

---

## Résumé

### CONTEXTE DU DÉVELOPPEMENT DE LA STRATÉGIE SUR LES HABITUDES DE VIE

La stratégie de recherche et de transfert sur les habitudes de vie s'inscrit dans la phase II du projet *Perspectives STS* (science, technologie, société) mené par le Conseil de la science et de la technologie. Ce projet inédit et d'envergure lancé en 2003 reposait sur une démarche de type prospectif comportant plusieurs étapes de consultation de façon à circonscrire la demande sociale de nouveaux savoirs qui permettraient de relever certains défis socioéconomiques majeurs pour le Québec au cours des deux prochaines décennies. L'un des objectifs du projet *Perspectives STS* est de contribuer au rapprochement entre les scientifiques et les utilisateurs de nouvelles connaissances et de nouvelles technologies. Les habitudes de vie constituent l'un des sept défis majeurs reconnus au cours du processus de consultation. Il se formulait ainsi: « Promouvoir l'adoption de saines habitudes de vie, fondées sur une vision globale et préventive de la santé physique et psychologique, et qui responsabilise la population à l'égard de son état de santé ».

### DÉMARCHE DU COMITÉ DE PILOTAGE

En 2006, un comité de pilotage mis sur pied par les partenaires du défi et réunissant chercheurs et utilisateurs de recherche a été convié à élaborer une stratégie de développement de la recherche propre au défi. La démarche du comité visait à orienter les efforts de recherche de façon à soutenir l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie. Elle se situait dans la perspective du développement d'une vision globale de la recherche dans ce domaine. Les travaux du comité se sont étalés sur une année complète et ont donné lieu à six rencontres entre avril 2006 et mars 2007.

### ÉTAPES DE LA DÉMARCHE

Au cours de cette période, le comité a été amené à :

- ♦ Définir ce qu'on entend par « habitudes de vie »;
- ♦ Se pencher sur les différents modèles conceptuels permettant d'aborder la question;
- ♦ Dresser l'état des connaissances sur les habitudes de vie en vigueur, leurs déterminants et leurs conséquences, aussi bien au Québec que sur la scène internationale, de façon à cerner les principaux problèmes auxquels la société québécoise est confrontée;

- ◆ Relever les lacunes du système de production de recherche au Québec pour apporter une réponse à ces problèmes: à cette fin, des inventaires des chercheurs et des groupes de recherche, de la relève, des projets de recherche et de leur financement ont été réalisés;
- ◆ Préciser les objectifs visés par cette stratégie de développement de recherche;
- ◆ Répertorier les initiatives en cours au Québec, ailleurs au Canada et sur la scène internationale pour l'amélioration des habitudes de vie;
- ◆ Déterminer les éléments qui devraient être pris en compte au chapitre de la formation des chercheurs, du développement de la recherche et du transfert des connaissances;
- ◆ Définir les orientations et dégager les pistes d'action à intégrer dans une stratégie de recherche ainsi que les moyens privilégiés pour atteindre les buts visés.

#### **DÉFINITION DES HABITUDES DE VIE ET LEURS DÉTERMINANTS**

Les habitudes de vie se définissent comme des comportements de nature durable, fondés sur un ensemble d'éléments incorporant l'héritage culturel, les relations sociales, les circonstances géographiques et socioéconomiques ainsi que la personnalité. L'objet d'étude n'est donc pas uniquement le comportement caractérisant l'habitude de vie elle-même, mais le mode de vie dans son ensemble, incluant ce qui précède et façonne les habitudes de vie et qui est lié à l'environnement (social, physique, culturel, etc.) dans lequel celui-ci s'actualise. Les habitudes de vie considérées dans la démarche sont l'alimentation, l'activité physique, le tabagisme, la consommation d'alcool et de drogues, les pratiques sexuelles à risque et les jeux de hasard.

#### **DIAGNOSTIC POSÉ SUR L'ÉTAT ACTUEL DE LA RECHERCHE**

- ◆ Les chercheurs sont peu nombreux et ils travaillent trop souvent en silo, sur une habitude de vie en particulier, et on dénombre très peu de chaires de recherche;
- ◆ Le domaine bénéficie d'une relève substantielle pour la plupart des thèmes à l'étude, mais les nouveaux postes universitaires et les bourses de carrière sont très limités;
- ◆ Les différentes thématiques de recherche sont inégalement soutenues: les jeux de hasard, l'alimentation, les pratiques sexuelles à risque et les toxicomanies sont les plus étudiées et les mieux financées actuellement, alors que le tabagisme et l'activité physique reçoivent un soutien très faible;
- ◆ Plusieurs approches de recherche sont sous-financées : l'étude des interventions et des politiques visant à promouvoir de saines habitudes de vie est insuffisante, de même que l'évaluation des interventions et les études avantages-coûts;

- ♦ Les infrastructures de recherche sont déficientes : il y a peu de cohortes et de grandes bases de données qui permettraient de documenter les déterminants, l'évolution, les conséquences sur la santé et l'impact des interventions;
- ♦ Les recherches sont peu intégrées et peu vulgarisées : les résultats ne sont pas traduits de façon à être compris et mis en application par les acteurs sur le terrain;
- ♦ Le domaine de recherche est sous-financé dans son ensemble, considérant le fardeau de la maladie directement attribuable aux habitudes de vie et comparativement à d'autres secteurs comme la recherche biomédicale.

#### ORIENTATIONS DE LA RECHERCHE À PROMOUVOIR

Il a été proposé de recentrer la recherche dans une perspective préventive populationnelle et intersectorielle, de façon à mieux prendre en compte les déterminants des habitudes de vie liés à l'environnement social, physique, culturel, technologique et politique. Cette approche se veut aussi interdisciplinaire et elle demande une vision intégrée dans laquelle les habitudes de vie ne sont pas analysées une à une comme si elles étaient indépendantes, mais sont plutôt vues comme formant un tout qui s'exprime dans un contexte global. Elle doit de plus faire appel à des disciplines auxquelles on ne recourt pas traditionnellement comme l'aménagement, la géomatique, l'analyse des politiques publiques, le transport ou le marketing, afin d'aider à documenter les déterminants de l'environnement susceptibles de jouer un rôle et sur lesquels il est possible d'intervenir pour favoriser l'adoption de saines habitudes. Un effort plus soutenu au regard du financement s'avère un préalable, principalement en ce qui a trait au développement du travail en réseau.

Au total, 29 actions stratégiques regroupées sous six grands thèmes ont été proposées. Elles comprennent notamment la création et le financement d'équipes de recherche, de chaires de recherche, d'un programme de soutien aux jeunes chercheurs, de bourses de carrière et de bourses de chercheurs, entre autres en milieu de pratique, la création et le financement de grandes cohortes, l'établissement de partenariats avec les fondations et les organismes subventionnaires canadiens interpellés, la création et le financement d'un centre de liaison et de transfert voué aux saines habitudes de vie et la mise sur pied d'un colloque annuel favorisant le partage de connaissances dans une perspective interdisciplinaire.

#### PISTES D'ACTION ENVISAGÉES POUR RELEVER LE DÉFI

- ♦ Miser sur une vision intégrée de la recherche favorisant les approches interdisciplinaires et intersectorielles de façon à étudier les habitudes de vie dans leur ensemble plutôt que séparément;

- ♦ Assurer l'intégration de la relève au milieu universitaire en accentuant le soutien à la carrière, plutôt déficient à l'heure actuelle, comparativement au soutien à la formation;
- ♦ ♦Consolider la recherche dans le domaine en allouant un financement qui soit plus en rapport avec les conséquences des habitudes de vie sur la santé et le bien-être : environ 40 % des décès sont liés à des comportements qui pourraient être modifiés si des interventions préventives appropriées étaient mises en place;
- ♦ Soutenir le développement et l'évaluation des interventions sur les habitudes de vie;
- ♦ Développer l'infrastructure de recherche en finançant la création de grandes cohortes et en facilitant l'exploitation et le jumelage des banques de données administratives;
- ♦ Alimenter et faciliter le transfert de connaissances en créant un centre de liaison et de transfert sur les habitudes de vie et en mettant en place un programme de subventions pour la réalisation de synthèses de connaissances privilégiant l'approche populationnelle.

#### **EN CONCLUSION**

Au terme de son élaboration, le document de stratégie a fait l'objet d'une consultation restreinte auprès de cinq experts du domaine afin de tester sa validité externe et d'y apporter les correctifs nécessaires. La stratégie déposée reflète donc les points de vue des chercheurs et des experts sur la question des habitudes de vie, de même que ceux des utilisateurs de recherche, qu'il s'agisse d'intervenants ou de décideurs gouvernementaux. De plus, des représentants des organismes subventionnaires et des fondations engagés dans la démarche agissaient à titre d'observateurs au moment des rencontres du comité. Soulignons que les orientations proposées s'inscrivent dans la lignée des actions actuellement menées par les gouvernements pour promouvoir l'adoption de saines habitudes de vie et en particulier pour lutter contre l'obésité.