

## International

## &gt;&gt; Santé publique

## &gt;&gt; L'AUTEUR

Valérie DUPHOT

Rédactrice permanente de La Dépêche Vétérinaire

## La compagnie d'un chien aiderait à réduire le risque d'obésité infantile

La prévalence du surpoids et de l'obésité chez l'enfant augmente régulièrement dans les pays industrialisés. En France, elle concerne aujourd'hui 12 % de la population infantile. Face à ce risque de santé, des chercheurs australiens ont récemment publié les résultats d'une étude\* originale qui met en lumière l'influence positive de la compagnie d'un chien sur la réduction du risque d'obésité chez l'enfant, et ce dès son plus jeune âge. L'étude montre notamment que dans le groupe de 5/6 ans, les enfants vivant avec un chien sont deux fois moins exposés au risque d'obésité que les enfants vivant sans chien.

L'auteur de l'étude, Jo Salmon (université de Deakin, Victoria) l'a présentée lors d'une conférence sur le « *Child Development, Health and Therapeutic Interventions* » co-organisée par le *National Institute of Child Health and Human Development* et Waltham ND, centre de recherche de Mars Incorporated dédié au bien-être et à la nutrition des animaux de compagnie.

### L'activité physique augmente

« Notre recherche a montré que les petites filles qui ont un chien passent 29 minutes de plus par jour à des activités phy-

siques que celles qui n'ont pas de chien. Ceci signifie qu'elles atteignent la moitié du niveau d'activité physique recommandé par le simple fait de s'occuper de leur chien. Jouer avec son chien dans le jardin contribue à accroître le niveau d'activité physique. Vivre avec un chien peut également accroître significativement le temps de marche d'une personne. Naturellement, promener son chien n'est pas la seule façon d'accroître son activité physique mais cette solution représente un choix facile pour près de 40 % des ménages qui ont un chien », indique Jo Salmon.

L'étude a aussi montré qu'au rang des activités favorites des enfants, jouer avec son animal arrivait en deuxième place derrière le fait de jouer avec ses amis. « A la lumière de ces résultats, il me semble que posséder un chien constitue peut-être une bonne stratégie pour les parents qui cherchent à faire éteindre l'ordinateur ou la télévision à leur enfant et à faire évoluer le mode de vie des petits comme des grands », conclut Jo Salmon.

\* Etude publiée dans *Health Promotion Journal of Australia* 2008.

L'étude montre que les petites filles qui ont un chien passent 29 minutes de plus par jour à des activités physiques que celles qui n'ont pas de chien.

Jean-Michel Pouget - Fotolia.com

