

**Pour publication immédiate**  
**Juillet 18, 2007**

**L'Université York dirige la toute première étude nationale sur les avantages que peut présenter pour la santé la conduite récréative des véhicules hors route**

**Toronto, Ontario** – Le Conseil Canadien des Distributeurs de Véhicules Hors Route (CVHR) et ses partenaires fondateurs, le All-Terrain Quad Council of Canada (AQCC) et la Confédération Motocycliste du Canada (CMC), sont heureux d'annoncer l'amorce d'une étude nationale approfondie sur les avantages que peut présenter pour la santé et la condition physique la conduite récréative des véhicules hors route (VHR).

« Une récente étude pilote de l'Ontario Federation of Trail Riders (OFTR) a fourni l'évidence encourageante que le motocyclisme hors route est un sport d'activité physique pouvant mener à une amélioration de la condition physique », a déclaré Bob Ramsay, président du CVHR. « En raison de ces constatations préliminaires, le CVHR estime qu'il est important de procéder à une étude nationale des avantages pour la santé portant à la fois sur les conducteurs de véhicules tout terrain et les conducteurs de motocyclettes hors route. »

Le D<sup>r</sup> Norman Gledhill, professeur à l'Université York, et son équipe dirigeront l'étude nationale approfondie sur les avantages que peut présenter pour la santé et la condition physique la conduite récréative des véhicules hors route (VHR). L'étude nécessitera des tests servant à évaluer les exigences physiques de la conduite des véhicules tout terrain et des motocyclettes hors route en mesurant les réactions physiologiques (rythme cardiaque, consommation d'oxygène et évaluation de l'effort) d'un échantillonnage représentatif de 200 conducteurs récréatifs réguliers durant la conduite.

L'étude évaluera aussi les caractéristiques de santé et de condition physique (constitution du corps humain, condition musculosquelettique, capacité aérobie, santé du dos, participation à l'activité physique, style de vie et qualité de vie) du même échantillonnage représentatif de participants.

« Nous reconnaissons tous que l'exercice et la détente sont essentiels pour notre état général de santé », a ajouté M. Ramsay. « Mais le gym, la course ou l'environnement intérieur de conditionnement physique ne convient pas à tous. Il y a tant de gens qui tirent leur énergie des activités au grand air et il nous faut reconnaître que ce qui plaît à telle personne ne devrait pas être rejeté simplement à cause du fait que cette activité ne cadre pas avec la définition de telle autre personne de ce que doit être l'activité physique. »

Le CVHR et ses compagnie membres, dont Arctic Cat, BRP (*Can-Am*), Honda, Kawasaki, KTM, Polaris, Suzuki et Yamaha, sont engagés à la récréation familiale et aux styles de vie actifs et salubres. Nous croyons que les résultats de cette étude fourniront aux conducteurs de VHR récréatifs une excellente occasion de prouver que les heures passées sur les sentiers sont non seulement agréables mais contribuent aussi au bien-être et à la condition physique de la personne et de la famille.

**Le Conseil Canadien des Distributeurs de Véhicules Hors Route** a été fondé en 1984 et est une association commerciale nationale à but non lucratif qui représente les intérêts responsables des principaux constructeurs et distributeurs de VTT et de motocyclettes hors route, ainsi que les points de ventes au détail, les distributeurs et les fabricants de produits et de services se rapportant aux VTT et aux motocyclettes hors route. Renseignements additionnels au [www.cohv.ca](http://www.cohv.ca).

-30-

Personne-ressource :  
Jo-Anne Farquhar  
Directrice des Communications  
Conseil Canadien des Distributeurs de Véhicules Hors Route (CVHR)  
Sans frais : 1-877-470-2288  
Toronto : 416-491-4439  
Courriel : [jfarquhar@cohv.ca](mailto:jfarquhar@cohv.ca)

**FICHE D'INFORMATION :**

**Objectif :**

Fournir l'évidence statistique à partir d'un échantillonnage représentatif de conducteurs réguliers de véhicules hors route âgés de 16 à 65 ans (en utilisant des entrevues auprès de groupes de discussion et des sondages de suivi) pour définir la conduite "typique" d'un véhicule tout terrain et d'une motocyclette hors route.

Au total, 200 personnes participeront à l'étude et seront réparties d'après cette démographie : *motocyclette – 16 hommes, 16 femmes de chacun de ces groupes d'âge : 16-29, 30-49, 50-65 ; VTT – 16 hommes, 16 femmes de chacun de ces groupes d'âge : 16-29, 30-49, 50-65.*

**Résultat :**

Une liste classifiée des terrains les plus souvent rencontrés lors de la conduite d'un véhicule récréatif, accompagnée d'une information détaillée sur les pratiques habituelles, la fréquence de la conduite, le nombre total de sorties par semaine et le pourcentage du temps de conduite sur les divers terrains.

**Fondement :**

Cette analyse fournira l'évidence statistique à l'appui de la "représentativité" des "randonnées" utilisées pour caractériser les exigences de la conduite tout terrain pour le reste du projet et établir un profil des conducteurs réguliers de véhicules tout terrain âgés de 16 à 65 ans.

**Méthodes :**

La fréquence cardiaque sera mesurée avec des moniteurs Polar en utilisant des électrodes maintenues contre la peau par une sangle ajustable, ce qui permettra d'enregistrer

## **FICHE D'INFORMATION, suite...**

continuellement la fréquence cardiaque des participants sans en gêner les mouvements. La sangle transmet l'information à une montre-bracelet qui enregistre la fréquence cardiaque pendant toute la durée du test, laquelle est ensuite téléchargée sur ordinateur à des fins d'analyse. D'après l'expérience acquise en marge de l'étude pilote, l'intervalle de la fréquence d'échantillonnage du moniteur sera fixée à 5 secondes afin d'éliminer le "bruit" des données.

La consommation d'oxygène ( $VO_2$ ) sera évaluée à l'aide d'unités métaboliques portatives mesurant à la fois la ventilation et l'extraction d'oxygène sans gêner les mouvements des participants. Ceux-ci porteront un casque modifié auquel sera adapté une embouchure et un petit capteur de débit d'air.

La constitution du corps humain sera déterminée en utilisant un adiposimètre pour mesurer l'épaisseur de régions cutanées particulières (les régions varient entre les sexes), ainsi que le tour de taille. D'après la somme des calculs des replis cutanés, des équations propres à chacun des deux sexes seront utilisées pour déterminer le pourcentage de masse grasse et de muscle. Les pointages combinés de constitution du corps seront calculés selon le protocole de la Canadian Physical Activity Fitness and Lifestyle Approach (CPAFLA).