n=83);
- ❖ attestation d'études collégiales en techniques d'éducation à l'enfance : 22 % (n=64);
- ❖ attestation d'études collégiales en techniques d'éducation en service de garde : 10 % (n=30).

Moins de 10 % des répondantes ont indiqué avoir une autre formation telle qu'un certificat universitaire spécialisé en petite enfance, un diplôme d'études collégiales en techniques d'éducation spécialisée ou un baccalauréat en éducation préscolaire, en psychologie, en psychoéducation, en adaptation scolaire et sociale et en petite enfance.

Enfin, aucune ne possède de diplôme d'études collégiales en techniques de travail social, d'attestation d'études collégiales en services à l'enfance autochtone ou de baccalauréat en orthopédagogie.

Question 34 – Niveau de scolarité des éducatrices

Les résultats suivants indiquent le niveau de scolarité le plus élevé qu'ont atteint les éducatrices, catégorisé selon différents types de diplômes.

Tableau 58 | Niveau de scolarité le plus élevé des éducatrices (n=285)

Niveau de scolarité	Effectif	N %
<i>Études collégiales (CÉGEP)</i>	201	70,5%
<i>Études universitaires</i>	65	22,8%
<i>Études secondaires terminées</i>	10	3,5%
<i>École de métier, collège commercial, école spécialisée</i>	7	2,5%
<i>Études secondaires partielles</i>	2	0,7%

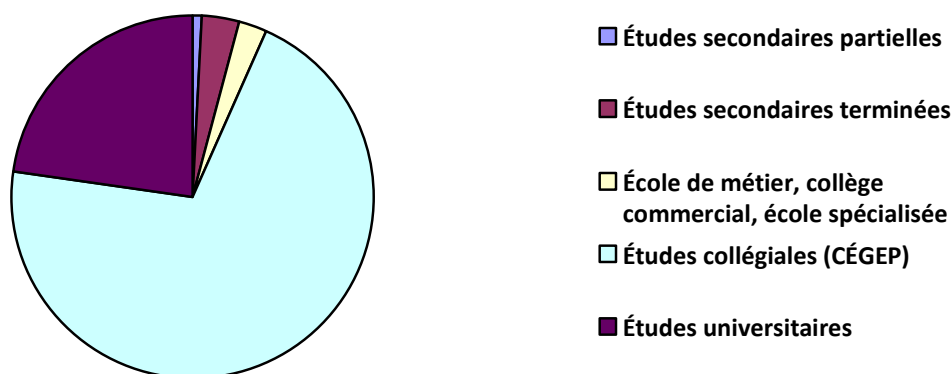


Figure 2 | Niveau de scolarité le plus élevé des éducatrices (n=285)

La majorité des éducatrices, soit plus de 70 % (n=201), a comme niveau de scolarité le plus élevé un diplôme d'études collégiales. Ensuite, moins de 23 % (n=65) des répondantes ont obtenu un diplôme d'études universitaires. Enfin, moins de 5 % des participantes ont un diplôme soit d'études secondaires (3,5 % ou n=10), soit d'une école de métier, d'un collège commercial ou d'une école spécialisée (2,5 % ou n=7). Moins de 1 % (n=2) des éducatrices n'ont pas terminé leurs études secondaires.

Question 35 – Années d'expérience en éducation à la petite enfance en service de garde

Les résultats suivants présentent le nombre d'années d'expérience des éducatrices en éducation à la petite enfance en service de garde.

Tableau 59 | Années d'expérience des éducatrices en éducation à la petite enfance en service de garde (n=284)

<i>Années d'expérience en éducation à la petite enfance</i>	Effectif	N %
6 à 10 ans	92	32,4%
11 à 15 ans	58	20,4%
5 ans et –	54	19,0%
16 à 20 ans	44	15,5%
21 à 25 ans	25	8,8%
26 ans et +	11	3,9%

En moyenne, les éducatrices comptent près de 12 ans (11,86 ans +/- 7,11) d'expérience en service de garde.

La plus forte proportion d'éducatrices, soit 32 % (n=92), compte entre 6 et 10 années d'expérience en éducation à la petite enfance. Un peu plus de 20 % (n=58) des répondantes ont entre 11 et 15 ans d'expérience. Elles sont 19 % (n=54) à avoir 5 ans ou moins d'expérience dans ce domaine et 15,5 % (n=44) à compter entre 16 et 20 ans d'expérience. Moins de 9 % (n=25) et environ 4 % (n=11) des participantes possèdent, respectivement, entre 21 et 25 années ainsi que 26 ans ou plus d'expérience.

Question 36 – Nombre d’années d’expérience au poste actuel

Les résultats suivants présentent le nombre d’années depuis lequel les éducatrices sont en poste au sein du service de garde où elles travaillent actuellement.

Tableau 60 | Années d’expérience au poste d’éducatrice dans le service de garde actuel (n=283)

Années d’expérience au poste actuel	Effectif	N %
<i>Entre 6 et 10 ans</i>	102	36,0%
<i>5 ans et –</i>	92	32,5%
<i>Entre 11 et 15 ans</i>	43	15,2%
<i>Entre 16 et 20 ans</i>	26	9,2%
<i>Entre 21 et 25 ans</i>	16	5,7%
<i>26 ans et +</i>	4	1,4%

En moyenne, les éducatrices occupent depuis un peu plus de 9 ans (9,11 ans +/- 6,42) leur poste au service de garde où elles travaillent actuellement.

La plus forte proportion d’éducatrices, soit 36 % (n=102), est en poste depuis entre 6 et 10 ans. Environ le tiers (n=92) des répondantes y sont depuis 5 ans ou moins. Un peu plus de 15 % (n=43) des participantes comptent entre 11 et 15 ans au poste actuel. Moins de 10 % (n=26) d’entre elles occupent leur poste depuis entre 16 et 20 ans. Environ 6 % (n=16) des participantes y sont depuis entre 21 et 25 ans. Enfin, moins de 2 % (n=4) des répondantes comptent 26 ans et plus à ce poste.

Question 37 – Nombre d’éducatrices en poste au service de garde

Les résultats suivants indiquent le nombre d’éducatrices en poste dans les services de garde examinés.

Tableau 61 | Nombre d’éducatrices en poste au service de garde (n=278)

Nombre d’éducatrices en poste	Effectif	N %
<i>Entre 11 et 20 éducatrices</i>	151	54,3%
<i>10 éducatrices et moins</i>	83	29,9%
<i>Entre 21 et 30 éducatrices</i>	26	9,4%
<i>Entre 31 et 40 éducatrices</i>	11	4,0%
<i>41 éducatrices et plus</i>	7	2,5%

En moyenne, elles sont près de 16 éducatrices (15,59 éducatrices +/-9,13) en poste dans les services de garde.

La majorité des services de garde, soit 54 % (n=151), comptent entre 11 et 20 éducatrices en poste. Environ 30 % (n=83) des services de garde ont en leur sein 10 éducatrices moins. Moins de 10 % (n=26) des services de garde disposent des services d’entre 21 et 30 éducatrices alors que, dans 4 % (n=11) de ceux-ci, elles sont entre 31 et 40 à y travailler. Enfin, 2,5 % (n=7) des services de garde comptent 41 éducatrices et plus en poste.

Question 38 – Horaire de travail

Les résultats suivants indiquent l'horaire de travail, à temps plein ou à temps partiel, qu'ont les éducatrices en service de garde.

Tableau 62 | Horaire de travail des éducatrices (n=285)

<i>Horaire de travail</i>	Effectif	N %
<i>Temps plein</i>	272	95,4%
<i>Temps partiel</i>	13	4,6%

La majorité des éducatrices, soit plus de 95 % (n=272), travaille à temps plein alors qu'elles sont moins de 5 % (n=13) à être en poste à temps partiel.

Question 39 – Sexe

Les résultats suivants présentent le sexe des éducatrices interrogées.

Tableau 63 | Sexe des éducatrices (n=284)

<i>Sexe</i>	Effectif	N %
<i>Femme</i>	276	97,2%
<i>Homme</i>	8	2,8%

La majorité des éducatrices, soit plus de 97 % (n=276), est des femmes, contre une représentation masculine s'élevant à moins de 3 % (n=8).

Question 40 – Nationalité des éducatrices

Les résultats suivants indiquent la nationalité des éducatrices interrogées.

Tableau 64 | Nationalité des éducatrices (n=280)

<i>Nationalité</i>	Effectif	N %
<i>Canadienne</i>	260	92,9%
<i>Autre</i>	20	7,1%

La majorité des éducatrices, soit environ 93 % (n=260), est d'origine canadienne alors qu'elles sont un peu plus de 7 % (n=20) à être d'une autre nationalité. La majorité des répondantes d'une autre nationalité vient soit de l'Amérique latine et des Caraïbes (plus particulièrement d'Haïti), soit de l'Afrique (plus particulièrement de l'Algérie).

Question 41 – Âge des éducatrices

Les résultats suivants présentent l'âge des éducatrices interrogées.

Tableau 65 | Âge des éducatrices (n=269)

Catégories d'âge des éducatrices	Effectif	N %
Entre 26 et 35 ans	101	37,5%
Entre 36 et 45 ans	88	32,7%
Entre 46 et 55 ans	48	17,8%
25 ans et moins	25	9,3%
56 ans et plus	7	2,6%

L'âge moyen des éducatrices s'élève à un peu plus de 37 ans (37,11 ans +/- 9,12).

La forte proportion des éducatrices, soit 37,5 % (n=101), sont âgées entre 26 et 35 ans. Environ le tiers (n=88) des répondantes ont entre 36 et 45 ans. Près de 18 % (n=48) des participantes sont âgées de 46 à 55 ans. Moins de 10 % (n=25) des éducatrices ont 25 ans et moins tandis que près de 3 % (n=7) d'entre elles sont âgées de 56 ans et plus.

Questions 42 et 43 – Enfants des éducatrices et leur âge

Les résultats des deux tableaux suivants indiquent le nombre d'éducatrices qui ont des enfants ainsi que l'âge de ces derniers.

Tableau 66 | Nombre d'éducatrices mères d'enfants (n=284)

	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Les éducatrices ont-elles des enfants?</i>	206	72,5%	78	27,5%

Près des trois quarts (n=206) des éducatrices sont mères d'enfants, contre un peu plus du quart (n=78) des répondantes qui n'en ont pas.

Tableau 67 | Âge des enfants des éducatrices (n=295)

Catégories d'âge	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Préscolaire</i>	86	29,2%	209	70,8%
<i>Primaire</i>	86	29,2%	209	70,8%
<i>Secondaire</i>	51	17,3%	244	82,7%
<i>Postsecondaire</i>	50	16,9%	245	83,1%

Un peu plus de 29 % (n=86) des enfants des éducatrices sont d'âge soit préscolaire, soit primaire. Un peu plus de 17 % (n=51) des enfants vont au secondaire et environ 17 % (n=50) sont d'âge postsecondaire.

Questions 44 et 45 – Enfants des éducatrices en service de garde

Les résultats des deux tableaux qui suivent présentent le nombre d'éducatrices qui ont des enfants en service de garde et le nombre de celles dont les enfants sont gardés dans leur propre service de garde.

Tableau 68 | Nombre d'éducatrices ayant des enfants en service de garde (n=211)

	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Les éducatrices ont-elles des enfants en service de garde?</i>	80	37,9%	131	62,1%

Près de 38 % (n=80) des éducatrices ont des enfants en service de garde, contre 62 % (n=131) dont les enfants ne sont pas en service de garde.

Tableau 69 | Nombre d'éducatrices ayant des enfants dans leur service de garde (n=109)

	Oui		Non	
	Effectif	N %	Effectif	N %
<i>Les éducatrices font-elles garder leurs enfants dans leur service de garde?</i>	56	51,4%	53	48,6%

Plus de 51 % (n=56) des éducatrices ont des enfants dans le même service de garde où elles travaillent, contre près de 49 % (n=53) dont ce n'est pas le cas.

Questions 46 et 47 – Achats alimentaires et préparation des repas

Les résultats des deux tableaux suivants indiquent les personnes responsables des achats alimentaires et de la préparation des repas au domicile des éducatrices.

Tableau 70 | Personne responsable au domicile des achats alimentaires (n=285)

<i>Personne responsable des achats alimentaires</i>	Effectif	N %
<i>Moi</i>	142	49,8%
<i>Mon conjoint et moi</i>	127	44,6%
<i>Quelqu'un d'autre</i>	11	3,9%
<i>Mon conjoint</i>	5	1,8%

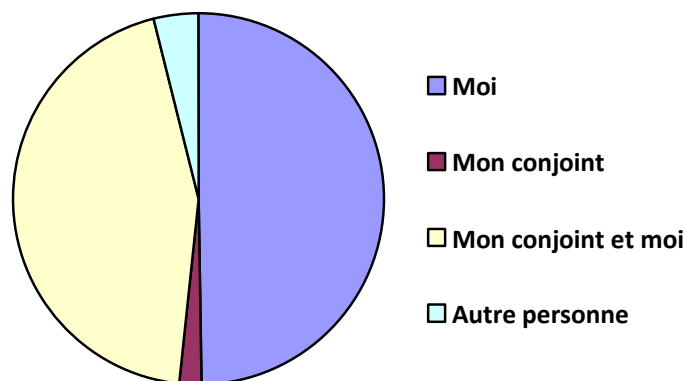


Figure 3 | Personne responsable au domicile des achats alimentaires (n=283)

Environ la moitié (n=142) des éducatrices sont les principales responsables des achats alimentaires à leur domicile. Près

de 45 % (n=127) des répondantes ont indiqué qu'elles et leur conjoint se partagent les tâches liées aux achats alimentaires. Environ 4 % (n=11) des participantes ont mentionné que c'est une autre personne qui est responsable des achats alimentaires. Parmi ces personnes, les éducatrices ont indiqué que ce sont, entre autres, leurs parents et leur mère. Il arrive également que les enfants participent au processus. Enfin, moins de 2 % (n=5) des répondantes ont mentionné que leur conjoint s'occupe des achats alimentaires.

Tableau 71 | Personne responsable au domicile de la préparation des repas (n=284)

<i>Personne responsable de la préparation alimentaire</i>	Effectif	N %
<i>Moi</i>	143	50,4%
<i>Mon conjoint et moi</i>	120	42,3%
<i>Quelqu'un d'autre</i>	11	3,9%
<i>Mon conjoint</i>	10	3,5%

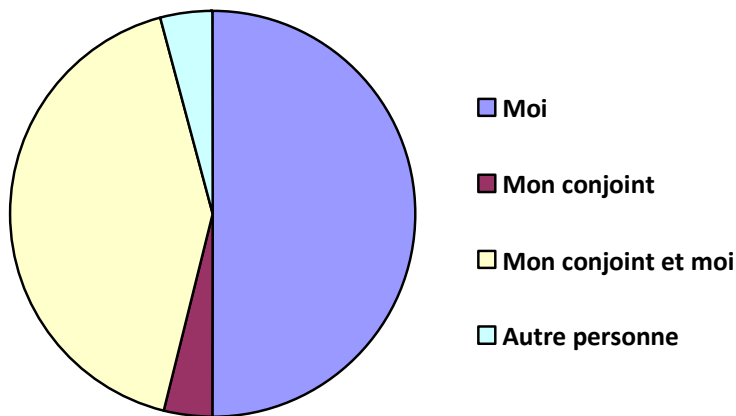


Figure 4 | Personne responsable au domicile de la préparation des repas (n=283)

Un peu plus de la moitié (n=143) des éducatrices s'occupent principalement de la préparation des repas. Un peu plus de 42 % (n=120) des répondantes ont indiqué qu'elles et leur conjoint se partagent les tâches liées à la préparation des repas. Environ 4 % (n=11) des participantes ont mentionné que c'est une autre personne qui est responsable de la préparation des repas. Parmi ces personnes, les éducatrices ont indiqué que ce sont, entre autres, leurs parents et leur mère. Il arrive également que les enfants participent au processus. Enfin, 3,5 % (n=10) des répondantes ont mentionné que leur conjoint s'occupe de la préparation des repas.