

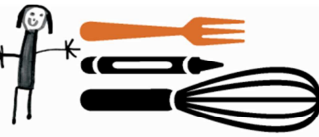
Quelques résultats de l'an 2 : les Éducatrices

Nous vous présentons quelques résultats issus de notre collecte de données auprès de 325 éducatrices qui a eu lieu lors du printemps 2010.

Les objectifs de notre étude étaient d'explorer chez les éducatrices...

- leur attitude générale à l'égard de l'appétit des enfants;
- leurs pratiques alimentaires aux repas lors de différentes situations soit lorsque l'enfant est en surpoids, lorsque l'enfant est de petit poids, lorsque l'enfant ne termine pas son repas ou déclare ne pas avoir faim;
- la perception de leurs responsabilités à l'égard de l'éducation alimentaire et nutritionnelle des petits en comparaison avec celles des parents
- la perception de leur propre poids;
- leurs besoins de formations/conseils en lien avec l'alimentation et la nutrition des enfants.





1- L'appétit de l'enfant

L'appétit des enfants varie en fonction de plusieurs facteurs environnementaux. De plus, plusieurs études confirment l'importance de respecter l'appétit d'un enfant afin qu'il développe une relation saine avec la nourriture. Nous avons donc sondé les éducatrices sur leurs connaissances en lien avec l'appétit de l'enfant. Il en ressort que :

- 100% des éducatrices énoncent que *l'appétit des enfants peut être très variable, d'un enfant à l'autre et d'une journée à l'autre*;
- 93% des éducatrices *encouragent les enfants à reconnaître leurs signaux de faim et de satiété*;
- 76% des éducatrices affirment qu'*un enfant ayant un gros appétit et qui mange beaucoup ne risque pas de devenir obèse* ;
- 53% des éducatrices affirment qu'*un enfant ayant de l'embonpoint ne risque pas de rester ainsi toute sa vie s'il continue de manger selon son appétit*.

2- La perception des responsabilités des éducatrices à l'égard de l'éducation alimentaire et nutritionnelle des enfants

Les parents, les éducateurs et les autres adultes présents dans la vie des enfants contribuent de façon importante à façonner les comportements et les préférences des enfants, notamment par leurs paroles, leurs habitudes et leur attitude.

- 76% des éducatrices croient que leur rôle est tout aussi important que celui des parents concernant l'éducation alimentaire des enfants en services de garde;
- 30% des éducatrices croient que ce sont les parents qui ont le rôle déterminant dans l'éducation alimentaire de leur enfant;
- 21% des éducatrices croient qu'il est important de ne pas se substituer aux parents en ce qui concerne l'éducation alimentaire des enfants en service de garde;
- 10% des éducatrices croient que pour certains enfants, leur rôle est plus important que celui des parents dans l'éducation alimentaire de leur enfant;
- 46% des éducatrices échangent entre elles sur l'importance de leur rôle dans l'éducation alimentaire des enfants en service de garde.

3- Les sources d'informations

Nous étions curieux de connaître les sources les plus fréquentes d'information en lien avec l'alimentation et la nutrition. Nous voulions connaître à quel point les éducatrices font confiance à ces sources d'information. Voici ce qu'il en ressort.

- Plus de la moitié des éducatrices ont identifié comme source d'information les magazines (72%), les cuisinières du service de garde (69%), les livres (65%), les sites Web (58%) et les autres éducatrices (50%).
- D'autre part, moins de la moitié des éducatrices utilisent comme source d'information leurs parents et amis (46%), les médecins (43%), les nutritionnistes (42%), le matériel du gouvernement (42%), leurs notes de cours (41%) et les parents d'enfants (38%).





- Les éducatrices déclarent avoir majoritairement confiance envers les nutritionnistes (94%), les médecins (89%), les livres (89%) et le matériel du gouvernement (84%).
- Les éducatrices disent avoir peu confiance envers les parents d'enfant (66%), la radio (67%), les magasins d'aliments naturels (68%) et leurs amis (69%).

4- Les attitudes et pratiques alimentaires au repas

Partageant régulièrement leurs repas avec les enfants, les éducatrices constituent des ressources importantes pour le soutien aux familles en profitant des moments d'intimité pour parler à l'enfant, lui transmettre des connaissances, être un modèle et l'aider à développer de bonnes habitudes d'hygiène et de vie. Dans cette optique, nous avons recensé les différentes pratiques et attitudes alimentaires qui peuvent entrer en ligne de compte lors des repas. Pour ce faire, nous avons questionné les éducatrices sur certaines mises en situation délicates à gérer. En voici quelques-unes.

Mise en situation 1

« Vous faites face à une petite fille qui a de l'embonpoint. Au moment du repas, lesquelles de ces stratégies êtes-vous susceptibles d'utiliser? »

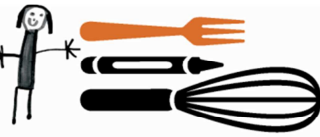
- **77%** des éducatrices *serviraient à cette enfant la même quantité d'aliments qu'aux autres enfants*
- **43%** des éducatrices *discutent avec les parents de cet enfant de leurs inquiétudes sur le poids actuel de leur enfant*
- **33%** des éducatrices *appliquent la politique de leur milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation*
- **19%** des éducatrices *laissent l'enfant choisir la quantité de nourriture qu'elle veut manger*
- **16%** des éducatrices *ne se préoccupent pas de l'embonpoint de cet enfant*
- **4%** des éducatrices *éviteraient de servir certains aliments qu'elles jugent plus engraisants pour cet enfant*

Mise en situation 2

« Vous faites face à une petite fille que vous trouvez de petit poids. Au moment du repas, lesquelles de ces stratégies êtes-vous susceptibles d'utiliser? »

- **42%** des éducatrices *discutent de leur impression que cet enfant est de trop petit poids avec ses parents*
- **42%** des éducatrices *appliquent la politique de leur milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation*
- **35%** des éducatrices *laissent l'enfant choisir la quantité de nourriture qu'elle veut manger*
- **17%** des éducatrices *ne se préoccupent pas du petit poids de cet enfant*
- **9%** des éducatrices *disent subtilement à l'enfant qu'il faut qu'elle fasse attention à bien manger pour pouvoir grandir*
- **6%** des éducatrices *donnent tout le temps un dessert à cet enfant*





Mise en situation 3

« Vous constatez qu'un enfant n'a pas terminé son repas ou déclare ne pas avoir faim. Lesquelles de ces stratégies êtes-vous susceptibles d'utiliser? »

- 50% des éducatrices **demandent à l'enfant pourquoi il n'a pas terminé son repas**
- 49% des éducatrices **complimentent l'enfant lorsqu'il aura fini son repas (ex : « c'est bien, tu as fini ton repas! »)**
- 36% des éducatrices **appliquent la politique de leur milieu de garde qui a prévu l'attitude à adopter dans cette situation**
- 34% des éducatrices **finissent leur repas pour inciter l'enfant à en faire de même**
- 23% des éducatrices **parlent avec les parents et discutent avec eux de l'alimentation à la maison**
- 14% des éducatrices **utilisent le raisonnement pour faire manger l'enfant (ex : « finir ton repas te fera grandir et te rendra fort »)**
- 8% des éducatrices **demandent à l'enfant de finir son repas**
- 5% des éducatrices **utilisent une ruse telle que « termine ton repas si tu veux aller jouer » pour inciter l'enfant à manger**

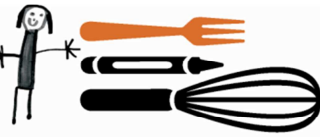
5- La relation des éducatrices avec la saine alimentation et leur image corporelle

La petite enfance est une période de la vie associée au développement des habitudes et des préférences alimentaires. Considérant que les éducatrices sont des modèles pour les enfants, il est pertinent d'en connaître plus sur leurs comportements et leurs perceptions face à la saine alimentation et à l'image corporelle qu'elles ont d'elles-mêmes.

Alimentation des éducatrices

- 7% des éducatrices **ne considèrent pas que l'amélioration de leur alimentation soit une priorité pour l'instant**
- 9% des éducatrices ont l'intention de faire des changements pour améliorer leur alimentation dans les prochains 6 mois
- 10% des éducatrices ont l'intention de faire des changements pour améliorer leur alimentation dans le prochain mois
- 13% des éducatrices ont fait des changements pour améliorer leur alimentation et ceci depuis moins de 6 mois
- 32% des éducatrices ont fait des changements pour améliorer leur alimentation et ceci depuis plus de 6 mois
- 30% des éducatrices ont toujours eu une saine alimentation





Caractérisation de leur corps

- **0,5%** des éducatrices **se perçoivent** comme étant « **trop maigre** »
- **4%** des éducatrices **se perçoivent** comme étant « **maigre** »
- **45%** des éducatrices **se perçoivent** comme étant de « **poids idéal** »
- **38%** des éducatrices **se perçoivent** comme étant « **grassouillette** »
- **13%** des éducatrices **se perçoivent** comme étant « **trop ronde** »

Préoccupation face à leur image corporelle

- **2%** des éducatrices **ne se préoccupent jamais** de leur image corporelle
- **5%** des éducatrices **se préoccupent rarement** de leur image corporelle
- **33%** des éducatrices **se préoccupent de temps en temps** de leur image corporelle
- **38%** des éducatrices **se préoccupent souvent** de leur image corporelle
- **21%** des éducatrices **se préoccupent toujours** de leur image corporelle

Histoire pondérale des éducatrices

- **69%** des éducatrices ont essayé de **contrôler leur poids** au cours des **derniers 6 mois**
- **51%** des éducatrices ont essayé de **perdre du poids** au cours des **derniers 6 mois**
- **6%** des éducatrices ont essayé de **gagner du poids** au cours des **derniers 6 mois**

6- Besoins de conseils et informations

Afin de répondre aux besoins des éducatrices en ce qui concerne l'alimentation et la nutrition des enfants, nous avons suggéré plusieurs thèmes touchant à ces deux domaines. Voici ceux qui intéressent le plus les éducatrices :

- les difficultés en alimentation associées au comportement des enfants, comme le refus de manger, les caprices (85%);
- les troubles de l'alimentation chez les enfants, comme l'anorexie, la glotonnerie (82%);
- des activités en lien avec l'alimentation (82%);
- les allergies et les intolérances alimentaires (80%);
- des activités en lien avec la nutrition (78%);
- l'obésité infantile (76%);
- des activités avec de la nutrition et de la cuisine (74%);
- le développement du goût chez les enfants (72%);
- La grosseur des portions pour un enfant de moins de 5 ans (71%).

