



Document d'orientation

Transport actif

PHASE 2 : ÉTUDE D'IMPACT

Septembre 2016

Le réseau de la santé québécois organise les soins de santé et les services sociaux dans les différentes régions du Québec méridional, tout en informant et en sensibilisant la population sur différentes problématiques de santé. Dans un effort éducatif, les thématiques les plus préoccupantes ont fait l'objet de documents promotionnels et d'affiches. Il serait souhaitable que les différents intervenants des projets de développement au Québec méridional comprennent et soutiennent ces initiatives dans leurs plans, programmes et actions, et que ces dernières soient prises en compte dans les études d'impacts.

Cet outil est dédié à la présentation des documents récents élaborés par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) ainsi que par les directions régionales de santé publique (DRSP) et leurs partenaires, et distribués au sein des populations visées. Ces derniers sont classés par thématique santé (en ordre alphabétique) et proposent des actions souhaitées destinées aux promoteurs et à leurs partenaires.

Ce document aborde la thématique du **transport actif**. D'autres documents portant sur les problématiques de santé qui bénéficient actuellement d'outils de sensibilisation sont aussi disponibles :

- Berce du Caucase;
- Bruit;
- Dynamitage;
- Herbe à poux;
- Îlots de chaleur;
- Inégalités sociales de santé;
- Radon;
- Transport.

Transport actif

Afin d'atteindre le niveau recommandé par les organismes de santé, nous ne devons pas limiter notre activité physique à nos loisirs; elle doit plutôt faire partie de notre vie quotidienne (tâches domestiques, travail, déplacements, etc.).

Le transport actif, qui désigne les déplacements utilitaires à pied ou en vélo, peut donc devenir un moyen déterminant pour atteindre le degré d'activité physique souhaité. (1) Encourager le transport actif peut également être bénéfique pour les employeurs, car il a été démontré que les employés actifs au quotidien sont en meilleure santé et moins sujets aux maladies, à l'épuisement professionnel et à la dépression. (2) À l'inverse, la sédentarité a des impacts négatifs sur la santé. Entre autres, la sédentarité double le risque d'être atteint d'embonpoint et d'obésité, et augmente le risque de souffrir de maladies cardiovasculaires, de développer certains cancers, le diabète et une tension artérielle élevée. (1)

Promouvoir le transport actif est également une mesure d'adaptation aux changements climatiques. Cette mesure peut en effet contribuer considérablement à la réduction des gaz à effet de serre, des îlots de chaleur et de la pollution atmosphérique. Ces réductions auront à leur tour des bénéfices pour la santé et la qualité de vie. (3)

Afin de contribuer aux efforts de santé publique, les DRSP peuvent promouvoir auprès des promoteurs et de leurs partenaires la mise en œuvre des actions suivantes :

- **Pour les employés :**
 - Installer des supports à vélo bien situés et sécuritaires, prévoir un vestiaire avec douches et casiers, développer des programmes ou des politiques qui favorisent la pratique du transport actif;
- **Pour la communauté :**
 - Protéger les réseaux de transport actif existants;
 - Favoriser leur expansion en créant des incitatifs, en partenariat avec le milieu local;
 - Favoriser des aménagements piétonniers et cyclables sécuritaires.

COMPLÉMENTS D'INFORMATION

Bellefleur O, Castonguay J, Gagnon F, St-Pierre L, Tremblay É. Promouvoir les transports actifs sécuritaires dans l'évaluation des projets de développement résidentiel – ACSP Pré-conférence, Toronto, mai 2014 [En ligne]. Montréal (QC): Centre de collaboration nationale sur les politiques publiques et la santé et Institut national de santé publique du Québec; 2014. 38 p. Disponible: http://www.ncchpp.ca/docs/2014_CPHA_CLASP_FG_FR.pdf

Bergeron P, Robitaille É. Mémoire concernant la Politique québécoise de mobilité durable : des interventions pour favoriser le transport actif et la pratique d'activité physique [En ligne]. Montréal (QC): Institut national de santé publique du Québec; 2013. 51 p. Rapport no: 978-2-550-68296-7. Disponible: http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1670_MemPolMobilDur_IntervFavoTransActPratActPhy.pdf

Robitaille É. Potentiel piétonnier et utilisation des modes de transport actif pour aller au travail au Québec : état des lieux et perspectives d'interventions [En ligne]. Montréal (QC): Institut national de santé publique du Québec; 2015. 123 p. Rapport no: 978-2-550-72254-0. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1935_Potentiel_Pietonnier_Travail.pdf

Références

1. King N, Morency P, Thérien F, Lapierre L, Gosselin C, Drouin L. Le transport urbain, une question de santé – Rapport annuel 2006 sur la santé de la population montréalaise [En ligne]. Montréal (QC): Agence de la santé et des services sociaux de Montréal; 2006. 133 p. Rapport no: 2-89494-491-8. Disponible: http://publications.santemontreal.qc.ca/uploads/tx_assmpublications/2-89494-491-8.pdf
2. Vélo Québec. Guide entreprise vélosympathique – Vivez le plaisir avant le travail! [En ligne]. Montréal (QC): Vélo Québec; 2013. 14 p. Disponible: http://www.velo.qc.ca/files/file/OVB/GuideEntreprise_VeloSymp_avril2013.pdf
3. Hosking J, Mudu P, Dora C. Health in the green economy: health co-benefits of climate change mitigation – transport sector [En ligne]. Geneva (CH): World Health Organization; 2011. 144 p. Disponible: http://www.who.int/hia/green_economy/transport_sector_health_co-benefits_climate_change_mitigation/en/

Document d'orientation

Transport actif

AUTEURE

Emmanuelle Bouchard-Bastien, conseillère scientifique
Direction de la santé environnementale et de la toxicologie

COMITÉ D'UTILISATEUR

Stéphane Bessette, conseiller en santé environnementale
CIUSSS de l'Abitibi-Témiscamingue

Gwendaline Kervran, conseillère en santé environnementale
CIUSSS de la Capitale-Nationale

Renée Levaque, coordonnatrice en santé environnementale
CIUSSS de la Capitale-Nationale

Karine Martel, conseillère en santé environnementale
CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec

Linda Pinsonneault, médecin-conseil
CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Paul-Georges Rossi, conseiller en santé environnementale
Direction de la protection de la santé publique, MSSS

RÉVISEURE

Céline Campagna, conseillère scientifique
Direction de la santé environnementale et de la toxicologie

RÉVISION ET MISE EN PAGE

Véronique Paquet, agente administrative
Direction de la santé environnementale et de la toxicologie

© Gouvernement du Québec (2016)