

Health and Lifestyle Information Survey 2004

By Gloria Kelly

The latest Canadian Forces Health and Lifestyle Survey (HLIS) indicates that CF members are concerned about nutrition, exercise, and stress, but for the most part are in very good or excellent health and generally well satisfied with their professions.

The current study is a follow-on to the groundbreaking HLIS in 2000 that provided a baseline census for the entire CF population and had a strong emphasis on occupational health issues. The 2004 study had four goals: assess the physical and mental health status of CF members, measure the prevalence of behaviours that contribute to health problems, measure

the utilization of previous health promotion programs and assess the potential for future programs, and measure utilization of and satisfaction with the CF health care system.

The results did not produce any major surprises, says Dr. Jeff Whitehead, head of epidemiology in the Directorate of Force Health Protection, Canadian Forces Health Services Group. The results, and their significance once analysis is complete, will assist in prioritizing health resource allocations and in developing and assessing the effectiveness of health promotion, illness prevention, and health care intervention programs.

The good news from the survey is that there is a high level of satisfaction with overall health, 75 percent of members are

now non-smokers, dental health is well above that of the Canadian population, and the CF is well ahead of the general Canadian population in terms of overall physical activity.

The bad news is that there was an increase in health conditions limiting deployability to 11 percent of males and 19 percent of females. "The cause of this rise from eight percent and 15 percent respectively in 2000 is not readily apparent," said Dr. Whitehead. "We are going to have some work to do to determine what the underlying cause of these numbers is."

There is also concern about nutritional health and weight with 45 percent of CF members not satisfied with their weight. A whopping 98 percent recognized that

diet and exercise are key to losing or gaining weight, but the proportion of CF members who are physically active decreased and obesity rates increased slightly from 2000 to 2004.

"It is going to take some time to determine what changes will be needed as a result of the survey," said Dr. Whitehead. "We will be pulling together the people necessary to consider the various options ahead."

"Education, creating supportive environments, and healthy public policy are key to dealing with some of these issues," he said. "Through the health promotion arm of Strengthening the Forces, there are a range of new programs available or in development to support CF members in their efforts to remain healthy."

Sondage 2004 sur la santé et le style de vie

par Gloria Kelly

Le dernier Sondage sur la santé et le style de vie (SSSV) des membres des FC révèle que les militaires se soucient de l'alimentation, de la condition physique, du stress et que la plupart d'entre eux sont en excellente santé et relativement satisfaits de leurs professions.

L'étude actuelle donne suite au SSSV 2000 fracassant qui avait servi de recensement de base pour tous les membres des FC et qui mettait surtout l'accent sur les enjeux liés à la santé en milieu de travail. Le sondage de 2004 avait quatre objectifs : évaluer l'état de santé physique et mentale des membres des FC, mesurer la prévalence des facteurs de risque liés au comportement, mesurer le recours aux anciens programmes de promotion de la santé et évaluer la possibilité de créer des

programmes à l'avenir et de mesurer le recours aux soins de santé et le degré de satisfaction en ce qui a trait au système de soins de santé des FC.

Les résultats ne renfermaient pas de surprises importantes, selon le Dr. Jeff Whitehead, chef de la section d'épidémiologie, Direction générale de la protection de la santé de la Force, Groupe des services de santé des FC. Une fois l'analyse complétée, les résultats et leur importance aideront à établir un ordre de priorité quant à l'allocation de ressources en matière de santé et à évaluer l'efficacité des programmes de promotion de la santé, de prévention des maladies et des interventions.

Les résultats du sondage recèlent leur part de bonnes nouvelles : un grand nombre de répondants sont satisfaits de leur santé en général. En effet, 75 % des militaires interrogés ont cessé de fumer, leur santé

dentaire est bien supérieure à celle de la population canadienne et les FC sont beaucoup plus avancées que la population canadienne en général pour ce qui est de l'activité physique dans son ensemble.

Le hic est que les problèmes de santé qui limitent l'aptitude au déploiement des militaires a atteint 11 % chez les hommes et 19 % chez les femmes. « Les raisons de cette hausse depuis 2000 (alors 8 % chez les hommes et 15 % chez les femmes) ne sont pas évidentes », a indiqué le Dr. Whitehead. « Nous allons devoir travailler pour découvrir les causes sous-jacentes de ces chiffres. »

On s'inquiète aussi de l'alimentation et du poids. D'ailleurs, 45 % des membres des FC ne sont pas satisfaits de leur poids. Un nombre impressionnant de répondants (98 %) reconnaît que le secret pour perdre du poids est d'adopter une alimentation

saine et de faire de l'exercice. Toutefois, entre 2000 et 2004, la proportion des membres des FC qui font de l'exercice a diminué, tandis que le taux d'obésité a augmenté légèrement.

« Il faudra du temps pour déterminer quels changements apporter à la suite du sondage », a ajouté le Dr. Whitehead. « Nous réunirons les personnes toutes indiquées pour étudier les diverses options qui s'offrent à nous. »

« La prévention et l'éducation, de même que la création d'environnements positifs et une politique en santé publique sont nécessaires pour aborder certains de ces problèmes », a-t-il mentionné. « Grâce au volet de la promotion de la santé du programme Énergiser les Forces, une foule de nouveaux programmes sont offerts pour appuyer les efforts des militaires qui ont leur santé à cœur. »

Volunteer work by Junior Rangers wins praise

By Sgt Peter Moon

Eight Junior Canadian Rangers who volunteered to help when their First Nation faced a tainted water emergency have won praise for their efforts on behalf of their community, Kashechewan, an isolated Cree settlement on the James Bay coast of Northern Ontario.

The Junior Rangers, aged 14 to 16, offered to assist when tainted water forced the evacuation of 1 120 of the settlement's 1 500 residents. They helped Canadian Rangers deliver bottled water,

assisted evacuees, particularly the elderly and infirm and mothers with young children get to the airport and onto evacuation planes. "I asked if I could help," said Joseph Paulmartin. "It's been fun and it helps my people."

"They saw their responsibility, even at their young age," said Archie Wesley, the band's executive director. "That they can do what they are doing is nothing but positive for the community. It's really remarkable and I think they should be congratulated. They will be powerful leaders when they are older."

"It's a demonstration of youth to their community," said Major Keith Lawrence, commanding officer of 3rd Canadian Ranger Patrol Group. "I think it must be very heartening for the elders, the chief and council, and community members in general, to see their youth out there helping as volunteers in a time of need."

The Junior Canadian Rangers are Kaitlin Nakogee, Stephanie Wesley, Chelsea Goodwin, Ernie Wynne, Lawrence Sutherland, Leonard Goodwin, Corbin Wesley, and Joseph Paulmartin.

Sgt Moon is the PA Ranger for 3 CRPG at CFB Borden.



Junior Canadian Rangers delivered water to homes and helped evacuees carry their bags to evacuation planes.

Les Rangers juniors canadiens ont amené de l'eau dans les foyers et aidé les personnes évacuées à porter leurs bagages jusqu'aux avions d'évacuation.

SGT PETER MOON

Les Rangers juniors félicités pour l'aide apportée en situation d'urgence

par le Sgt Peter Moon

Huit Rangers juniors canadiens se sont proposés pour aider lorsque leur Première Nation a été accablée par une situation d'urgence créée par de l'eau contaminée. On a applaudi les efforts qu'ils ont déployés à Kashechewan, leur collectivité crie sur la côte de la baie James dans le Nord de l'Ontario.

Les Rangers juniors, âgés de 14 à 16 ans, ont offert de participer à l'évacuation de 1 120 des 1 500 résidents

de la collectivité. Ils ont aidé les Rangers canadiens à livrer de l'eau en bouteille, ils ont prêté main-forte aux personnes évacuées, en particulier aux personnes âgées, aux handicapés et aux mères ayant de jeunes enfants, qui devaient se rendre à l'aéroport et prendre place à bord des avions d'évacuation. « J'ai demandé si je pouvais être utile », a expliqué Joseph Paulmartin. « C'est plaisant et ça me permet d'aider mon peuple. »

« Ils ont accepté cette responsabilité malgré leur jeune âge », a indiqué Archie Wesley, le directeur exécutif de la bande. « Ce qu'ils ont fait est très positif pour la collectivité. Je trouve cela remarquable et je crois qu'on devrait les féliciter. Ils seront des chefs très puissants en vieillissant. »

« Les jeunes ont montré à leur collectivité de quoi ils sont capables », a affirmé le Major Keith Lawrence, commandant du 3^e Groupe de patrouille des Rangers canadiens. « Cela doit être

très réconfortant pour les aînés, le chef et le conseil de bande de même que pour les membres de la communauté en général de voir les jeunes offrir leur temps comme bénévoles dans cette période difficile. »

Les Rangers juniors canadiens sont Kaitlin Nakogee, Stephanie Wesley, Chelsea Goodwin, Ernie Wynne, Lawrence Sutherland, Leonard Goodwin, Corbin Wesley et Joseph Paulmartin.

Le Sgt Moon est le Ranger responsable des AP auprès du 3^e GPRC à la BFC Borden.