Comportements et croyances des amateurs d'activités nautiques et de plein air

Étude sur les croyances et les attitudes vis-à-vis des risques à la santé

Minh Nguyet Nguyen, PhD¹

Gilles Poupard, MD, MSc, CSPQ¹

Jacques Normandeau, PhD³

Lise Laplante, MD, MSc^{1,2}

Nicole Damestoy, MD, MSc, FRCPC^{1,2}

RÉSUMÉ

Objectif : Cette étude vise à mieux connaître les croyances, les attitudes, et les suggestions quant aux interventions efficaces destinées à faciliter l'usage des moyens de protection contre le soleil, le port du vêtement de flottaison individuel (VFI) et l'absence de contact avec une eau impropre à la baignade.

Méthode : Des entrevues ont été menées auprès de 36 usagers et de 2 animateurs de parcs riverains d'une rivière de la région métropolitaine de Montréal.

Résultats : Les répondants reconnaissaient l'existence d'un certain nombre de croyances négatives et de barrières associées à l'adoption de ces comportements sécuritaires, plus particulièrement l'inutilité et les inconvénients des moyens de protection contre le soleil et du port du VFI, les effets négligeables de l'eau polluée sur la santé et le plaisir de défier les interdictions. Pour faciliter les changements de croyances, d'attitudes et de comportements, les répondants suggéraient des interventions aux niveaux de la législation, des organisations et des individus.

Interprétation : Les données recueillies dans cette étude aideront à mieux choisir les stratégies d'intervention et à mettre en place des programmes favorables aux changements de comportement chez les populations ciblées.

The translation of the Abstract appears at the end of the article.

1. Direction de santé publique de la Régie régionale de la santé et des services sociaux de Laval, Laval, Québec
2. Département de médecine sociale et préventive, Faculté de médecine, Université de Montréal, Montréal, Québec
3. Direction de santé publique de la Régie régionale de la santé et des services sociaux des Laurentides, Saint-Jérôme, Québec

Correspondance : Minh Nguyet Nguyen, PhD, Direction de santé publique, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Laval, 800, Blvd Chomedey, Tour A, Chomedey, Laval, Qc, H7V 3Y4, Tél. : 450-978-2074, Téléc. : 450-978-2100, Courriel : nguyet_nguyen@ssss.gouv.qc.ca

Remerciements : Recherche financée par le programme SLV 2000, domaine d'intervention Santé humaine géré conjointement par Santé Canada et le Ministère de la Santé et des services sociaux du Québec.

Les quelques études qui existent dans la littérature sur les comportements de santé des amateurs d'activités nautiques et de plein air indiquent des résultats peu encourageants. En effet, une enquête nationale réalisée auprès de 4 023 Canadiens démontrait que les moyens de protection contre le soleil étaient très peu utilisés.¹ Une enquête provinciale visant à étudier les relations entre les activités sur le Saint-Laurent et la santé auprès de 14 819 québécois indiquait que le vêtement de flottaison individuel (VFI) était peu porté par les personnes naviguant avec des grosses embarcations, et qu'une proportion importante de la population interrogée identifiait mal les sources de risque de la baignade en eaux polluées.² Les données de l'enquête régionale présentées dans l'article qui précède celui-ci dans ce numéro de la Revue³ tendent à être en accord avec ces résultats.

Des campagnes d'informations, diffusées par différents organismes à buts non lucratifs, ont permis des acquisitions de connaissances sans toutefois entraîner des changements de comportements.⁴⁻⁷ Par contre, lorsque des programmes de promotion de la santé sont intensifs, continus ou axés sur l'acquisition d'attitudes positives et d'habiletés, ces interventions favorisent les changements de comportements désirés chez les populations ciblées. Ainsi, par exemple, aux États Unis, dans l'état de Washington, des interventions éducatives sur la prévention de la noyade ont amené une augmentation de 50 % dans l'utilisation du VFI parmi les amateurs d'activités nautiques grâce à une programmation étalée sur deux ans et incluant plusieurs éléments, dont des présentations audiovisuelles dans les écoles primaires, un programme de location de VFI dans les plages, des événements communautaires, ainsi que des distributions de brochures, de dépliants et de photos des célébrités sportives adoptant le comportement désiré.⁸ En Australie, dans le New South Wales, un programme de promotion a entraîné une utilisation des moyens de protection contre le soleil chez trois fois plus d'enfants, 8 mois après l'implantation des activités, grâce à des interventions incorporées de façon intensive dans le curriculum scolaire pendant quatre semaines dans 11 écoles primaires, et grâce à des stratégies axées sur le développement d'attitudes positives et d'habiletés dans la prévention du cancer de la peau.⁹

Les Directions de santé publique de Laval et des Laurentides dont les territoires respectifs bordent la rivière des Mille-Îles visent à planifier un programme préventif auprès des amateurs d'activités nautiques et de plein air de cette rivière. En effet, celle-ci a un potentiel touristique important¹⁰ et son eau est reconnue impropre à la baignade.¹¹⁻¹³ Une étude a donc été menée pour mieux connaître les déterminants de l'adoption des comportements sécuritaires chez cette population cible.

MÉTHODES

Puisqu'il a été possible de les mener en face à face sur le terrain,¹⁴ des entrevues ont été réalisées en septembre 1999 dans deux parcs bordant la Rivière des Mille-Îles, soit sur la rive sud, le Parc de la Rivière des Mille-Îles à Laval et sur la rive nord, le Parc Charbonneau à Rosemère. Elles étaient faites auprès d'un échantillon choisi au hasard parmi les personnes seules ou en groupe, âgées de 15 ans et plus présentes sur les sites. Des entrevues étaient également menées auprès d'animateurs de parcs afin d'obtenir le point de vue de ceux qui offraient les services.

Les entrevues étaient semi-structurées et duraient entre 10 et 45 minutes. Elles étaient basées sur trois grands axes, à savoir : 1) préciser les connaissances, les attitudes, les croyances saillantes et les barrières perçues vis-à-vis des comportements sécuritaires visés : protection contre le soleil, sécurité nautique (incluant le port du VFI et la vitesse d'embarcation) et prévention des contacts avec l'eau contaminée; 2) identifier les interventions promotionnelles jugées efficaces; et 3) préciser les messages promotionnels ainsi que les sources d'informations crédibles. Ces entrevues étaient enregistrées et les entretiens retranscrits entièrement pour s'assurer de l'intégrité des données. Trois lectures préliminaires de chaque entrevue retranscrite étaient faites pour obtenir une vue d'ensemble du matériel recueilli, en dégager le sens général et orienter les analyses subséquentes.^{15,16} Le matériel était ensuite organisé en catégories selon les trois grandes questions prédéterminées au départ. Ce matériel était finalement découpé selon des unités de sens, et des sous catégories ont émergé suite aux regroupements des énoncés

TABEAU I

Caractéristiques des répondants

Comportements	Entrevues menées auprès de					
	4 individus 2H & 2F	2 individus 1H & 1F		2H	2F	1 seul individu 1H 1F
Usage des moyens de protection contre le soleil (n = 13)	0	2	0	1	5	5
Port du VFI (n = 13)	0	6	0	4	2	1
Contact avec une eau impropre à la baignade (n = 12)	1	4	1	0	4	2
Total (n = 38)	1	12	1	5	11	8

TABEAU II

Croyances négatives et barrières vis-à-vis de l'usage des moyens de protection contre le soleil avec des exemples de verbatims* (n = 13)

Croyances négatives

- L'inutilité des crèmes solaires pour les raisons suivantes (9)** :
 - on s'adonne à des activités à l'extérieur autres que le bronzage ou les activités nautiques (5) : « ... si vont s'étendre sur la plage, ils vont s'en mettre mais si s'en vont faire du vélo : 'ouf ! Je suis pas exposé au soleil'. Oui, ils sont exposés au soleil mais c'est pas ça leur activité, c'est faire du vélo l'activité première, fais qu'ils s'en mettront pas. »
 - le bronzage est graduel (2) : « C'est sûr que si tu te fais griller comme une crêpe pendant 7 heures de temps au soleil c'est sûr que tu vas... qu'y va se passer quelque chose. Si tu y va graduellement, ben coude donc ! »
 - la peau est déjà bronzée (2) : « ... c'est parce qu'eux autres y en mettent avant quand y sont blancs pour pas brûler... là y sont foncées... un coup t'as un fond tu penses que ta peau... mais dans le fond c'est pas mieux, c'est pas parce que t'es aussi grillé que c'est moins dangereux pour le cancer. »
 - on est du sexe masculin (2) : « ... je pense même qu'il y a un petit facteur de macho du côté des hommes qu'eux ils n'ont pas besoin de protection, ils sont assez 'tuf'... »
 - on ne ressent pas de brûlure sur la peau (1) : « Moi je le sais l'été quand je vais faire du bateau, bon je mettrai pas de crème et je le sais au bout d'une demi-heure, une heure je le sens que ça grille plus, ben je vais en mettre de la crème. »
- Les inconvénients liés à l'usage des crèmes solaires comme le coût, la sensation de gras, le temps nécessaire pour s'en mettre, les allergies chez les enfants (4) : « C'est fatigant à mettre pour les gens : 'ah ! me crêmer, c'est gras, c'est plate, ça prend du temps... tu grilles pas'... Fais que sont conscients mais... c'est pas nécessairement voulu d'en mettre là. »
- La pensée magique des maladies qui n'arrivent qu'à d'autres personnes (2) : « Parce que les gens, y'a beaucoup, beaucoup de gens le mythe du... cancer de la peau, le soleil c'est pas pour eux autres... toujours le voisin. »
- L'inefficacité des crèmes solaires (2) : « ... dans le fond c'est... ça devait pas être conçu pour ça, je suis sûre et certain... c'est juste un genre de marketing pour en vendre plus là. »
- Les effets cancérigènes des crèmes solaires (1) : « Oui, tous ces produits-là sont cancérigènes au soleil, le soleil ne l'est pas. »
- La prévention des maladies n'a pas de fins (1) : « J'ai entendu pleins d'autres sortes de cancer. C'est ça des cancers y en a tellement de sortes... des cancers de la peau là c'est... tu sais... ça arrête plus ! Tu protèges de si, de ça, il faut que tu fasses attention à si, faut que tu fasses attention à ça... un moment donné là ! »

Barrières

- La mode, le bronzage (6)** : « Les gens comprennent le risque puis ils savent comment l'éviter mais pour des raisons culturelles, ils veulent faire comme tout le monde puis l'été la mode c'est d'avoir la peau foncée. Les gens préfèrent bronzer sans protection parce que ça bronze plus vite. »
- Le manque d'habitude, surtout chez les plus âgés (6) : « Un adulte de genre trente-cinq ans que lui tout ce qu'il veut c'est de bronzer pis qu'y est conscient aussi du cancer, sûrement on n'entend tellement parler sauf que... c'est pas ça sa priorité pis... y c'est pas fait mettre ça dans tête depuis qu'il est jeune contrairement aux jeunes (d'aujourd'hui)... »
- L'inconscience, l'insouciance des gens (3) : « On n'est pas encore assez touché j'pense, d'assez près par des gens qui ont eu des maladies ou quoi que ce soit pour être sensibilisé comme pour le cancer du poumon, le cancer des intestins, des choses comme cela... »

* Les verbatims sont retranscrits intégralement pour refléter fidèlement les perceptions des répondants

** Nombre de groupes de répondants

similaires. L'analyse était assumée par une seule personne mais validée auprès des collaborateurs du projet afin de leur permettre de modifier, de clarifier et de nuancer l'interprétation des données recueillies.

RÉSULTATS

Caractéristiques des répondants

Au total, 38 entrevues ont été réalisées dont 36 auprès d'amateurs d'activités nautiques et de plein air, et 2 auprès d'anima-

TABLEAU III

Croyances négatives et barrières vis-à-vis des mesures de sécurité lors d'activités nautiques avec des exemples de verbatims * (n = 13)

Croyances négatives

- L'inutilité du VFI pour les raisons suivantes (8)** :
 - Les gens savent nager (5) : « Y en a qui se disent qui nagent très bien, qu'y ont pas besoin de ça, mais y pensent pas qu'un moment donné tomber d'une embarcation tu peux te cogner la tête pis à ce moment ben... tu nages pu là. J'pense que les gens le savent mais... y respectent peut être pas l'importance de les utiliser... vraiment continuellement. »
 - Ils se trouvent dans des grosses embarcations (3) : « Parce qu'ils se faisaient bronzer et ils ne voulaient avoir le gilet de sauvetage par-dessus pour cacher le soleil de leur bronzage. Actuellement, non ils n'en mettent pas, dans le bateau là. Les gros, je ne parle pas d'une chaloupe là, je te parle d'un bateau, d'un gros bateau là 30 pieds. »
 - Ils se trouvent sur des plans d'eau à faibles risques d'accidents (2) : « ... les gens en général y pensent que un gilet de sauvetage doit être porter juste en... situation vraiment vraiment dangereuse, comme... dans hautes mers ou dans des rivières plus rapides. Ils décident de le porter juste dans des situations limites comme ça. »
 - Le VFI ne peut pas sauver la vie en cas d'accident (1) : « Il y en a qui trouve ça encombrant plus que d'autre chose là. Ils ne pensent même que ça peut sauver la vie finalement là. »
 - Il n'y a pas de personnes âgées ou d'enfants dans l'embarcation (1) : « ... ça dépend avec qui que t'es aussi... genre avec mes parents qui sont âgées, ils vont en mettre... je vais participer à ça aussi s'il y a des enfants... »
- Les mesures de sécurité empêchent d'avoir du plaisir (5) : « Avec le gilet on est jamais à l'aise, comme quand tu te promènes les deux bras ouverts, ça te donne une chaleur, t'as pas de plaisir. La vitesse en auto ça donne un certain plaisir, c'est dangereux, mais t'as toujours une certaine goutte d'adrénaline dans ce cas là. »
- Les mesures de sécurité briment la liberté individuelle (4) : « Tant qu'y en a dans chaloupe, c'est correct là... si y en a pas dans chaloupe là je suis d'accord pour qu'y appliquent la loi... Mais de la porter... c'est une question de liberté... Quelqu'un est assez vieux pour savoir... mature... que si je la porte pas... c'est ma vie. »
- La pensée magique des accidents qui n'arrivent qu'à d'autres personnes (4) : « Ils n'en voient pas la nécessité là, ils ne trouvent pas que c'est dangereux... je pense que... c'est ça. Ils imaginent que ça arriverait juste aux autres finalement... »

Barrières

- L'inconfort, l'encombrement du port du VFI (9)** : « ... mais y en a qu'ils ne l'utilisent peut être pas pour des raisons de... confort là. Tsé, le gilet de sauvetage, y en a qui vont l'enlever un moment donné parce qu'y fait chaud pis c'est pas très confortable... même si y savent que c'est ben important d'en porter une là. »
- Le manque de responsabilité, l'insouciance des gens (7) : « Je me suis fais rentrer dedans plusieurs fois par des bateaux des petits jeunes là, comme je vous le dis en seadoo là, puis ça fly, ça fait semblant de se rentrer l'autre, puis toi t'es là, puis tu dis ils vont me voir, ils vont-ils pas me voir, tu fais des signes, ça va super vite, ça se frôle je trouve ça hyper dangereux, fait que je trouve que non le monde sont pas... pas très conscients. »
- L'achat des embarcations à moteurs pour faire de la vitesse (4) : « Bon, quand tu vas t'acheter une embarcation qui a cinquante pieds de long, puis qui a des... quatre moteurs en arrière, c'est rare qu'un gars va se promener à 20 miles à l'heure avec ça là... 20 à 25 miles à l'heure... Ici on a pas des plans d'eau où tu peux faire ça. Mais les gars achètent quand même l'embarcation. »
- La consommation d'alcool, de drogues (3) : « C'est ce que les gens souvent oublient quand on dit qu'y prennent de la boisson, qu'y prennent de la drogue... pis qu'y embarquent dans une embarcation. J'en ai déjà vu moi dans des canoës... Y avaient d'l'misère à marcher sur terre pis y embarquaient dans des canoës... Y étaient plus sécuritaires dans les canoës là... Loin de d'la ! T'as autant de houle sinon plus ! »
- Le manque d'habitude du port du VFI (3) : « Ils trouvent ça difficile. Oui, ils ne sont pas habitués à ça. Si tu étais habité pendant des années, des années, là... Moi j'ai trente cinq ans je peux dire que dans le temps, ils n'en parlaient pas. On en avait, puis ça restait dans le chalet, puis... ils n'en parlaient pas ! »
- Le port du VFI empêche de bronzer (2) : « ... parce qu'ils peuvent pas prendre de soleil comme ils voudraient avoir... Moi j'ai l'impression que c'est plus ça : ils veulent avoir un beau teint... mais... ils veulent pas avoir le gilet... »
- L'apparence avec le VFI (1) : « Puis c'est le paraître... moi je trouve que c'est beaucoup le paraître. On pense plus à ce qu'on va avoir de l'air puis... »

* Les verbatims sont retranscrits intégralement pour refléter fidèlement les perceptions des répondants

** Nombre de groupes de répondants

teurs de parcs. De ces entrevues, la moitié a été faite auprès de groupes, et l'autre moitié, auprès d'individus seuls composés majoritairement d'hommes (tableau I).

Perceptions des connaissances, des attitudes, des croyances et des barrières

Plus de 80 % des groupes de répondants percevaient qu'en général les gens étaient informés de la nécessité de se protéger contre le soleil lors d'activités de plein air

et de l'importance d'adopter des mesures de sécurité lors d'activités nautiques. Par contre, plus de 70 % d'entre eux indiquaient que les gens ne s'informaient pas de la qualité des plans d'eau qu'ils fréquentaient.

La majorité des groupes de répondants mentionnaient qu'eux-mêmes et leur entourage proche étaient favorables à l'adoption de comportements sécuritaires lors d'activités nautiques et de plein air.

Toutefois, ils reconnaissaient qu'une proportion importante de gens n'avait pas acquis ces habitudes en raison d'un certain nombre de croyances négatives et de barrières associées à l'adoption de ces comportements.

Ainsi, au total, 6 croyances négatives concernant l'usage des moyens de protection contre le soleil ont été nommées par les différents groupes de répondants (tableau II). Parmi celles-ci, 2 l'ont été par près du tiers des groupes de répondants, soit : 1) l'inutilité des crèmes solaires, et 2) les inconvénients liés à l'usage des crèmes solaires. Quant aux barrières, 3 ont été nommées et, parmi celles-ci, 2 l'ont été par au moins le tiers des groupes de répondants, soit : 1) la mode, le bronzage; et 2) le manque d'habitude.

Pour ce qui est de l'adoption des mesures de sécurité nautique, au total, 4 croyances négatives ont été nommées et les 4 l'ont été par près du tiers des groupes de répondants (tableau III) : 1) l'inutilité du port du VFI; 2) les mesures de sécurité empêchent d'avoir du plaisir; 3) l'obligation du port du VFI est perçue comme une mesure qui brime la liberté individuelle; et 4) la pensée magique des accidents qui n'arrivent qu'à d'autres personnes. Quant aux barrières, 7 ont été nommées et, parmi celles-ci, 3 l'ont été par près du tiers des groupes de répondants, soit : 1) l'inconfort, l'encombrement du port du VFI, 2) le manque de responsabilité, l'insouciance des gens, et 3) l'achat des embarcations à moteurs pour faire de la vitesse.

Concernant le contact avec une eau impropre à la baignade, au total, 5 croyances négatives ont été nommées et, parmi celles-ci, 3 l'ont été par au moins le tiers des groupes, soit : 1) les effets négligeables de l'eau polluée sur la santé; 2) la relation étroite entre l'apparence de l'eau et son degré de pollution; et 3) l'absence de maladies lors des baignades antérieures dans de l'eau polluée (tableau IV). Quant aux barrières, 6 ont été nommées et, parmi celles-ci, 4 l'ont été par au moins le tiers des groupes, soit : 1) le plaisir de défier les interdictions ou l'autorité; 2) l'insouciance, l'inattention envers sa propre santé; 3) la rareté des sites baignables; et 4) la chaleur pendant la saison estivale.

Suggestions de stratégies d'intervention

Les groupes de répondants ont proposé des interventions au niveau de la législation, des organisations et des individus pour favoriser l'adoption des comportements sécuritaires lors d'activités nautiques et de plein air (tableau V).

Au niveau de la législation, les mesures proposées concernent les lois, la surveillance et les amendes, plus particulièrement pour la conduite des embarcations à moteur, et les cours obligatoires sur les mesures de sécurité nautique. Des mesures plus restrictives ont également été nommées par 1 ou 2 groupes de répondants, telles l'interdiction aux embarcations de circuler sur certains plans d'eau ou l'application de taxes sévères aux compagnies produisant des matières polluantes.

Au niveau des organisations, le rôle important que peuvent jouer les écoles et les municipalités dans la conscientisation de la population a été souligné. En effet, les écoles sont perçues comme facilitant l'acquisition de bonnes habitudes dès le jeune âge. Quant aux municipalités, des activités de sensibilisation peuvent être réalisées par la distribution des dépliants d'information ou par des cours sur les comportements sécuritaires à adopter lors d'activités nautiques et de plein air.

Finalement, au niveau des individus, les moyens proposés par au moins la moitié des groupes de répondants sont les campagnes assidues, répétitives, étendues sur une longue période ou des publicités chocs.

Les messages promotionnels les plus fréquemment proposés concernent les conséquences reliées aux comportements à risque tels les accidents ou les maladies (tableau VI). Quant aux sources crédibles pour la diffusion de ces messages, celles mentionnées par au moins le tiers des groupes de répondants sont les médias audiovisuels et écrits, ainsi que les experts, tels les médecins, les pharmaciens, les membres des associations professionnelles, des organismes gouvernementaux et les agents des bureaux de location des embarcations.

DISCUSSION

Les résultats de la présente étude confirment ceux des études antérieures et suggèrent qu'un certain nombre de croyances

TABEAU IV

Croyances négatives et barrières vis-à-vis du contact avec une eau impropre à la baignade avec des exemples de verbatims * (n = 12)

Croyances négatives

- Les effets négligeables de l'eau polluée sur la santé chez (8)** :
 - les adultes en santé : « Mais ça dépend toujours de la santé des gens en général. Chez les jeunes enfants et les personnes âgées là, c'est sûr que leur système immunitaire est beaucoup plus... faible. Je suis sûr que... les personnes en bonne santé qui vont se baigner dans les eaux comme ici là... Je ne pense pas que les personnes soient malades en général. »
 - les baigneurs qui évitent d'en boire : « Mais le fait de me baigner dedans, j'en avale peut-être une gorgée d'eau, c'est... si ça a un risque... c'est pas parce que j'en ai bu pendant trois jours là. »
 - les baigneurs qui évitent d'y rester pendant une longue période : « Il y en a qui... ils vont dire c'est de l'eau, OK... Si je vais deux ou trois minutes ou demi-heure même... Ils vont dire c'est pas... aussi dangereux que ça... Je mourrai pas t'sé. »
 - les baigneurs qui évitent de plonger la tête dans l'eau : « ... on s'est baigné avec des amis, mais je leur ai bien dit de ne pas se mettre la tête dans l'eau pour ne pas qu'ils attrapent des otites ou des choses comme ça et je pense que c'est une bonne idée, parce que moi je me suis plongé la tête juste vraiment pour voir là, puis je ne voyais pas à deux pouces en avant, il y a toute sorte de choses... Mettre la tête dans l'eau là... le corps ça peut aller, mais je ne pense pas que les eaux ici dans les alentours soient si dangereuses que ça... »
 - les baigneurs qui se lavent après : « Tu prends une bonne douche après et c'est tout. »
 - certains baigneurs qui semblent être immunisés naturellement : « Chaque personne supporte différemment. Il y a des gens qui entreraient dans une eau, certains attraperaient la maladie, puis d'autres ne l'attraperaient pas... C'est différent d'une personne à l'autre, ça ne les dérange pas. »
- La relation étroite entre l'apparence de l'eau et son degré de pollution (6) : « Probablement parce que les gens se fient plus à l'apparence visuelle du lac et non à un examen chimique de l'eau ou quelque chose comme ça là. »
- L'absence de maladies lors des baignades antérieures dans de l'eau polluée (4) : « ...si eux autres pensent que c'est bon de se baigner dans de l'eau polluée, ben écoute donc tant qu'ils n'en seront pas malades, ils ne comprendront pas. »
- Les pancartes d'interdiction de baignade signifient (3) :
 - le site est à risque pour les noyades et les accidents : « C'est uniquement une question de sécurité, c'est pas une question de santé... du fait qu'elle potable ou non, c'est une question que le site est trop dangereux par rapport à la vitesse des rapides, puis aux roches et tout ça... »
 - les propriétaires ne veulent pas d'intrus sur leur territoire : « Juste écrire 'interdit pour la baignade', ça doit être le propriétaire qui ne veut pas... »
- La pensée magique des maladies qui n'arrivent qu'à d'autres personnes (2) : « ... s'il fait... chaud, puis... dans le fond ils vont dire... non ça m'arrivera pas... de poigner des affaires ou bien... ils doivent se dire que c'est si pire que ça... »

Barrières

- Le plaisir de défier les interdictions ou l'autorité, particulièrement chez les adolescents (7)** : « ... parce que souvent il y a beaucoup de gens si c'est écrit ne pas se baigner, ils vont y aller pareil pour se prouver que quand bien même... pour défier l'autorité peut-être là. Une espèce d'autorité... et dire bon c'est pas grave euh... ils ont marqué ça mais ça nous... ça ne nous touche pas là... »
- L'insouciance, l'inattention envers sa propre santé (7) : « Mais il y en a qui se foutent pas mal de leur santé aussi hein... Il y en a que... quels que soient les signes. C'est comme la cigarette, comme je le disais tantôt, tout le monde sait que ce n'est pas bon, mais il y en a qui l'assument ! C'est du même style. »
- La rareté des sites baignables (4) : « Ils ont... pas dans leur municipalité une plage privée ou publique où ils peuvent aller en toute sécurité se baigner, donc ils vont dans des endroits qui sont... maintenant... défendus, même sachant les risques parce qu'ils n'ont pas d'autres endroits où aller, puis ils ont envie de se baigner... »
- La chaleur pendant la saison estivale (4) : « Ça c'est juste de la bêtise là... Ils ont trop chaud, puis il y a de l'eau, puis qu'elle soit propre ou impropre, ils ont chaud. C'est tout, carrément de la bêtise t'sé point. »
- La proximité des sites non baignables (3) : « Ben... nous on sait que dans la rivière des Mille-Îles c'est dégueulasse, mais on y va pareil. Parce que... c'est pas loin, on peut louer un canoë, un kayak, puis c'est... la recherche de la nature, c'est beau, le soleil, le ciel est bleu et... »
- La consommation d'alcool (1) : « ... puis un soir, quelqu'un prend un petit verre ou quelque chose comme ça, puis décide d'aller dans l'eau pareil, ça peut arriver, un petit moment comme je disais tantôt, on y va pareil là... »

* Les verbatims sont retranscrits intégralement pour refléter fidèlement les perceptions des répondants

** Nombre de groupes de répondants

négatives et de barrières persistent vis-à-vis de l'adoption des comportements sécuritaires lors d'activités nautiques et de plein air. Les baigneurs considèrent que les conséquences sur la santé d'une baignade en eau polluée sont négligeables (otite, diarrhée), qu'il existe une relation étroite entre l'apparence « esthétique » de l'eau et son

degré de pollution, et que l'activité est sans risque notable du fait de l'absence présumée de maladies lors des baignades antérieures dans de l'eau polluée.¹⁷⁻¹⁹ Les amateurs d'activités nautiques évaluent souvent le port du VFI inutile, inconfortable et encombrant.^{7,8} Quant aux barrières à l'utilisation de la protection solaire, elles

TABLEAU V

Suggestions de stratégies d'intervention

Utilisation des moyens de protection contre le soleil (n = 13)	Adoption des mesures de sécurité nautique (n = 13)	Contact avec une eau impropre à la baignade (n = 12)
<p>Au niveau de la législation</p> <ul style="list-style-type: none"> des amendes aux personnes qui n'adoptent pas les comportements sains (1)* <p>Au niveau des organisations</p> <ul style="list-style-type: none"> dans les écoles, pour la conscientisation en classes, dès le jeune âge (6) auprès des fabricants de chapeaux pour des produits plus esthétiques (1) <p>Au niveau des individus</p> <ul style="list-style-type: none"> des reportages plus réalistes des cas vécus, de la publicité choc (6) des campagnes à chaque été (3) des distributions gratuites de crèmes de protection (2) des kiosques interactifs (1) 	<p>Au niveau de la législation</p> <ul style="list-style-type: none"> des lois avec de la surveillance et des amendes (13)* des cours de conduite, des cours de sécurité nautiques (5) l'interdiction aux embarcations à moteur de circuler sur certains plans d'eau (3) <p>Au niveau des organisations</p> <ul style="list-style-type: none"> dans les écoles pour la conscientisation en classes, dès le jeune âge (4) auprès des municipalités pour <ul style="list-style-type: none"> des panneaux et des affiches sur les berges (4) des cours de sécurité nautique par les animateurs des sites (4) une section sur la sécurité nautique dans l'hebdo des municipalités (1) auprès des fabricants d'embarcations pour des cours de sécurité nautique aux clients (1) <p>Au niveau des individus</p> <ul style="list-style-type: none"> des campagnes assidues sur une longue période, de la publicité choc (6) des dépliants (2) des kiosques interactifs (1) 	<p>Au niveau de la législation</p> <ul style="list-style-type: none"> l'interdiction aux embarcations à moteur de circuler sur les plans baignables (2)* la fermeture des plages non baignables (1) des taxes aux compagnies produisant des matières polluantes (1) <p>Au niveau des organisations</p> <ul style="list-style-type: none"> dans les écoles pour <ul style="list-style-type: none"> la conscientisation en classes, dès le jeune âge (4) l'organisation des journées de nettoyage des berges (1) auprès des municipalités pour <ul style="list-style-type: none"> des pancartes affichant les cotes A, B, C et D selon le degré de salubrité de l'eau (6) des informations sur la salubrité de l'eau par les animateurs des sites (1) <p>Au niveau des individus</p> <ul style="list-style-type: none"> des campagnes médiatiques (1) des lignes téléphoniques d'informations (1) du courrier personnalisé (1) des jeux questionnaires sur l'internet (1)

* Nombre de groupes de répondants

TABLEAU VI

Suggestions de messages promotionnels avec des exemples de verbatims *

Utilisation des moyens de protection contre le soleil (n = 13)

- Les maladies reliées à l'exposition du soleil (7)** : « ... ça peut paraître peut-être extrême mais faut que les gens sachent c'est quoi, il faut que les gens... y'en faudrait que... des reportages qui se sont faits... certains types de maladies... »
- Les effets cumulatifs à longs termes de l'exposition au soleil sur la santé (4) : « Tu sais pour faire conscientiser au monde que c'est pas... si tu fais pas... si tu te protèges pas là t'auras peut-être pas de conséquences dans un an mais ça va être trente ans plus tard... »
- L'emploi d'autres moyens de protection que la crème (3) : « ... mais faire penser au gens que se protéger du soleil c'est pas nécessairement se mettre six pouces d'épais de crème solaire, ça peut aussi être à l'ombre, s'habiller ou ben se couvrir. »
- La nécessité d'utiliser des moyens de protection pour toute activité de plein air (2) : « Souvent les gens, si vont s'étendre sur la plage, ils vont s'en mettre mais si s'en vont faire du vélo : 'ouf ! Je suis pas exposé au soleil'. Oui, ils sont exposés au soleil mais c'est pas ça leur activité, c'est faire du vélo l'activité première, fais qu'ils s'en mettent pas. »

Adoption des mesures de sécurité nautique (n = 13)

- Les comportements à adopter en cas d'accidents (4)** : « ... pour montrer avec des dessins là... assez gros qui pourraient dire aux gens là vous êtes présentement dans un kayak un canoë, ce qui pourrait arriver... au moins le monde pourrait... tu sais y a du monde qui ont peur aussi... au moins ça les soulagerait de voir bon, si je tombe en canoë, c'est ça que je dois faire. »
- Les conséquences dues à l'absence des mesures de sécurité (1) : « Mais comme quand ils font les annonces à la télévision pour les accidents automobiles tu sais. La façon que ça arrive, la manière, l'impact, puis toutes les blessures que ça apporte puis les pertes, la difficulté, tu sais ça arrive pas juste qu'aux autres tu sais. »
- Les conséquences liées à la consommation d'alcool (1) : « C'était juste y montrait quelqu'un qui avait pris une couple de verres de trop, qui était capable de conduire pis qui se faisait prendre dans un barrage. Ils ont fait peur aux gens de cette façon là pis je pense que le taux d'arrestation pour l'alcool au volant a diminué dramatiquement après cette annonce là. »

Contact avec une eau impropre à la baignade (n = 12)

- Les sites de baignade et leur catégorisation selon la salubrité de l'eau (6)** : « Il y a des chroniques qui se font souvent l'été sur des places au Québec où par exemple les expéditions qu'on peut faire, des expéditions et souvent dans ces chroniques-là ils parlent souvent de la qualité de l'eau. Souvent elles sont catégorisées A, B ou C, des choses comme ça là. »
- Les maladies reliées à la baignade en eaux polluées (5) : « ... vous ne pouvez pas vous baigner dans cette eau... parce que vous vous pourriez avoir telle chose, telle chose, attraper les otites ou attraper n'importe quoi... mais là la personne elle va se dire ok je ne savais pas... ben là... je ne me baignerai pas t'sé ! »

* Les verbatims sont retranscrits intégralement pour refléter fidèlement les perceptions des répondants

** Nombre de groupes de répondants

sont plus particulièrement reliées au bronzage et à la mode.⁴

Des stratégies pour changer ces perceptions s'avèrent nécessaires. Les théories récentes en promotion de la santé tendent à suggérer qu'un comportement de santé n'est pas un acte isolé sous le contrôle autonome d'un individu.^{20,21} C'est plutôt un mode de vie imprégné des conditions sociales, culturelles et économiques dans lesquelles vit cet individu. Le changement de comportement nécessite donc qu'on prenne en considération les normes sociales, les valeurs culturelles ainsi que les considérations économiques et environnementales qui entourent et supportent cette habitude de vie. Dans cette approche plus holistique de la promotion de la santé, un programme d'intervention qui englobe les trois niveaux (législation, organisations et individus), tel que suggéré dans la littérature,^{22,23} et tel que proposé par les répondants de la présente étude serait plus efficace pour faciliter les changements de comportements chez les amateurs d'activités nautiques et de plein air.

Les données recueillies dans cette étude sur les perceptions et les opinions vis-à-vis des interventions promotionnelles, du contenu des messages et des sources de diffusion, aideront à mieux choisir les stratégies

d'intervention afin de pouvoir mettre en place des actions favorables aux changements de comportement chez les populations ciblées. Ainsi, par exemple, sur les sites d'activités nautiques et de plein air, un affichage bien visible devrait indiquer la cause de l'interdiction de la baignade en eau polluée et rappeler l'importance de la protection solaire; les VFI devraient être disponibles dans les endroits de location des embarcations et les responsables devraient rappeler aux clients la nécessité de les porter afin de favoriser leur utilisation; des discussions devraient être animées dans les écoles sur les dangers reliés à la noyade et les risques à la santé qui sont associés au contact avec une eau contaminée et à l'exposition solaire; et, lorsque les écoles font des excursions aquatiques, la pratique de comportements préventifs comme l'utilisation d'une crème solaire et d'un chapeau, le port du VFI et un lavage obligatoire des mains avant la consommation d'aliments s'imposent. Plus spécifiquement, dans le cas des VFI, une campagne de sensibilisation devrait être menée auprès des fabricants pour qu'ils produisent des vêtements qui répondent davantage aux besoins des plaisanciers.

ABSTRACT

Objective: The objective of this study was to explore beliefs, attitudes and suggestions concerning effective interventions to promote the use of sun protection, the use of personal flotation devices (PFDs) and the avoidance of contact with water unfit for swimming.

Method: Interviews were conducted with 36 users and 2 river park activity coordinators on a river in the Greater Montreal area.

Results: The respondents recognized the existence of a certain number of negative beliefs and barriers associated with the adoption of safe behaviours, in particular the pointlessness and inconvenience of means of protection against the sun and the wearing of PFDs, the negligible effects of polluted water on health and the thrill of defying bans. To help change beliefs, attitudes and behaviours, the respondents suggested legislative, organizational and individual interventions.

Interpretation: The data gathered during this study will help to determine intervention strategies and to set up programs promoting behavioural change among the target population.

RÉFÉRENCES

1. Sauvé J. *Résultats québécois d'une enquête sur l'exposition du soleil*. Conférence de presse, Montréal 28 juin 1998.
2. Leclerc JM, Dewailly É, Grondin J, Gingras S. *Saint-Laurent Vision 2000. Enquête santé sur les usages et représentations du Saint-Laurent*. Québec (Québec) : Centre de santé publique, 1998.
3. Nguyen MN, Poupart G, Normandeau J, Laplante L, Damestoy N. Comportements et croyances des amateurs d'activités nautiques ou de plein air : étude sur les comportements et les perceptions des risques à la santé. *Rev can santé publique* 2002;93(3):208-12.
4. Arthey S, Clarke VA. Suntanning and sun protection: A review of the psychological literature. *Soc Sci Med* 1995;40:265-74.
5. Bennett E, Cummings P, Quan L, Lewis FM. Evaluation of a drowning prevention campaign in King County, Washington. *Inj Prev* 1999;5:109-13.
6. Buller DB, Borland R. Skin cancer prevention for children: A critical review. *Health Educ Behav* 1999;26:317-43.
7. Quan L, Bennett E, Cummings P, Trusty MN, Treser CD. Are life vests worn? A multiregional observational study of personal flotation device use in small boats. *Inj Prev* 1998;4:203-5.
8. Treser CD, Trusty MN, Yang PP. Personal flotation device usage: Do educational efforts have an impact? *J Public Health Policy* 1997;18:346-55.
9. Girgis A, Sanson-Fisher RW, Tripodi DA, Golding T. Evaluation of intentions to improve solar protection in primary schools. *Health Educ Q* 1993;20:275-87.
10. Éco-Nature. *Rapport annuel*. Laval : Parc de la Rivière des Mille-Iles, 1998.
11. Ministère de l'environnement et de la faune (MEF). *Données sur la qualité microbiologique des cours d'eau du Québec*. Sainte-Foy (Québec) : Comité de santé environnemental du Québec (CSE) sur le fichier MEF, 1995.
12. Santé Canada. *Recommandations au sujet de la qualité des eaux utilisées à des fins récréatives au Canada*. Ottawa (Ontario) : Groupe de travail fédéral-provincial sur la qualité des eaux à usage récréatif du Comité consultatif fédéral-provincial de l'hygiène du milieu du travail, 1992.
13. Ministère de l'environnement du Québec (MEN-VIQ). *Critère de qualité de l'eau*. Québec (Québec): Service d'évaluation des rejets toxiques et Direction de la qualité des cours d'eau, 1990.
14. Masson I, Barss P. Personal flotation devices (PFD's) among recreational boaters: A pilot survey assessing the rate of wearing of PFD's and the reasons why the majority of users do not wear them. Actes de la conférence Working with a Net: Fostering relationships and collaborative efforts in injury prevention. Kingston (Ontario): Queen's University, Center for Injury Prevention and Research, 1996;32-33.
15. Mayer R, Ouellet F. *Méthodologie de la Recherche pour les Intervenants Sociaux*. Boucherville (Québec) : Gaëtan Morin Éditeur, 1991.
16. Miles MB, Huberman AM. *Qualitative Data Analysis*. Thousand Oaks (CA): Sage Publications Inc., 2nd ed., 1994.
17. LaRue A, Grondin J, Lévesque B, LaRue R, Boudreault D. La baignade dans le secteur d'eau douce du Saint-Laurent : discours et pratiques à propos des risques à la santé. Centre de santé publique de Québec et Direction de la santé publique-Montérégie, 1996.
18. Sproule-Jones M, White B. The McMaster Eco-research program for Hamilton Harbour: Final report 1993-1996. Hamilton (Ontario): Fraser NC (Ed.), 1997.
19. Chartrand J, Duchesne JF, Gauvin D. Synthèse des connaissances sur les risques à la santé humaine reliés aux usages du secteur d'étude Lac des Deux-Montagnes – Rivière des Prairies et des Mille-Iles. Direction de la santé publique de Québec, Lanaudière, Laurentides, Laval, Montérégie, Montréal-Centre, Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, Santé Canada, 1999.
20. Green LW, Richard L, Potvin L. Ecological foundation of health promotion. *Am J Health Prom* 1996;10:270-81.
21. Green LW, Glanz K, Hochbaum GM, Kok G, Kreuter MW, Lewis FM, et al. Can we build on, or must we replace, the theories and models in health education? *Health Educ Res* 1995;9:397-404.
22. Baum A, Cohen L. Successful behavioral interventions to prevent cancer: The example of skin cancer. *Annu Rev Public Health* 1998;19:319-33.
23. Everett SA, Colditz GA. Skin cancer prevention: A time for action. *J Community Health* 1997;22:175-83.

Reçu : 20 mars 2001

Accepté : 21 novembre 2001