



Le transport collectif et la mobilité durable comme outils de prévention en santé

Dans le cadre des consultations sur l'élaboration de la
Stratégie nationale de prévention en santé 2025

Présenté par Trajectoire Québec au ministère de la Santé et des Services sociaux
22 avril 2025

Introduction

La santé de la population québécoise est influencée par de nombreux facteurs, dont l'environnement bâti, les habitudes de vie et l'accès à des services de transport efficaces. Dans ce contexte, il devient essentiel de considérer le rôle du transport collectif comme levier de promotion de la santé. En favorisant l'activité physique, en réduisant la pollution atmosphérique et en brisant l'isolement social, la mobilité durable contribue directement à une meilleure santé des citoyens.

Le rôle du transport collectif dans la prévention en santé est localisé principalement dans la prévention primaire. **C'est donc dire que les sommes engagées dans le transport collectif permettent des économies importantes des coûts en santé, notamment en réduisant à la source les risques de maladie ou de décès prématurés.** Trajectoire Québec accueille avec un fort intérêt la démarche du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) de se doter d'une stratégie en prévention et voit clairement les liens avec le transport collectif.

Pour assurer une meilleure santé de la population québécoise, le gouvernement doit favoriser l'aménagement de milieu de vie accessible en transport collectif et actif.

Une population active grâce au transport collectif

Depuis les dernières années, on constate au Québec une baisse de l'activité quotidienne, tant chez les jeunes de 12 à 24 ans, que chez les adultes (24 à 64 ans) et les personnes âgées (65 ans et plus). Par exemple, en 2020-2021, c'est uniquement la moitié des jeunes adultes de 18 à 24 ans qui étaient suffisamment actifs et 45% des adultes¹. Près de la moitié de la population ne fait pas assez d'exercice physique sur une base quotidienne, ce qui accentue les facteurs de risque de maladie chronique. L'utilisation du transport collectif peut permettre aux usagers d'être davantage en santé, notamment puisque ces déplacements impliquent généralement de la marche ou de la bicyclette pour s'y rendre. Selon une étude montréalaise, les usagers du transport collectif réalisent le quart de leur activité physique recommandée en effectuant leur déplacement². L'avantage de l'utilisation du transport collectif réside dans le fait qu'il ne demande pas d'entraînement préalable et qu'il est relativement accessible à la population. Il réduit donc les modes de vie sédentaires, sans demander de coût ou de déplacement supplémentaire pour l'utilisateur. En ce sens, les résidents des milieux plus denses où l'on retrouve du transport collectif atteignent plus facilement les recommandations d'activité physique quotidienne, notamment puisque 90% des utilisateurs du transport collectif marchent vers l'arrêt³.

Les coûts liés aux soins médicaux des adultes actifs sont en moyenne 32% moins chers, soit une économie d'environ 300\$ par adulte par année⁴. Pour la collectivité, cela signifie d'importantes économies potentielles. Selon une étude conduite dans la région de Toronto-Hamilton, une augmentation de 7,8% de l'utilisation du système de transport collectif résultait à la prévention de 338 décès et 2,2 milliards de dollars annuellement⁵. En ce sens, en termes de prévention en santé, le **MSSS devrait soutenir financièrement un aménagement du territoire qui permet le développement et l'optimisation du transport collectif et de la mobilité durable.** Plusieurs

¹ Ministère de la Santé et des Services sociaux, « Support de réflexion – Élaboration d'une Stratégie nationale de prévention en santé 2025 ».

² Morency, Trépanier, et Demers, « Walking to Transit ».

³ Sener, Lee, et Elgart, « Potential Health Implications and Health Cost Reductions of Transit-Induced Physical Activity ».

⁴ Litman, « Evaluating Public Transportation Health Benefits ».

⁵ Mowat et al., « Improving Health by Design in the Greater Toronto-Hamilton Area ».

occasions de soutenir le développement du transport collectif sont déjà sur la table, nommons entre autres le tramway de Québec, le tramway de Gatineau-Ottawa ou le tramway de l'Est, **le gouvernement doit se positionner en faveur de ces projets d'envergure qui pourront avoir un impact direct sur les dépenses en santé.** Finalement, le **ministère devrait s'assurer que ses institutions sont accessibles en transport collectif et actif et inciter les employés à se déplacer en transport durable.** La mobilité devrait faire partie intégrante des réflexions entourant la construction de nouvelles infrastructures, notamment les centres hospitaliers.

Une réduction des véhicules individuels et de la pollution atmosphérique

Le transport routier est la source la plus importante de polluants atmosphériques. Ceux-ci ont des impacts majeurs sur la santé de la population, notamment les enfants, les aînés et les personnes défavorisées⁶. Selon Santé Canada, la pollution atmosphérique liée à la circulation automobile (PACA) était responsable de près de 1 200 décès prématurés au Canada en 2015, dont 410 au Québec. En 2015, la PACA a coûté près de 9,5 milliards de dollars à la collectivité canadienne, dont 9 milliards associés aux décès prématurés. Notons toutefois que, selon Santé Canada, les camions légers (VUS) produisent davantage de PACA que les automobiles⁷. Entre 2015 et 2022, le nombre de camions légers immatriculés au Québec a bondi de 1,6 million à près de 2,4 millions. La pollution atmosphérique provenant des véhicules individuels est donc en pleine croissance, au détriment de la santé des Québécois et Québécoises. Bien que l'électrification des transports est un moyen qui permet de réduire la PACA, notons que 60% des particules fines libérées par le secteur des transports proviennent de l'usure des freins, des pneus et de la route⁸. En ce sens, une réduction à la source des déplacements en voiture est nécessaire afin de réduire la PACA, soit en encourageant la population à réaliser un transfert modal vers les transports collectifs, la marche, le vélo ou le covoiturage. Dans sa stratégie de prévention en santé, le gouvernement devrait envisager de **développer ou de soutenir le développement d'outils de sensibilisation qui s'adressent à l'ensemble de la population afin d'inciter l'utilisation des transports collectifs et actifs, par exemple par la reconduction du programme MobilisAction.** En parallèle, afin de motiver un transfert modal de la population vers le transport collectif, des incitatifs financiers doivent être mis en place, le **ministère pourrait envisager de soutenir l'ajout de crédits d'impôt aux usagers.**

Les études démontrent que les personnes à plus faible revenu sont plus susceptibles d'habiter dans les secteurs où la pollution atmosphérique et le bruit liés au transport routier sont plus élevés que la moyenne⁹. C'est d'ailleurs ce que désigne la notion de justice environnementale : le fait que les conséquences des dégradations environnementales sont subies plus lourdement par les populations plus vulnérables, alors que ces dernières en sont moins responsables. La mobilité durable et le transport collectif, contrairement à l'auto-solo, sont des vecteurs d'équité. Le transport collectif permet de réduire les disparités et d'assurer la santé de l'ensemble de la population¹⁰. Il est important de **soutenir les municipalités qui souhaitent bonifier l'accès au transport collectif pour ces populations, notamment par l'amélioration de leur réseau ou par la tarification sociale.**

⁶ Santé Canada, « Pollution atmosphérique liée à la circulation automobile ».

⁷ Santé Canada, « Impacts sanitaires de la pollution atmosphérique liée à la circulation automobile au Canada ».

⁸ Riopel, « Le transport collectif, bon pour la santé et les finances publiques ».

⁹ Carrier, « La distribution des polluants atmosphériques et du bruit provenant du transport routier dans les milieux résidentiels de l'île de Montréal ».

¹⁰ Heaps, Abramssohn, et Skillen, « Public Transportation In The US ».

Augmenter le potentiel de mobilité pour réduire l'isolement

En plus d'assurer un accès équitable aux opportunités et au territoire, le transport collectif permet de réduire l'isolement. Selon l'Association canadienne de santé publique, c'est entre 20 à 40% de la population qui ne conduit pas, soit par choix, par manque de capacité financière ou en raison de leur âge et capacités¹¹. Pour cette partie de la population, le transport collectif peut permettre d'assurer les déplacements quotidiens. Le transport collectif permet ainsi d'assurer l'accès à l'emploi et aux services, tout en favorisant la création de liens sociaux, notamment pour les populations qui ont tendance à être isolées ou dépendantes de quelqu'un pour se déplacer. En ce sens, l'accès au transport collectif permet d'améliorer l'autonomie et la santé mentale de la population de 12 ans et plus¹².

L'accès au transport collectif a d'autant plus d'impact sur le potentiel de mobilité des jeunes et des personnes âgées, puisque c'est plus souvent ces groupes de population qui ne conduisent pas. Selon des études nord-américaines, il s'agit de populations qui sont plus enclines à ressentir de l'isolement social et de la solitude. Les effets sur la santé de l'isolement sont dévastateurs et peuvent entraîner plusieurs problèmes de santé, dont des maladies chroniques¹³. En ce sens, il est primordial d'encourager la création de milieux de vie qui ont une accessibilité accrue aux systèmes de transport collectif ou qui favorisent le transport actif. La localisation des écoles, des services de proximité (épicerie, santé, etc.), des emplois et même des loisirs doit être réfléchi afin d'être accessible à tous, même ceux qui ne veulent ou ne peuvent pas conduire une voiture. Le gouvernement doit **encourager les municipalités à développer leur réseau de transport collectif et de planifier le territoire et la localisation des équipements publics en fonction de leur accessibilité en mobilité durable**. Le MSSS pourrait également **financer la réalisation d'ateliers dans les écoles afin de favoriser l'utilisation du transport collectif chez les jeunes**, dans une optique de bonifier leur autonomie.

Conclusion

L'amélioration de l'accès au transport collectif et actif représente une solution concrète, accessible et équitable pour répondre à plusieurs enjeux de santé publique. En agissant sur les déterminants sociaux et environnementaux de la santé, le MSSS a l'opportunité d'encourager le développement de milieux de vie plus sains et inclusifs, qui favorisent la santé des Québécois et Québécoises. Il est impératif que le gouvernement **soutienne activement les projets de mobilité durable, qu'il s'assure que ses propres infrastructures favorisent ce type de déplacements et qu'il sensibilise la population aux bienfaits du transport collectif sur la santé**.

Miser sur le transport collectif, c'est investir dans la santé de la population, aujourd'hui et pour les générations futures.

¹¹ Association canadienne de santé publique, « Public Transit Factsheet ».

¹² Brazeau, « Mobilité durable et transport collectif : cobénéfices pour la société et les communautés ».

¹³ Perreault, « Le poison de l'isolement social ».